



Principios de Teología Espiritual

2

- ¿Qué es la teología espiritual?
- La oración en la vida cristiana
- Sentido del sacrificio
- El apostolado cristiano.

Las ramas de la Teología

3

- Teología dogmática: Credo.
- Teología sacramentaria: Sacramentos
- Teología moral: Mandamientos
- Teología espiritual: trato con Dios.
- Auxiliares:
 - Sagrada Escritura.
 - Historia de la Iglesia / Teología.
 - Derecho canónico

Las ramas de la Teología

4

- Teología dogmática: Credo.
- Teología sacramentaria: Sacramentos
- Teología moral: Mandamientos
- Teología espiritual: trato con Dios.
- Auxiliares:
 - Sagrada Escritura.
 - Historia de la Iglesia / Teología.
 - Derecho canónico

¿Qué es el cristianismo?

5

- ¿Una doctrina?
- ¿Una forma de ver la vida?
- ¿Una fe religiosa?
- ¿Una moral?
- ¿Una cultura?
- ¿Un conjunto de ritos?
-

¿Qué es el cristianismo?

6

- Todo eso, pero principalmente es un encuentro personal con Jesucristo:
 - "Que busques a Cristo, que encuentres a Cristo, que ames a Cristo".
 - "No se comienza a ser cristiano por una decisión ética o una gran idea, sino por el encuentro con una Persona, que da un nuevo horizonte a la vida y, con ello, una orientación decisiva" (Benedicto XVI, *Deus Caritas est*, 2006, n. 1)



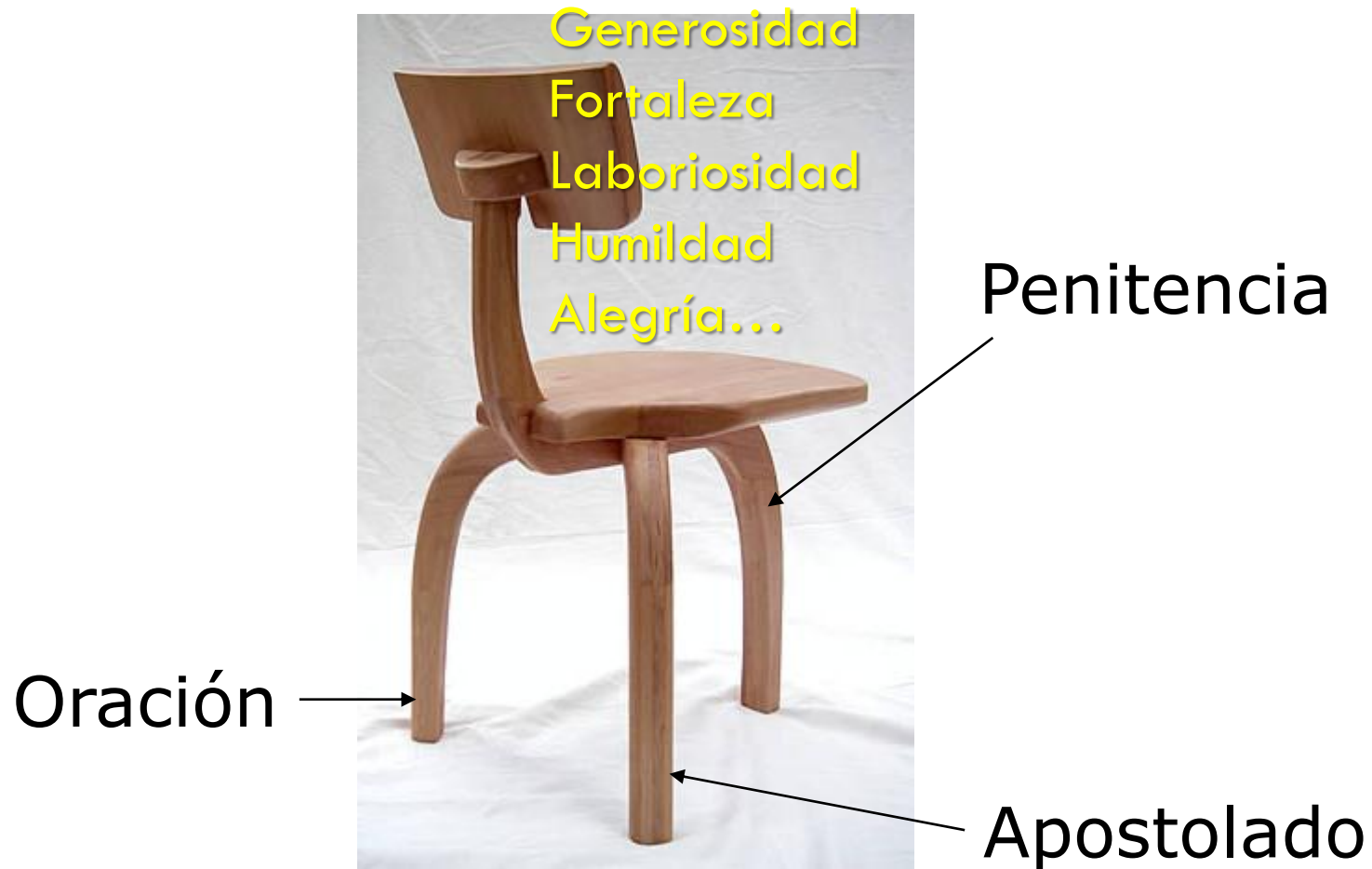
¿De qué sirve?

7

- ¿Tener fe, si no actuamos?
- ¿Conocer a Dios, si no lo tratamos?
- ¿Asistir a los sacramentos, si no participamos?
- "La fe no es la simple aceptación de unas verdades abstractas, sino **una relación íntima con Cristo** que nos lleva a **abrir nuestro corazón** a este misterio de amor y a **vivir como** personas que se saben amadas por Dios" (Benedicto XVI, Vigilia de oración con los jóvenes, JMJ, 2011).

Las tres patas de la vida espiritual

8



Oración

- Es clave en la vida espiritual del cristiano, sin oración no podemos ganar en intimidad con Dios.
- Ejemplo de Jesucristo:
 - “Sucedió en aquellos días que salió al monte a orar, y pasó toda la noche en oración a Dios” (San Lucas, 6:12).
 - “Y después de despedirlos, se retiró al monte a orar” (San Marcos, 6:46);
 - “Después de despedir a la gente, subió al monte a solas para orar; al atardecer estaba solo allí” (San Mateo, 14:23);



Oración mental

- La oración mental es hablar con Dios, como con un amigo:
 - "Dios hablaba con Moisés cara a cara, como habla un hombre con su amigo" (Éxodo 33:11).
 - "No es otra cosa oración mental, a mi parecer, sino tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama" (Santa Teresa de Jesús, Libro de su vida, Cap. 8: 5).
- No hace falta irse al Tibet, hay magníficos maestros de oración en nuestra religión.

Oración vocal

11

- Fórmulas conocidas, fruto de la Sagrada Escritura o la piedad de nuestros hermanos en la fe:
 - ▣ “Padre nuestro...”
 - ▣ Avemaría,
 - ▣ Rosario
 - ▣ Salve...
- Requiere menos esfuerzo mental y ayuda a concentrar la mente en Dios.



¿Cómo hacer oración?

12

- "Me has escrito: "orar es hablar con Dios. Pero, ¿de qué?"
- -¿De qué? De El, de ti: alegrías, tristezas, éxitos y fracasos, ambiciones nobles, preocupaciones diarias..., ¡flaquezas!: y hacimientos de gracias y peticiones: y Amor y desagravio.
- -En dos palabras: conocerle y conocerte: "¡tratarse!" (Camino, 91).

Las circunstancias

13

□ ¿Cuándo?

- ▣ Cuando se pueda.
- ▣ Cuando estemos más frescos.
- ▣ Evitar las horas más difíciles.
- ▣ Mejor a hora fija.

□ ¿Dónde?

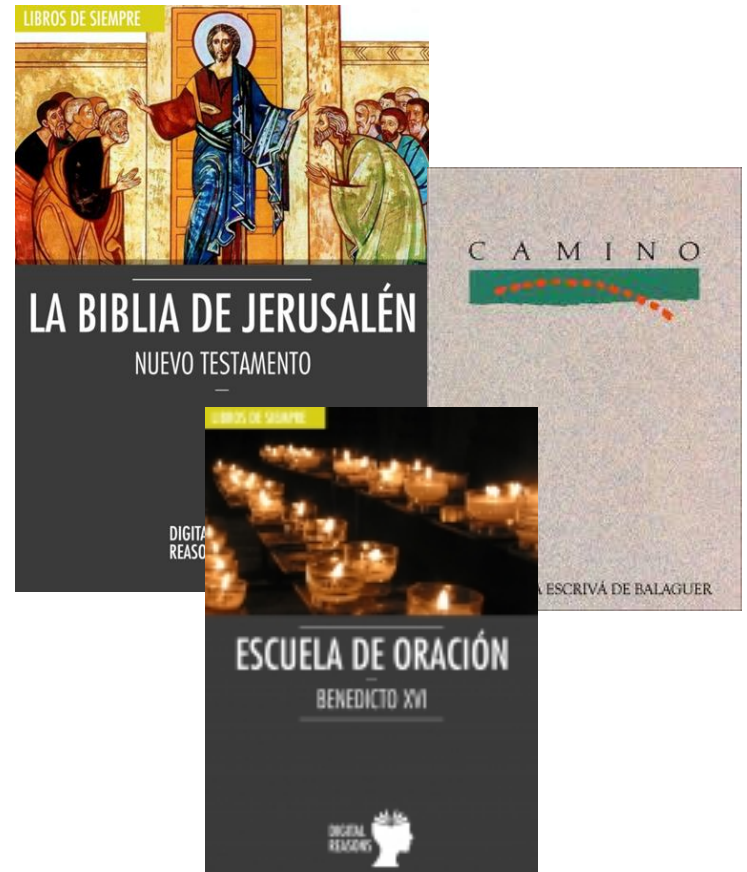
- ▣ Donde se pueda.
- ▣ Donde estemos más tranquilos.
- ▣ Evitar sitios ruidosos.



Las circunstancias

14

- ¿Cuánto tiempo?
 - ▣ Lo que se se pueda.
 - ▣ 15 m para empezar.
- ¿Con qué libro?
 - ▣ Con lo que se pueda.
 - ▣ El Evangelio.
 - ▣ Libros espirituales



Actitudes ante la oración

15

- ❑ Confianza, somos hijos de Dios.
- ❑ Humildad, reconocimiento de nuestra dependencia, necesidad de auxilio.
- ❑ Perseverancia, a veces se hace de rogar.



Even superman needs a Dad

El sentido del sacrificio

16

- ¿Qué indica un “logotipo”?



El sentido del sacrificio

17

- ¿Cuál es el “logotipo” del cristianismo?



El sentido del sacrificio

18

- ¿Cuál es el “logotipo” del cristianismo?
- ¿Por qué quiso Jesús redimirnos con el dolor y la muerte?
- ¿Es suficiente con el sacrificio de Jesús?
 - “Ahora me alegro de mis padecimientos por vosotros, y completo en mi carne lo que falta a los sufrimientos de Cristo en beneficio de su cuerpo, que es la Iglesia” (Col,1, 24).
 - Penitencia ≠ Masoquismo.

Tipos de sacrificio

19

- El que nos llega:
 - ▣ Físico (enfermedad, dolor).
 - ▣ Moral (ofensas, falta de sentido....)
- El que buscamos:
 - ▣ Externo (comida, comodidad,...)
 - ▣ Interno (callar-hablar, estar disponible, imaginación...)

Las “ventajas” del sacrificio

20

- Nos acerca a la Cruz de Cristo.
- Hacemos la vida más agradable a los demás.
- Disfrutamos más de lo cotidiano.
- Nos hace más espirituales.
- Nos ayuda a fortalecer el carácter.

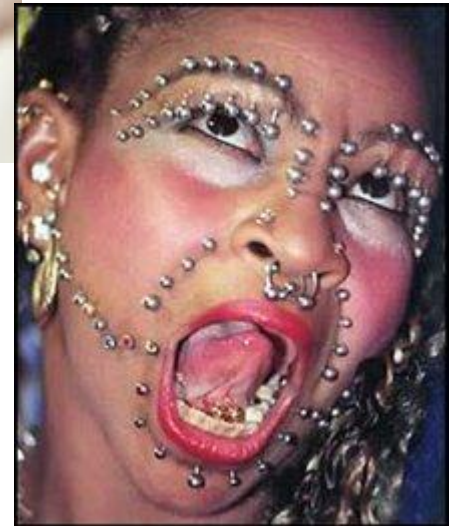
Eso vale también para la educación...

21



Otros se sacrifican por otras cosas

22



Algunos ejemplos de penitencia

23

- Ayuno y abstinencia.
- Servicios en casa (comprar, tirar la basura, recoger la mesa...).
- Puntualidad (trabajo, casa...)
- Acabar bien el trabajo.
- No quejarse ante la incomodidad.
- Soltar el mando de la tele.
- Mirar a la gente, no al móvil.

El apostolado cristiano

- "Y acercándose Jesús les habló: Se me ha dado todo poder en el Cielo y en la tierra. Id, pues, y haced discípulos a todos los pueblos, bautizándolos en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo; y enseñándoles a guardar todo cuanto os he mandado. Y sabed que yo estoy con vosotros todos los días hasta el fin del mundo. (S. Mateo, 28, 18-20).
- ... y en muchos otros sitios.

¿Tiene hoy sentido evangelizar a nadie?

- Si Dios es infinitamente bueno, no puede condenar a nadie. El encontrará otras vías para salvarles.
- Todo el mundo tiene derecho a tener su propia visión del mundo. Procurar la conversión es violentar la libertad individual.
- Todos los planteamientos son igualmente verdaderos.

¿Tiene hoy sentido evangelizar a nadie?

- Si Dios es infinitamente bueno, no puede condenar a nadie. El encontrará otras vías para salvarles.
- Todo el mundo tiene derecho a tener su propia visión del mundo. Procurar la conversión es violentar la libertad individual.
- Todos los planteamientos son igualmente verdaderos.
- Pero respeta la libertad humana: nadie se salva sin aceptarlo.
- El respeto a los demás es compatible con el respeto a la verdad. La verdad se propone, no se impone.
- En muchos campos procuramos influir en los demás: fútbol, política, estudios... ¡El bien es difusivo de suyo!

Evitar los dos extremos



Intolerancia



Indiferencia

Componentes del apostolado

28

- Primero, hablar a Dios de los demás, luego hablar a los demás de Dios:
 - ▣ “De lo que llena el corazón, habla la boca”
- Testimonio del ejemplo: coherencia de vida.
- Amistad: querer a todos.
- Presentar el cristianismo de modo atractivo.
- Fortaleza: callarse es ser cómplice.
- Es el mayor bien que podemos hacer a los demás:
 - ▣ “La evangelización es la promoción más alta e integral de la persona humana” (Benedicto XVI, Mensaje para la Cuaresma, 2013)

La Fe se transmite por envidia

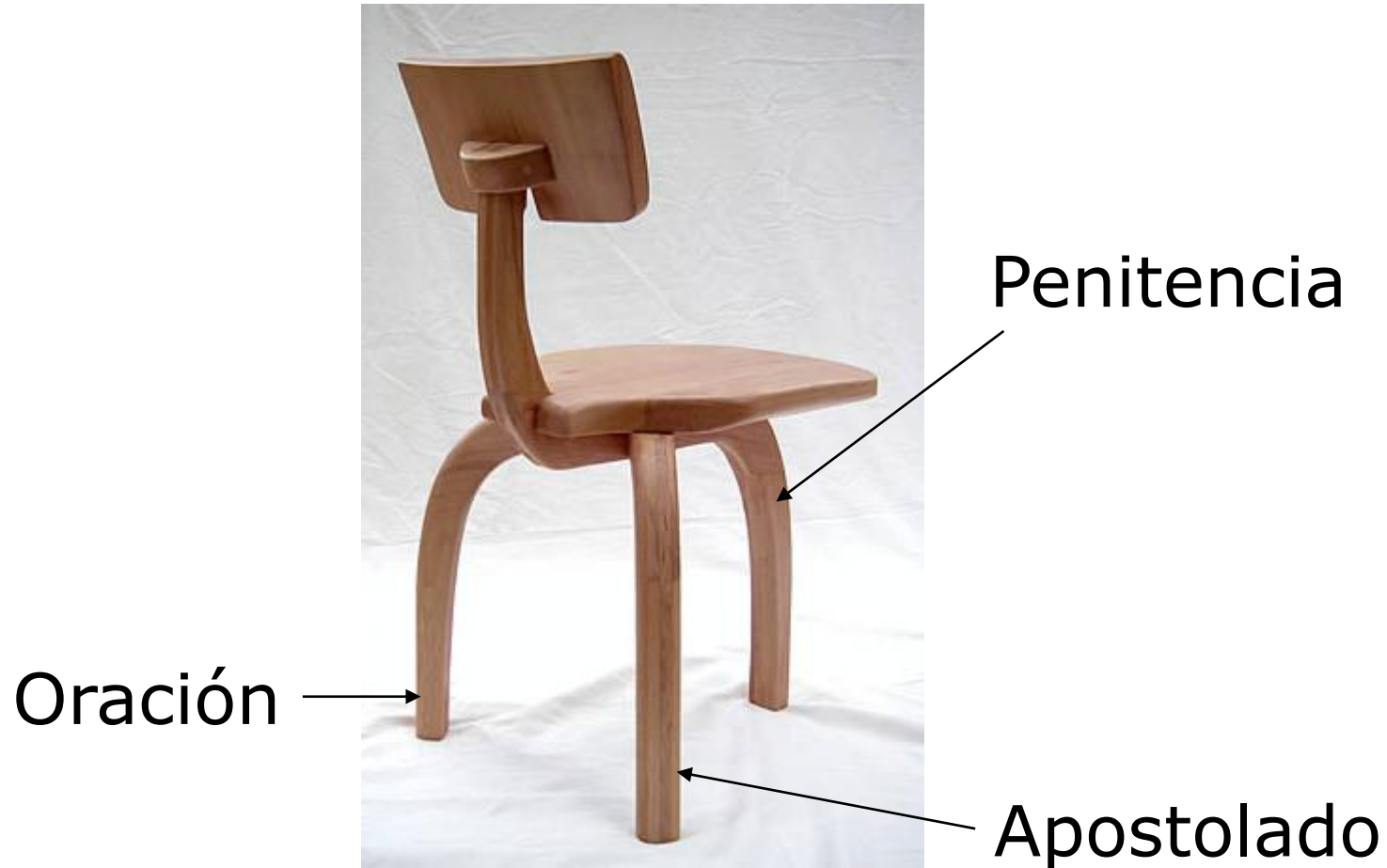
29



Escorial: Encuentro de Benedicto XVI con las jóvenes monjas en la JMJ

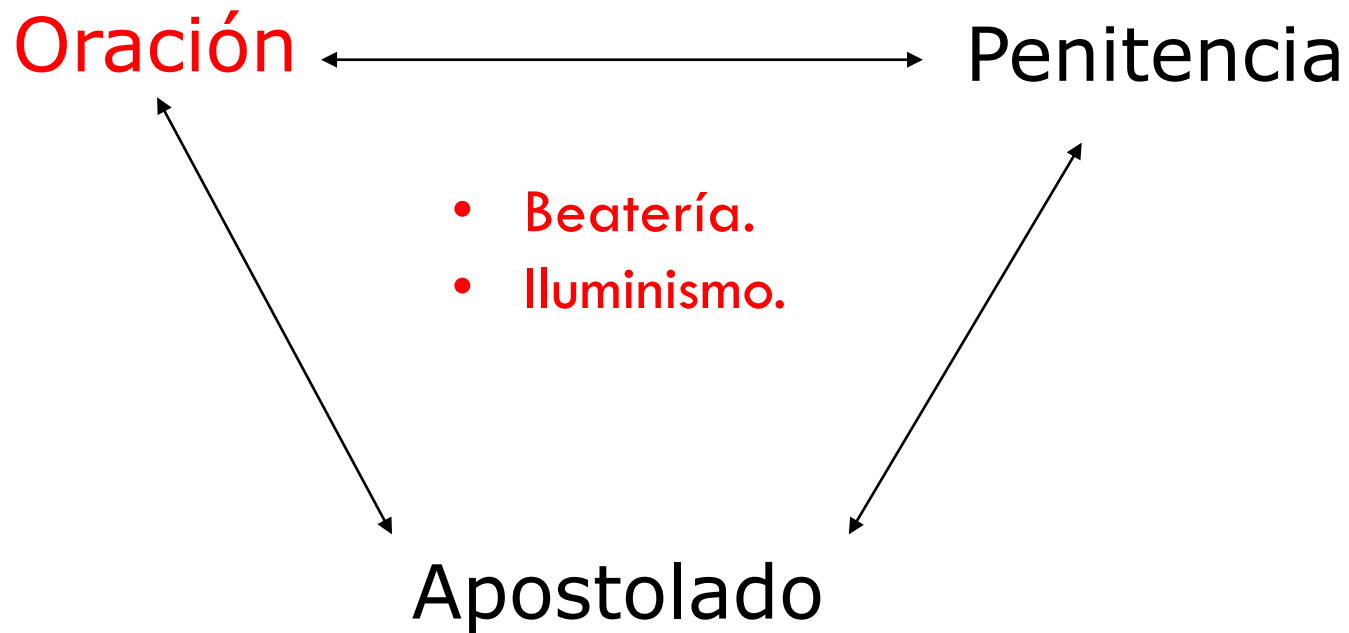
En resumen: cuidar bien las tres patas

30



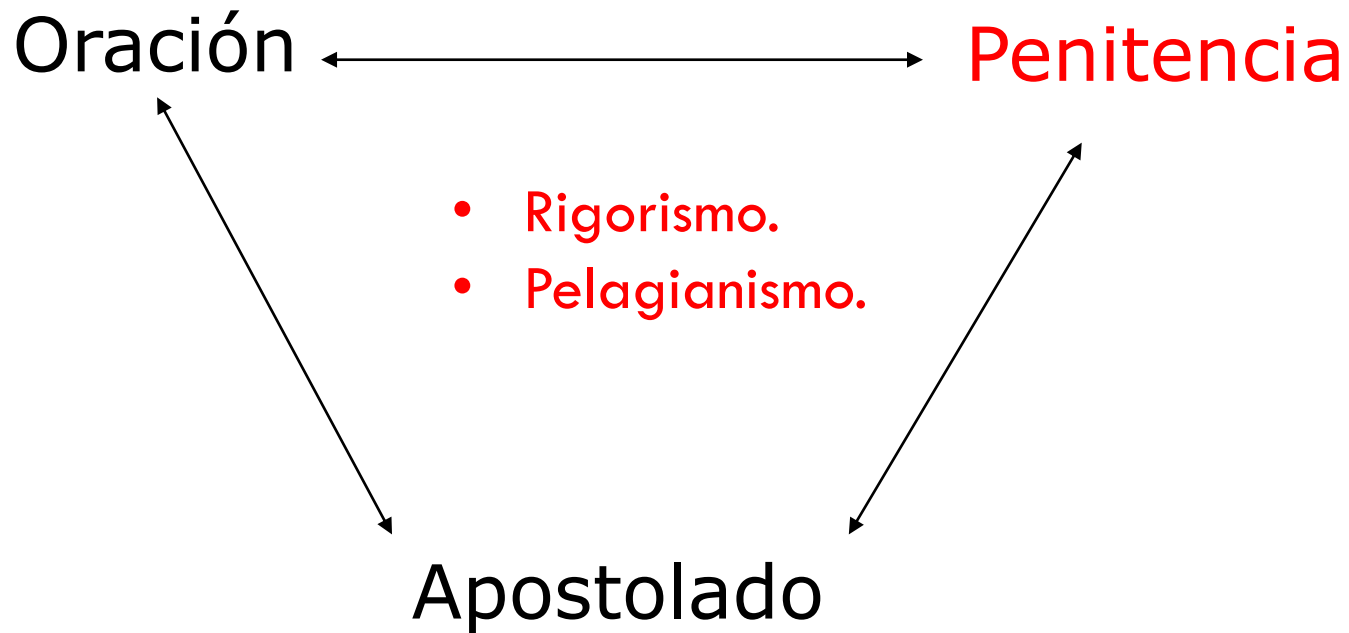
Si falla alguna...

31



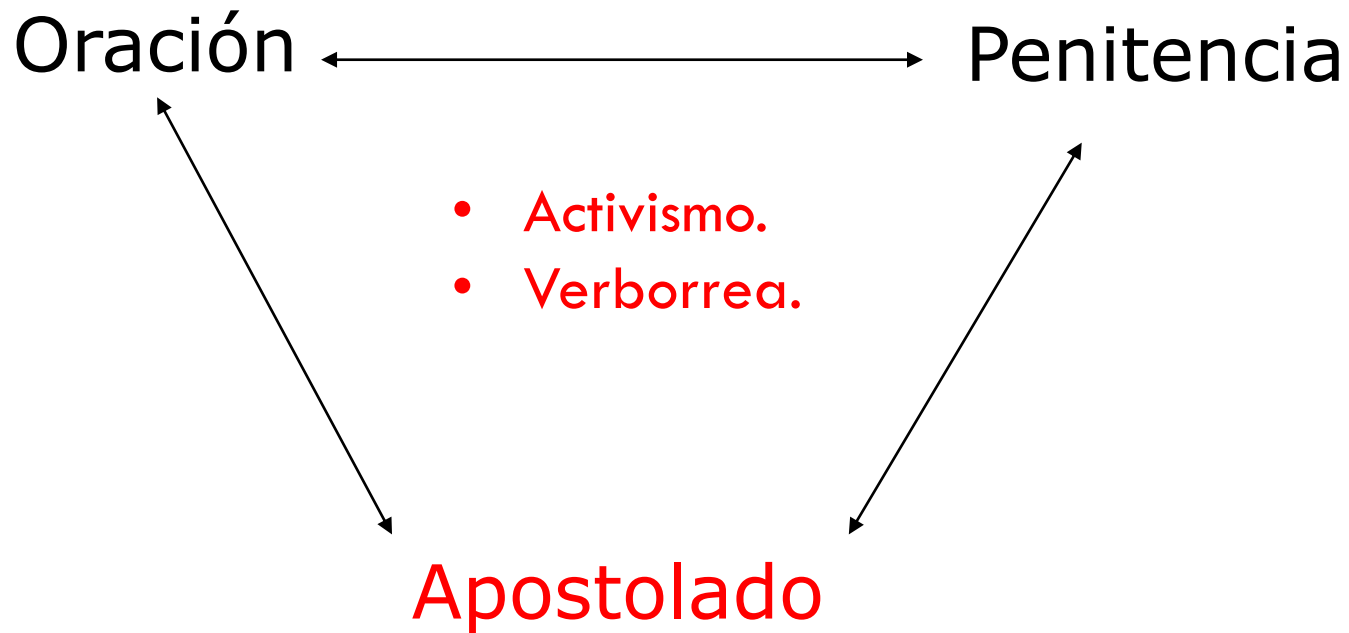
Si falla alguna...

32



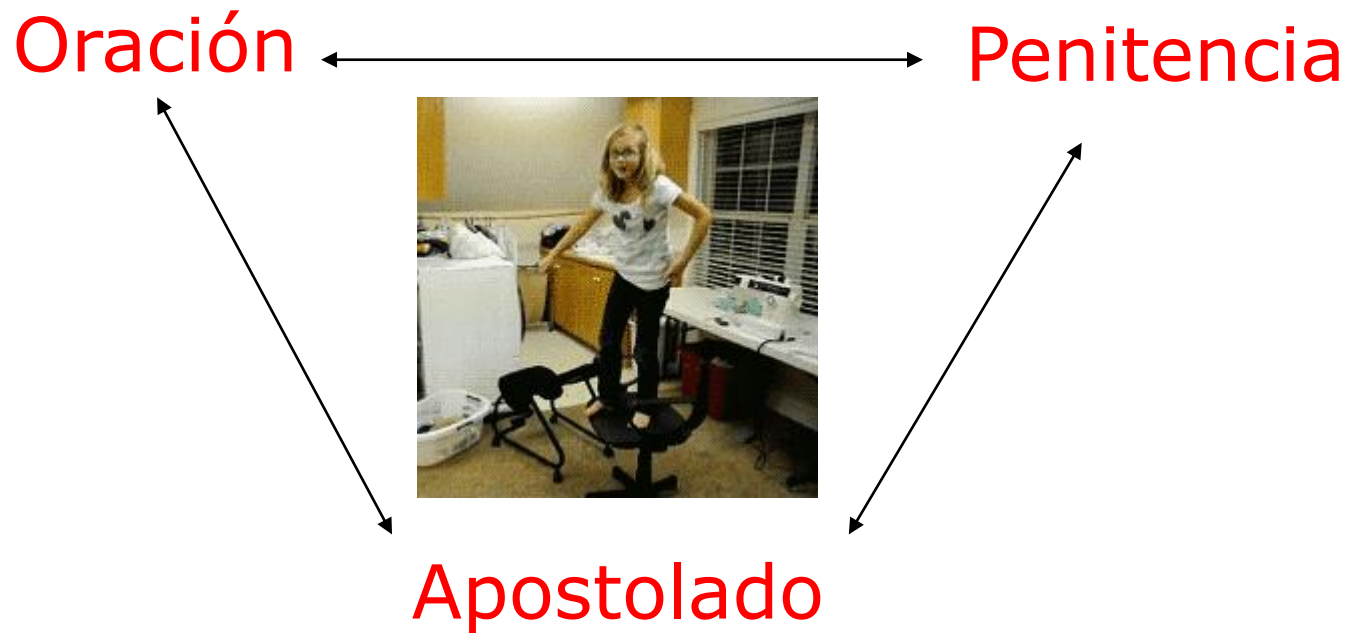
Si falla alguna...

33



Si falla alguna...

34



Frutos de la vida espiritual

35

- Lucha contra nuestros defectos:
 - ▣ “Si dices basta estás perdido” (S. Agustín)
- Generosidad:
 - ▣ ¡No estamos solos!
- Serenidad:
 - ▣ “Nada te turbe, nada te espante...” (Sta. Teresa de Jesús)
- La alegría: ¡todo encaja cuando Dios está presente!

Frutos de la vida espiritual

36

«El fruto del silencio es la oración,
El fruto de la oración es la fe,
El fruto de la fe es el amor,
El fruto del amor es el servicio,
El fruto del servicio es la paz»



Bibliografía

- Benedicto XVI (2012): Escuela de Oración, audiencias en la plaza S. Pedro (www.digitalreasons.es).
- Catecismo de la Iglesia Católica: nn. 2258-2649. Compendio: 534-556.
- Chuvieco, E. (2011), “Entusiasmame”, Wifp and Stock, Oregon.
- Phillipe, J. (2008): “Tiempo para Dios”, Rialp.
- San Josemaría Escrivá: Camino / Surco / Forja.