

ÍNDICE

La dirección espiritual: Conceptos generales	11
I. Definición y naturaleza de la dirección espiritual	13
II. Fundamento y Necesidad	15
III. Objeto, fin y cualidades de la dirección	19
1. Objeto o materia de la dirección espiritual	19
2. Fines de la dirección espiritual	19
1) Ayudar las flaquezas humanas	20
2) Prevenir los peligros	20
3) Discernir los movimientos del alma	20
4) Suscitar la docilidad a la gracia	21
3. Cualidades de la dirección espiritual	21
1) Que sea científica	21
2) Prudente	21
3) Firme	21
4) Caritativa	22
5) Adaptada	22
4. Secreto de la dirección espiritual	22
IV. El director espiritual	27
1. Quién puede ser director espiritual	27
2. Cualidades del director espiritual	28
1) Santidad	28

2) Prudencia	29
3) Experiencia	31
4) Ciencia	32
5) Cualidades humanas	34
3. Defectos del director espiritual	35
1) La vanidad y la autosuficiencia	35
2) La codicia	36
3) La curiosidad	36
4) Los apegos humanos	37
5) Los celos	37
6) La falsa prudencia	37
V. Cualidades y deberes del dirigido	38
1. La elección del director	38
1) La elección	38
2) Cambio	39
2. Cualidades del dirigido	40
1) Espíritu de fe	40
2) Confianza, sencillez, sinceridad y discreción	40
3) Obediencia	42
4) Guardar el secreto	43
3. Tentaciones más corrientes contra la dirección	44
1) Los que rehúsan toda dirección porque creen no necesitarla	44
2) Los que pretenden que es imposible encontrar un director adecuado	44
3) Las tentaciones de abusar de la dirección	45
VI. La entrevista direccional	46
1. El modelo de Jesucristo	46
2. Frecuencia y duración de la entrevista direccional	47

3. Los temas de la entrevista	49
4. El comienzo de la dirección	50
5. El director ante las manifestaciones de conciencia del dirigido	51
6. Consolidar la sana conciencia	52
1) La interioridad con la Voluntad Divina	53
2) La formación en el conocimiento moral y el amor a la verdad	54
3) La práctica de la virtud	55
7. El director espiritual y los superiores del dirigido	56
VII. La dirección espiritual por correspondencia	57
Los elementos de la educación espiritual	61
Hacerse cargo del alma del dirigido	63
Las grandes líneas de la educación espiritual	67
I. Educación del carácter y de la afectividad	67
1. La gracia y la naturaleza	67
2. La necesidad de los hábitos virtuosos	70
3. El educador como causa cooperante	71
4. Educación integral	72
5. La educación intelectual	72
6. La educación de la voluntad y del afecto	74
1) Motivar al educando	76
2) Crear ocasiones de actos virtuosos	77
3) Las fuerzas	77
II. Educación de la vida de oración	78
1. Primeros grados de oración: etapa predominantemente ascética	80
1) La oración vocal	80
2) La meditación	82

3) Oración de afectividad	88
4) La oración de recogimiento o de simplicidad	89
2. Etapa predominantemente mística de la oración: la contemplación y sus grados	91
1) Quietud o recogimiento infuso	96
2) La oración de simple unión	97
3) La unión extática o desposorio espiritual	98
4) La unión transformativa o matrimonio espiritual	100
3. El examen de la oración	101
1) Una modalidad ignaciana	101
2) Un examen de San Juan de Ávila	104
4. Modos erróneos de hacer oración	105
1) Algunos modos erróneos	106
2) Métodos psicofísicos-corporales	108
III. Educación de la vida de purificación	111
1. La penitencia en general	112
2. La purificación activa del sentido	115
3. La purificación pasiva del sentido	116
4. La purificación activa del espíritu	118
1) La purificación de la memoria por medio de la esperanza	118
2) Purificación del entendimiento por medio de la fe	119
3) La purificación de la voluntad por medio de la caridad	123
5. La purificación pasiva del espíritu	125
1) Los sufrimientos interiores	125
2) Los sufrimientos exteriores	126
6. Apéndice: La lucha contra las tentaciones	126
1) Los fines providenciales de la tentación	127

2) Psicología de la tentación	128
3) Actitud ante la tentación	129
4) Las principales tentaciones en los principiantes	132
IV. Educación de la vida sacramental y litúrgica	133
1. El trabajo en la línea de la gracia sacramental	133
2. El trabajo en la línea del carácter sacramental	133
1) La reyecía del bautismo	134
2) El profetismo de la confirmación	135
3) El sacerdocio del orden sagrado	135
3. Los sacramentos cotidianos	135
1) La Eucaristía	135
2) La Confesión	136
4. Para los esposos: los sacramentos vividos en familia	136
1) El sacramento del Matrimonio	136
2) La Eucaristía	137
3) La Reconciliación	137
V. Educación de la vida teologal	138
VI. Educación en el cumplimiento de los deberes de estado	145
1. Hacer bien las obras ordinarias	145
2. La rectitud y pureza de intención	147
Medios externos y subsidiarios	151
I. La reforma y el plan de vida	151
1. Qué es reformar	151
2. La revisión de vida	152
1) La dimensión humana	152
2) La dimensión espiritual	153

3) La dimensión comunitaria	153
4) La dimensión intelectual y la capacitación profesional	154
5) La dimensión apostólica y pastoral	154
3. El plan de vida	155
1) Características	155
2) Qué debe abarcar	156
3) Modo de observarlo	157
4) Rendición de cuentas	157
II. El conocimiento de sí mismo	158
1. Temperamento y Carácter	158
2. Tipos temperamentales	161
1) El apasionado	161
2) El colérico	163
3) El sentimental	165
4) El nervioso	166
5) El flemático	168
6) El sanguíneo	170
7) El apático	171
8) El linfático	171
3. ¿De qué sirven estas descripciones?	172
4. El carácter ideal	173
III. El examen diario y particular y el defecto dominante.	176
1. El examen diario y el examen particular	176
1) El examen particular	176
2) Algunos ejemplos...	178
3) Examen general diario	181
4) El examen del “golpe de vista”	182

2. El defecto dominante	183
1) Su naturaleza	183
2) Medios para conocerlo	185
3) Modo de combatirlo	187
IV. El apostolado	188
V. La lectura espiritual	190
Las diversas funciones del director espiritual	193
El director como pedagogo de la vida del alma	195
I. Llamamiento a la vida mística	195
1. ¿Quiénes están llamados a la vida mística y a la contemplación?	195
1) Llamamiento general	195
2) Llamamiento próximo	196
2. ¿Por qué fracasan, entonces, las almas que no llegan?	196
1) Las almas fuera del castillo	197
2) Las almas de las tres primeras moradas	197
3) Las últimas moradas	198
II. La tradición de las etapas de la vida interior	200
III. El camino de las tres etapas	204
1. Edad de los principiantes, o vida purgativa o vida ascética	204
2. Edad de los proficientes, o vida iluminativa o umbral de la mística	205
3. Edad de los perfectos, o vida unitiva o vida mística	206
IV. La dirección en las distintas etapas de al vida espiritual	207
1. La dirección de los incipientes o principiantes	207
2. La dirección de los proficientes	211
3. La dirección de los perfectos	213

El director espiritual en su función de discernimiento	215
I. El conocimiento de los diversos espíritus	215
1. Naturaleza	215
1) El discernimiento como acto de la prudencia	216
2) El carisma de discernimiento	218
2. Fenomenología de las mociones interiores	218
1) Dos realidades psicológicas distintas	218
2) Dos modos de actuar	219
3) Contenido	220
4) Estados posteriores	221
3. Orígenes posibles	221
1) La naturaleza	221
2) El diablo	222
3) Dios	222
4. Modo habitual de proceder de los diversos espíritus	223
1) El mal espíritu	223
2) El buen espíritu	224
5. Indicaciones para discernir las distintas mociones concretas	225
1) El modo	225
2) La materia	226
3) Las circunstancias	226
4) El desarrollo	227
5) Los efectos y los fines	227
6. Modo de comportarse ante uno y otro espíritu	229
1) Las mociones del mal espíritu.	229
2) Las mociones del buen espíritu	230

II. El discernimiento aplicado	232
1. El discernimiento de la vocación consagrada	232
1) Presupuestos teológicos sobre la vocación	233
2) El trabajo por parte del interesado	233
3) La función del director ante la vocación consagrada	239
2. El discernimiento de los fenómenos extraordinarios	250
1) Criterios para el discernimiento	251
2) Aplicación de remedios	256
El director como médico del alma	259
I. Enfermedades morales del alma	259
1. Las “enfermedades” del alma	259
2. El vicio de la acedia	262
1) Naturaleza de la acedia	262
2) Psicología de la acedia	264
3) El pecado de acedia	266
4) La acedia, pecado capital	267
5) Los remedios contra la acedia	268
3. La tibieza espiritual	270
1) Síntomas y signos	271
2) Naturaleza	272
3) Génesis y medicina preventiva	272
4) Remedios contra la tibieza ya establecida	273
4. La mediocridad espiritual	274
1) Síntomas	274
2) Naturaleza	275
3) Génesis	275
4) Remedios	276

5. El espíritu del mundo y el religioso	276
1) Naturaleza del mundo	277
2) Elementos o dimensiones	278
3) Infiltración del espíritu del mundo en el religioso	279
4) Efectos sobre el alma	280
5) Remedios para combatirlo	280
II. Enfermedades afectivas y psíquicas	283
1. Algunos principios generales	283
2. Los escrúpulos	287
1) Elementos generales	287
2) Los diversos tipos de escrúpulos	289
3) Terapia de los escrúpulos	291
3. La depresión	297
1) Naturaleza y división	297
2) Posibles causas	299
3) Terapia de la depresión	301
III. Problemas espirituales con base psicológica	304
1. Perturbaciones que afectan a la visión espiritual	304
1) El perfeccionismo angustioso	305
2) Una falsa imagen de Dios	306
3) Inmadurez psicológica	309
2. Problemas de conciencia en materia de castidad	311
1) La auténtica lucha por la castidad	311
2) La lucha contra el vicio de la impureza	313
3) Las perplejidades relacionadas con la evolución de la sexualidad y de la afectividad	314

Principales clases de dirigidos: elementos para el director	319
I. La dirección espiritual de los niños	321
II. Dirección espiritual de los jóvenes	324
1. Importancia	324
2. Formación de actitudes	326
3. Rasgos del director	328
III. La dirección espiritual de los laicos adultos	329
IV. La dirección espiritual de los sacerdotes	333
V. La dirección espiritual de los seminaristas	337
1. La importancia de la dirección del seminarista	337
2. El director y la idoneidad del seminarista	339
3. La apertura de conciencia del seminarista	341
4. El trabajo sobre la castidad	342
5. Castidad más positiva que negativa	344
6. En síntesis	345
VI. La dirección espiritual de los religiosos y las religiosas	347
1. Vida religiosa y dirección	347
2. Actitud ante los candidatos con problemas psíquicos	349
VII. La dirección espiritual de los enfermos mentales	351
Conclusión	355
Bibliografía citada en el manual	359
Apéndice Bibliográfico	367