

Ven y lo veras (Jn 1,39): Guía práctica para el arte de ser acompañados espiritualmente

Para quienes desean caminar con Dios... y no caminar solos



¿Qué es el acompañamiento espiritual?

Es una ayuda personal para crecer en la vida cristiana, en amistad con Dios y en la misión que Él te confía. A diferencia de una charla con un amigo o un consejo psicológico, aquí buscamos juntos descubrir lo que Dios está haciendo en tu alma y hacia dónde te llama.

El acompañamiento espiritual es una relación profundamente humana y al mismo tiempo profundamente teologal. *Papa Francisco, Christus Vivit, 246*

No se trata de controlar tu vida espiritual ni de decidir por ti. Al contrario: es ayudarte a ver con claridad, escuchar mejor a Dios y responder con libertad y alegría.

Para qué sirve

- Para conocer mejor a Dios y tu relación con Él
- Para discernir decisiones importantes
- Para ordenar tu vida interior y vencer confusiones
- Para sanar heridas del pasado que bloquean tu caminar
- Para vivir con más coherencia y profundidad tu fe



¿Qué se espera de ti como acompañado?

Aquí no vienes a impresionar ni a rendir cuentas, sino a mostrar tu alma con sencillez y confianza. Es importante:

 **Ser sincero**

 **Ser concreto**

 **Ser abierto**

 **Ser perseverante**

La sinceridad es la puerta por donde entra el Espíritu Santo. San Josemaría Escrivá

Cómo prepararte para el encuentro

Tómate unos minutos en silencio antes del encuentro:

A. Revisa tu oración

- ¿He orado esta semana? ¿Cómo ha sido?
- ¿Qué me ha dicho el Señor últimamente?

B. Examina tu corazón

- ¿Qué emociones dominan mi vida estos días?
- ¿Dónde siento a Dios más presente?

C. Tu vida concreta

- ¿Cómo está mi relación con mi familia, pareja, amigos?
- ¿Qué desafíos tengo en mis estudios o trabajo?

D. Propósito y misión

- ¿Qué me pide el Señor que cambie o inicie?
- ¿Qué paso concreto me propongo dar esta semana?

El papel del acompañante y actitudes clave

Es un instrumento humilde del Espíritu Santo. Escucha, sugiere, te ayuda a mirar con ojos nuevos, y ora por ti.

El acompañante no sustituye al Espíritu Santo, solo ayuda a reconocer Su voz. *Papa Francisco, Christus Vivit, 244*

Algunas actitudes clave

- **Humildad:** Saber que necesito ayuda
- **Escucha:** No vengo solo a hablar, sino a aprender
- **Fe:** Dios actúa en el acompañamiento
- **Libertad:** Nadie me obliga a nada. Las decisiones son mías
- **Perseverancia:** El crecimiento espiritual lleva tiempo

Después del encuentro y frases para meditar

Qué hacer después del encuentro

1. Ora lo que has escuchado
2. Toma una decisión concreta
3. Escríbelo en tu cuaderno espiritual o diario
4. Vuelve al Señor con gratitud: Él siempre te ha estado esperando



Frases para meditar

¿Qué quieres que haga por ti? *Jesús en Mc 10,51*

No temas. Yo estoy contigo. *Isaías 41,10*

La vida cristiana no es un museo de perfectos, sino un hospital de pecadores. *Papa Francisco*

Dirige tu vida como si Dios te hablara en cada paso... porque lo hace. *Anónimo*

No tengas miedo de dejarte acompañar. Dios te ha creado para amar y ser amado. Y ha puesto en tu camino a personas que te ayuden a crecer. Déjate mirar por Él. Déjate cuidar. Y sigue caminando... porque lo mejor siempre está por llegar.

