



**HERMANAS OBLATAS DEL SANTÍSIMO REDENTOR  
XXII CAPÍTULO GENERAL EXTRAORDINARIO**

Ciempozuelos, Madrid, del 25 de septiembre  
al 24 de octubre 2023

**La Vía  
del Camino  
Capitular:  
La Conversación  
en el Espíritu**



# 1. ¿Qué es y para qué?

---



La conversación en el Espíritu o “conversación espiritual” es **el instrumento de discernimiento** que nos proponemos utilizar en este Capítulo General Extraordinario **para reconocer, interpretar y decidir el camino a seguir a fin de obedecer al diseño de Dios para nosotras hoy**, que surgirá de los trabajos de reflexión en “mesas” (grupos/equipos) cuyas conclusiones se llevarán al plenario capitular.

Está **inspirado en la práctica del “discernimiento comunitario”**, tal como lo propone la tradición de la espiritualidad ignaciana, siguiendo las mociones del Espíritu para reconocer, interpretar y decidir.

La conversación espiritual **se centra en la calidad de la capacidad de escucha**, así como **en la calidad de las palabras pronunciadas**. Esto significa **prestar atención a los movimientos espirituales en una misma y en la otra hermana durante la conversación**, lo que requiere estar atenta a algo más que a las palabras expresadas.



---

Esta cualidad de la atención es un acto de respeto, acogida y hospitalidad hacia las demás tal y como son. Es un enfoque que toma en serio lo que ocurre en el corazón de las que conversan.

Hay dos actitudes necesarias que son fundamentales en este proceso: **escuchar activamente y hablar desde el corazón.**

El **objetivo** de la conversación espiritual es crear una atmósfera de confianza y acogida, para que las personas puedan expresarse con mayor libertad. Esto les ayuda a tomar en serio lo que ocurre en su interior al escuchar a los demás y al hablar. En última instancia, esta atención interior nos hace más conscientes de la presencia y la participación del Espíritu Santo en el proceso capitular de compartir y discernir.

La conversación espiritual se centra en la hermana a a la que escuchamos, en nosotras mismas y en lo que experimentamos a nivel espiritual.

La pregunta fundamental es: “¿Qué está pasando en la otra hermana y en mí, y cómo está actuando el Señor al respecto?”

## 2. Escucha activa

---



- ✓ Mediante la escucha activa, el objetivo es intentar comprender a las demás hermanas tal y como son y vienen al Capítulo. No sólo escuchamos lo que la otra hermana dice, sino también lo que quiere decir y lo que puede estar experimentando a un nivel más profundo. Esto significa escuchar con un corazón abierto y receptivo.
- ✓ Esta forma de escuchar es “activa” porque implica prestar atención a más de un nivel de expresión de la otra hermana. Para ello, hay que participar activamente en el proceso de escucha.
- ✓ Escuchamos a la otra hermana mientras habla y no nos centramos en lo que vamos a decir después.
- ✓ Acogemos, sin juzgar, lo que dice la otra hermana, independientemente de lo que pensemos de ella o de lo que haya dicho. Cada persona es experta en su propia vida. Debemos escuchar de manera que estemos “más dispuestos





---

a dar una buena interpretación a lo que el otro dice que a condenarlo como falso” (Ejercicios Espirituales de San Ignacio, nº 22). Quitemos la etiquetas previas.

- ✓ Nos corresponde creer que el Espíritu Santo nos habla a través de la otra hermana.
- ✓ Acoger sin prejuicios es una forma profunda de acoger a la otra hermana en su radical singularidad.
- ✓ Escuchar activamente es dejarse influir por la otra hermana y aprender de ella.
- ✓ La escucha activa es exigente porque requiere humildad, apertura, paciencia e implicación, pero es una forma eficaz de tomar en serio a las demás.



# 3. Hablar desde el corazón

---



Esto significa expresar con sinceridad la propia experiencia, los sentimientos y los pensamientos.

Implica hablar de la propia experiencia y de lo que una piensa y siente de verdad.

Nos responsabilizamos no sólo de lo que decimos, sino también de lo que sentimos. No culpamos a las demás de lo que sentimos.

Compartimos la verdad tal y como la vemos y la vivimos, pero no la imponemos.

Hablar desde el corazón es ofrecer un regalo generoso a la otra hermana, a cambio de ser escuchada activamente.

Este proceso se enriquece enormemente con una práctica personal regular de autoexamen en oración. Sin un hábito de discernimiento y conocimiento de una misma y de cómo Dios está presente en mi propia vida, no se puede escuchar ni hablar activamente desde el corazón.

## 4. En Resumen.. ¿Cuáles son las actitudes deseadas?



-  Escuchar **activa y atentamente**.
-  Escuchar a las demás hermanas **sin juzgarlas**.
-  **Prestar atención** no sólo a las **palabras**, sino también al **tono** y los **sentimientos** de quien habla.
-  **Evitar la tentación de utilizar el tiempo para preparar** lo que vas a decir en lugar de escuchar a tu hermana.
-  Hablar con **intención**.
-  Expresar tus **experiencias, pensamientos y sentimientos** con la **mayor claridad posible**.
-  Escuchar **activamente**, teniendo en cuenta tus propios pensamientos y sentimientos mientras hablas.
-  **Controlar las posibles tendencias a centrarte en tí misma al hablar**.

---



Este instrumento de discernimiento se traduce, a la largo de la vía de este XXII Capítulo General en tres instancias de trabajo: **personal** (interiorización), **grupala** (comunicación en las mesas) y **plenaria** (decisión en el aula capitular). Y las conversaciones grupales de las mesas se concretan en tres (3) rondas de intervención.



**Personal**  
(Interiorización)



**Grupala**  
(Comunicación  
en las mesas)



**Plenaria**  
(Decisión en el  
aula capitular)