

SHALOM I



Movimiento Creo

Mayo 2025

Índice

Introducción a la Etapa de Shalom	3
Ejercicio de Lectio Divina sobre la Paz	4
Shalom: Fruto de Kairos	5
Preparándonos para la Batalla Espiritual	6
Dinámica: Practicando la Paz en las Relaciones	9
Ejercicio de Discernimiento sobre Manifestaciones Espirituales	14
Dinámica: La Lectura Orante del Evangelio del Día	16
Ejercicio: Redacta tu Propio Magníficat	18
Momento de Formación Intensa	22
Aprendamos sobre Nuestra Fe	24
El rincón de jardinería	26
Preguntas Frecuentes	27

Nota aclaratoria: Este es el tercer tomo del programa "Vuelta a Casa". Si aún no cuentas con el primer y segundo tomo, puedes ponerte en contacto con nosotros a través de:

☎ +34 661 587 865

✉ movimientocatolicocreo@gmail.com

Estaremos encantados de ayudarte. ¡Que Dios te bendiga! 🙏🌟

➤ Introducción a la Etapa de Shalom ⚡

Ha llegado el momento de encontrar la paz, de sanar las heridas internas y, sobre todo, de reconciliarte con Dios. La etapa de **Shalom** no es solo un paso más en este camino, es un tiempo para experimentar la paz profunda que solo Él puede dar, incluso en medio de las dificultades.

➔ ¿Qué significa Shalom?

El término **Shalom** no solo se refiere a la paz como ausencia de conflictos, sino a una paz integral que abarca bienestar, plenitud y armonía con Dios, contigo mismo y con los demás. Es la paz que Jesús prometió a sus discípulos, una paz que el mundo no puede dar, pero que transforma cada rincón de nuestra vida.

Hasta ahora, has recorrido un itinerario lleno de gracia y transformación: has reconocido tus heridas, te has abierto al amor de Dios y has comenzado a contemplar las Santas Llagas de Cristo. Ahora, en este **Kairos** especial, te invitamos a profundizar en esa paz que supera todo entendimiento, esa paz que viene de la reconciliación con Dios, contigo mismo y con los demás.

“La paz os dejo, mi paz os doy; no os la doy como la da el mundo” (Jn 14, 27).

➔ Ahora tómate un momento para meditar: ¿Qué significa para ti la palabra paz?

Aquí te dejamos una definición para que la compares con la que has escrito:

¿Qué es la paz?

La paz, es un **fruto del Espíritu Santo** que consiste en la serenidad y confianza interior que brota de la comunión con Dios, permitiendo al creyente vivir sin temor, incluso en medio de dificultades. No es solo ausencia de conflictos, sino la armonía profunda que surge de la fe, la gracia y la justicia de Dios.

Basado en Gálatas 5:22-23, donde San Pablo enumera los frutos del Espíritu, y en el Catecismo de la Iglesia Católica (CIC 736), que explica cómo el Espíritu Santo obra en nosotros para producir estos frutos.

Ejercicio de Lectio Divina sobre la Paz

Objetivo: Profundizar en la paz que da Cristo a través de la meditación bíblica.

Pasajes sugeridos:

- Juan 14, 27: "La paz os dejo, mi paz os doy; no os la doy como la da el mundo."
- Filipenses 4, 6-7: "No os inquietéis por nada; más bien, en toda ocasión, presentad vuestros deseos a Dios en oración y ruego, y con acción de gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús."

Instrucciones:

①



LEE EL PASAJE
LENTAMENTE.

②



MEDITA

¿QUÉ PALABRA O FRASE TE
LLAMA LA ATENCIÓN?

③



ORA: HABLA CON DIOS SOBRE LO QUE HAS
LEÍDO ¿QUÉ SIENTES QUE DIOS QUIERE
DECIRTE A TRAVÉS DE ESTA PALABRA?

④

CONTEMPLA: TERMINA CENTRANDO TU
ATENCIÓN EN EL HECHO DE QUE DIOS ESTÁ
CONTIGO. SIENTE SU PRESENCIA, HABLA CON ÉL.



COMENTA ESTE EJERCICIO CON TU MISIONERO O GUÍA ESPIRITUAL.

Shalom: Fruto de Kairos

Shalom es el fruto de haber recorrido el camino de Kairos con sinceridad y fe. Es el momento en que la paz de Dios comienza a habitar en tu corazón, incluso en medio de las tormentas de la vida. Esta paz no elimina los desafíos, pero te llena de fortaleza para enfrentarlos con confianza en el Señor.

→ Examen de Paz Interior (Basado en Shalom como Fruto de Kairos)

Objetivo: Identificar qué aspectos de la vida necesitan la paz integral de Dios.

Instrucciones:

①

AL FINAL DEL DÍA, TOMA 10 MINUTOS PARA REFLEXIONAR CON ESTAS PREGUNTAS:

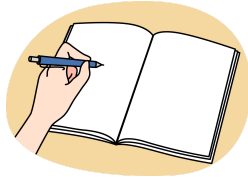


¿QUÉ SITUACIONES O PENSAMIENTOS ME HAN INQUIETADO HOY?

¿HE BUSCADO LA PAZ DE DIOS O HE INTENTADO RESOLVER TODO POR MI CUENTA?

¿DÓNDE SENTÍ LA PRESENCIA DE DIOS GUIÁNDOME HACIA SU SHALOM?

②

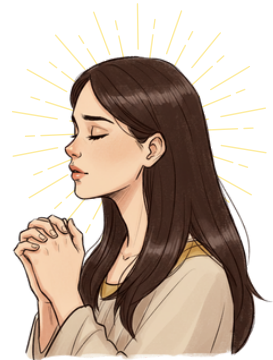


ESCRIBE TUS RESPUESTAS EN UN DIARIO ESPIRITUAL.

③

ORA CON ESTA FRASE DE JUAN 14, 27:

“SEÑOR, DAME TU PAZ, NO COMO LA DA EL MUNDO, SINO TU SHALOM, QUE LLENA MI CORAZÓN.”



Preparándonos para la Batalla Espiritual

Sin embargo, sabemos que el camino hacia la paz no está exento de desafíos. Si has llegado hasta aquí, es posible que ya estés enfrentando luchas espirituales importantes. El maligno intentará desanimarte, llenarte de dudas o alejarte del programa, pero no estás solo en esta batalla. Confía en el Espíritu Santo, que te guía, y en la Virgen María, que siempre te protege.

! Recuerda:

Si sientes pensamientos de desánimo o tribulación, habla con tu misionero asignado o guía espiritual. Ellos están aquí para ayudarte en los momentos de dificultad. También te recomendamos realizar diariamente la **oración para momentos de tribulación**. Incluso cuando pienses que no la necesitas, será una fuente de fortaleza espiritual.

Para comprender mejor esta lucha y las herramientas que Dios nos da, comienza viendo este vídeo:

▶ Hablemos del demonio (Mons. Munilla)

<https://www.youtube.com/watch?v=Dt4Y4vWCxPo>

“A los que crean, les acompañarán estos signos: echarán demonios en mi nombre, hablarán lenguas nuevas, cogerán serpientes en sus manos y, si beben un veneno mortal, no les hará daño. Impondrán las manos a los enfermos, y quedarán sanos” (Mc 16, 17).

☞ Confía y Avanza ☞

Este camino no lo recorres solo. Dios camina contigo en cada paso, sosteniéndote y guiándote. Él conoce tus luchas y está listo para fortalecerte. Es tiempo de mirar hacia adelante con valentía, dejando tus miedos en sus manos y confiando plenamente en su amor.

➡ Ahora, avancemos con las recomendaciones prácticas que te ayudarán a permanecer firme en este tiempo de Shalom, pero antes una historia:

Había una vez un caminante que, en medio de una oscura tormenta, no sabía cómo avanzar. El viento soplaba con fuerza, y la lluvia cegaba su vista. De pronto, alguien se acercó y le puso una lámpara en la mano. Aunque no iluminaba todo el camino, le permitía dar un paso a la vez. Una voz suave le dijo: “Confía y sigue la luz; yo estaré contigo.”

El caminante avanzó con la lámpara y, al final del camino, encontró un refugio donde lo esperaba una mujer con los brazos abiertos. Era su madre, quien le había enviado la lámpara y lo había guiado con amor desde lejos.

💡 **Reflexión:** El Espíritu Santo es esa lámpara que ilumina cada paso, y la Virgen María es quien intercede para que llegues al refugio seguro del amor de Dios.

Confía en la fuerza del Espíritu Santo, pues te guiará y ponte en manos de la Virgen, quien te protegerá y ayudará durante este proceso.



 **Por favor, presta especial atención, a las siguientes normas que **JAMAS DEBES OLVIDAR****

Nunca hables/te dirijas al demonio.

“Con el diablo no se discute, con el diablo no se dialoga”.¹ Es común cuando se piensa estar influenciado por el mal comenzar a realizar oraciones de liberación. Estas oraciones no se pueden tomar a la ligera. Existen dos tipos de oraciones:

Las oraciones imperativas: Son aquellas en las que se da una orden directa al demonio. Estas están estrictamente reservadas a los ministros ordenados: sacerdotes y diáconos. En el caso de oraciones de exorcismo mayor, estas pueden ser realizadas exclusivamente por sacerdotes exorcistas debidamente autorizados por la Iglesia. Este tipo de oraciones requiere no solo la autoridad sacramental del Orden Sagrado, sino también un mandato explícito del obispo para ejercer el ministerio del exorcismo, conforme a las normas establecidas en el Ritual del Exorcismo y en las Linee Guida per il Ministero dell'Esorcismo.² Los laicos no están autorizados para realizar este tipo de oraciones, ya que pueden exponerse a graves riesgos espirituales y contravenir las disposiciones eclesíásticas, diseñadas para proteger tanto al individuo como a la comunidad de posibles confusiones o ataques del maligno.

Recuerda que la oración de exorcismo de León XIII está estrictamente reservada a los exorcistas autorizados por la Iglesia; ni los laicos ni los sacerdotes sin este mandato pueden recitarla.

Queremos hacer constar que aunque algunos sacerdotes puedan afirmar que los laicos pueden realizar este tipo de oraciones, **NO ES CONVENIENTE**. Las oraciones imperativas suelen tener fórmulas como:

- “*Por el poder de la sangre de Jesús, ato, ligo y encadeno a xxx*”
- “*Encadeno todo xxx a los pies de la Cruz de Cristo.*”

Las oraciones deprecativas: Los laicos deben limitarse a oraciones deprecativas, en las cuales se pide a Dios que actúe.

 **Importante:** Aunque a continuación se proporciona un ejemplo de oración deprecativa, **no se recomienda realizar este tipo de oraciones**. Las oraciones de liberación, incluso las deprecativas, deben realizarse siempre con prudencia y dentro de un marco de guía espiritual adecuada para evitar confusiones o riesgos innecesarios.

Un ejemplo de oración deprecativa sería:

- “*Señor, te pido en el nombre de tu Hijo Jesucristo, ates, ligo y encadenes xxx.*”

Las Linee Guida per il Ministero dell'Esorcismo³ advierten que estas prácticas deben ejecutarse con extrema prudencia, en obediencia a las normas de la Iglesia, y bajo la dirección de un guía espiritual autorizado. Recordemos siempre que la batalla espiritual pertenece a Dios, y nosotros, como creyentes, estamos llamados a mantener nuestra mirada fija en Él.

Recuerda que, aunque el enemigo intente confundirte o debilitarte, nunca olvides que **Cristo ya ha vencido al maligno**. Su poder y Su amor son infinitos, y en Él encontramos la **protección y fortaleza necesarias para enfrentar cualquier adversidad espiritual**.

1. Papa Francisco. Ángelus, 23 febrero 2023.

2. Linee Guida per il ministero dell'esorcismo alla luce del rituale vigente. (Directrices para el ministerio del exorcismo a la luz del ritual actual). Edizioni Messaggero di Padova 2020.

3. Linee Guida per il ministero dell'esorcismo alla luce del rituale vigente. (Directrices para el ministerio del exorcismo a la luz del ritual actual). Edizioni Messaggero di Padova 2020.

⚠ Importante: Es fundamental mantener la mirada fija en Dios. **Él conoce tus necesidades y escucha tus oraciones, sin necesidad de fórmulas complicadas o largas.** Habla con confianza y sencillez a Dios Padre, a Jesús, al Espíritu Santo y a la Virgen María, quienes interceden amorosamente por ti. También puedes invocar con fe al Arcángel San Miguel, cuya protección es especialmente eficaz en la lucha contra el mal.

Para profundizar en este tema y comprender las normas relativas a las oraciones de liberación, te recomendamos consultar la [Carta a los Ordinarios del Lugar para recordar las normas vigentes sobre los exorcismos](#) (Congregación para la Doctrina de la Fe).



Vive en paz y armonía con tu entorno

La llamada a vivir en paz y armonía con el entorno encuentra su fundamento en el mandamiento principal que Jesús nos dio:

“Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu mente. Este es el mayor y el primer mandamiento. El segundo es semejante a este: Amarás a tu prójimo como a ti mismo” (Mt 22, 37-39).

Este mandamiento resume toda la Ley y los Profetas, pues establece que el amor es la base de toda relación: con Dios, con nosotros mismos y con los demás. Amar a Dios sobre todas las cosas implica buscar su paz y transmitirla en nuestras acciones cotidianas. Este amor nos lleva a un segundo paso: amar al prójimo con el mismo cuidado y respeto con que cuidamos nuestra propia vida.

El amor auténtico transforma nuestras relaciones y nos permite ser instrumentos de paz. Vivir en armonía con el entorno no es solo evitar conflictos, sino buscar activamente el bien de los demás y de la creación. Esto nos llama a reconciliarnos con quienes nos rodean, a valorar cada relación y a construir puentes de comprensión y respeto.

Como Jesús nos enseñó en las Bienaventuranzas:

“Dichosos los que trabajan por la paz, porque ellos serán llamados hijos de Dios” (Mt 5, 9).

Dinámica: Practicando la Paz en las Relaciones

Objetivo: Llevar la paz de Dios a las relaciones interpersonales.

Instrucciones:

→ Identifica una Relación a Mejorar:

Reflexiona sobre alguien con quien hayas tenido un conflicto reciente o sientas cierta distancia. Puede ser un familiar, amigo, compañero de trabajo o vecino.

→ Actúa con Intención: Realiza un acto concreto de acercamiento.

- Algunas ideas:
 - ♥ Envía un mensaje o realiza una llamada mostrando interés sincero.
 - ♥ Escribe una carta expresando tus sentimientos y pidiendo perdón si es necesario.
 - ♥ Haz un pequeño gesto amable, como un detalle simbólico o invitarle a compartir tiempo juntos.
 - ♥ Si no te sientes capaz de tener contacto ora por esa persona, bendicela y dale gracias a Dios por su vida.

→ Pide la Gracia de Dios:

Antes de dar el paso, ora con humildad:

“Señor, Tú eres la fuente de la verdadera paz. Dame tu sabiduría para acercarme con amor y humildad, y permite que este gesto sea un reflejo de tu reconciliación. Ayúdame a amar como Tú nos amas.”



→ Reflexiona Sobre el Proceso:

Después de llevar a cabo el acto, toma un momento para meditar:

- ¿Qué has sentido al dar este paso?
- ¿Cómo ha impactado en la relación?
- ¿Qué has aprendido sobre la paz de Dios en este proceso?

→ Evita el contacto con fuentes del mal.

Mantente alejado de cualquier forma de música, símbolos, libros, películas u otros medios que promuevan el terror, el esoterismo, el ocultismo o valores contrarios a la fe cristiana. Estos elementos pueden abrir puertas espirituales perjudiciales y debilitar tu vida de fe, distrayéndote de la verdad y la luz de Cristo. La Iglesia nos recuerda la importancia de ser prudentes y discernir los contenidos que consumimos, evitando todo aquello que pueda poner en peligro nuestra vida espiritual o llevarnos al pecado (CIC 2116-2117). En su lugar, alimenta tu espíritu con contenidos que edifiquen tu fe y te acerquen a Dios. En la siguiente parte de Shalom profundizaremos mucho más sobre esto.

👉 Veamos una historia sobre esto:

En un pueblo donde todos vivían apresurados, había dos fuentes de agua. Una era grandiosa, rodeada de mármol y adornos brillantes. Su agua tenía un sabor dulce al principio, y casi todo el mundo bebía de ella sin pensarlo. Cerca, pero menos visible, estaba un pozo sencillo, escondido entre árboles. Su agua era pura, pero no tenía el atractivo inmediato de la otra fuente.

Un viajero llegó al pueblo después de un largo camino. Sediento, se dirigió directamente a la fuente brillante y bebió hasta saciarse. Al principio, sintió alivio y frescura. Pero con los días, un desasosiego empezó a crecer en su interior: un vacío que no sabía cómo explicar.

Se preguntó: “¿Qué ha cambiado en mi vida desde que llegué aquí? ¿Qué estoy haciendo de diferente?” Miró a su alrededor y se dio cuenta que lo diferente era el agua que bebía. Sin embargo vio cómo todos seguían bebiendo de la fuente brillante como si nada. Pensó: “Si ellos están bien, ¿por qué yo me siento así?”

Un día, mientras caminaba más allá del pueblo, escuchó el sonido de un pequeño manantial. Entre los árboles encontró un pozo escondido. Un anciano, sentado cerca, lo miró con compasión y le dijo:

—Hijo, lo que sientes no es un castigo, sino un regalo. Ese vacío es la voz de Dios, que te invita a buscar su Shalom: esa paz que llena el alma, que no se encuentra en el ruido ni en lo superficial. Prueba este agua. Es diferente.

El viajero dudó, pero decidió beber. Al primer sorbo, sintió cómo su vacío desaparecía, reemplazado por una paz que nunca había experimentado. Comprendió que la fuente brillante le daba una falsa satisfacción, mientras que el pozo escondido le ofrecía el agua que sacia de verdad. Recordó las palabras de Jesús: *“El que beba del agua que yo le dé, nunca más tendrá sed”* (Jn 4, 14).



💡 **Reflexión:** En nuestra vida, a menudo bebemos de fuentes que parecen buenas, pero que nos dejan vacíos. Ese vacío es una gracia de Dios que nos impulsa a buscar su Shalom: una paz plena, que viene de beber del agua viva que solo Él puede ofrecer. Cuando dejamos las fuentes superficiales y nos dirigimos al pozo de Cristo, encontramos no solo alivio, sino también el Shalom que transforma nuestro interior y nos da plenitud.

➡ **Evita el pecado, y si llegas a caer, acude inmediatamente al sacramento de la confesión.**

La confesión no solo nos reconcilia con Dios, sino que también nos fortalece espiritualmente, restaurando la gracia divina y ayudándonos a resistir futuras tentaciones. El Catecismo de la Iglesia Católica nos enseña que “el sacramento de la Penitencia restablece la comunión con Dios” y que, al confesar con un corazón arrepentido, “recibimos el perdón de nuestros pecados y somos fortalecidos contra el mal” (CIC 1468-1469). Por ello, acudir a la confesión con prontitud demuestra nuestra confianza en la misericordia infinita de Dios y nuestro deseo sincero de caminar en su gracia.

Vídeos:



¿Qué es el perdón de los pecados? (Monseñor José Ignacio Munilla)

<https://www.youtube.com/watch?v=iyMcIKjlpHc>



¿Por qué un sacerdote pecador puede perdonarme los pecados? (Monseñor José Ignacio Munilla)

<https://www.youtube.com/watch?v=LcC7AQ1OOvk>



Se recomienda la confesión frecuente, idealmente semanal, ya que este sacramento es una fuente poderosa de gracia que renueva la amistad con Dios, fortalece contra las tentaciones y protege del mal. El Catecismo de la Iglesia Católica enseña que la confesión no solo reconcilia al penitente con Dios, sino que también lo libera y fortalece frente al mal (CIC 1468). Por esta razón, el Padre Gabriele Amorth, reconocido exorcista, señalaba que la confesión es el “exorcismo más potente” disponible para todos los fieles, ya que restaura la gracia divina, rompe los lazos del pecado y aleja al alma de las influencias malignas.



Para comprender mejor cómo actúa el Señor en la confesión, leamos una historia:

Un niño rompió una hermosa jarra en casa. Asustado, escondió los pedazos bajo la cama, pensando que su padre nunca lo sabría. Pero cada vez que entraba a su cuarto, sentía el peso de su culpa. Finalmente, se acercó a su padre, confesó lo que había hecho y, con lágrimas, le pidió perdón.

El padre no solo lo abrazó, sino que juntos arreglaron la jarra, creando un diseño aún más bello con las grietas reparadas.



Reflexión: Así actúa Dios en la confesión. No sólo perdona, sino que transforma nuestras heridas en algo nuevo y hermoso.



Si posees dones extraordinarios, como videncia, sanación u otros carismas, es prudente suspender su uso de inmediato hasta que recibas la orientación de un sacerdote, preferiblemente un exorcista. Esto permitirá realizar un discernimiento adecuado sobre su origen, asegurando que estos dones estén verdaderamente al servicio de Dios y libres de posibles interferencias espirituales. Es de suma importancia consultar con sacerdotes experimentados para distinguir entre fenómenos de origen espiritual y natural, siempre dentro del marco de la autoridad eclesiástica. Este discernimiento busca evitar confusiones o posibles engaños que puedan desviar del camino de la fe. Si percibes una posible influencia maligna, también se recomienda abstenerse de usar dones que puedan parecer del Espíritu Santo, como el don de lenguas, hasta recibir una guía pastoral adecuada. Según el Catecismo de la Iglesia Católica (CIC 801), los carismas auténticos deben contribuir al bien común y a la edificación de la Iglesia, y siempre estar en conformidad con su enseñanza. Esta precaución tiene como objetivo garantizar que cualquier don sea auténtico, utilizado con recta intención y en obediencia a la Iglesia, evitando riesgos espirituales o confusiones.

- Es recomendable que **te abstengas de imponer las manos sobre otros para orar, o de permitir que otros laicos te impongan las manos a ti**. Consultar este tema con un acompañante espiritual asegura que el acto de oración esté en conformidad con la enseñanza de la Iglesia y libre de riesgos, garantizando un discernimiento adecuado sobre las circunstancias y su impacto espiritual.

Dios siempre camina contigo y te sostiene en esta lucha. Confía en Su poder y en Su guía amorosa a través de los sacerdotes y acompañantes espirituales que Él ha dispuesto para ti.

- La Conferencia Episcopal Española, en línea con el Magisterio de la Iglesia, **ADVIERTE** que la denominada “oración de sanación intergeneracional”, no está en conformidad con la fe católica. En particular, se advierte que dicha práctica se basa en la idea de que los pecados de los antepasados pueden afectar espiritualmente a sus descendientes de una manera casi mágica o determinista, y que mediante una oración específica se puede romper esa cadena. Esto contradice el principio cristiano de la responsabilidad personal del pecado, tal como enseña el Catecismo de la Iglesia Católica (cf. CIC 1868) y también el texto bíblico de Ezequiel 18, 20: “El hijo no cargará con la culpa del padre, ni el padre cargará con la culpa del hijo”. Además, los obispos han advertido del riesgo de que estas prácticas introduzcan una visión esotérica o pseudoterapéutica de la fe, alejada del discernimiento espiritual y de la tradición eclesial. Se recomienda abstenerse de este tipo de oraciones y acudir a misas que tengan esta intención.

Aquí puedes leer la nota completa:

<https://www.conferenciaepiscopal.es/nota-doctrinal-sanacion-intergeneracional/>

- Se desaconseja firmemente el uso de textos, vídeos u oraciones que hagan referencia a las llamadas “almas errantes”, ya que contradicen la doctrina católica, expresada de forma clara en el Catecismo y en los documentos magisteriales:
- «Todo hombre, desde el momento de su muerte, recibe en su alma inmortal la retribución eterna, en un juicio particular que pone su vida en relación con Cristo, por lo cual o pasará a través de una purificación (cf. Concilio de Lyon II: DS 856; Concilio de Florencia: DS 1304; Concilio de Trento: DS 1820), o entrará inmediatamente en la bienaventuranza del cielo (cf. Concilio de Lyon II: DS 857; Juan XXII: DS 991; Benedicto XII: DS 1000-1001; Concilio de Florencia: DS 1305), o bien se condenará inmediatamente para siempre (cf. Concilio de Lyon II: DS 858; Benedicto XII: DS 1002; Concilio de Florencia: DS 1306)» (Catecismo de la Iglesia Católica, n. 1022)
 - «Según la fe de la Iglesia católica —como recuerda la Nota doctrinal sobre la práctica de la “sanación intergeneracional” (2024) de la Conferencia Episcopal Española— no existe una vida post mortem que modifique la personalidad o añada eventos sustanciales a una vida ya cumplida durante la existencia terrenal.»
 - Santo Tomás de Aquino enseña: «Como dice Agustín en el De Civitate Dei X y Crisóstomo en el Super Matthaeum, los demonios con frecuencia fingen ser almas de difuntos [frequenter Daemones simulant se esse animas mortuorum], para reforzar en su error a los paganos que creen en tales cosas. Y así, en este caso, es creíble que Simón el Mago estuviera poseído por algún demonio que fingía ser el alma del niño que él había matado» (Suma Teológica, I, cuestión 117, artículo 4, respuesta a la objeción 2)

- Las Líneas guía para el ministerio del exorcismo a la luz del ritual vigente (n. 210) indican a los exorcistas que:

«El término “preternatural” debe entenderse siempre como referido únicamente al mundo demoníaco, ya que la acción de los espíritus bienaventurados (jerarquías angélicas), después de su elevación a la gloria, debe ser siempre calificada como acción sobrenatural. Lo mismo se aplica a las almas de los hombres que gozan de la visión de Dios en el Paraíso y a las del Purgatorio, en las cuales la Voluntad de Dios se cumple ya perfectamente.»⁴

- ➔ Si experimentas **visiones, presencias o percepciones de personas fallecidas, seres de luz, sombras, etc. NO HABLES, NI INTERACTUES DE NINGUNA MANERA CON ELLAS.** Estas experiencias pueden tener diversas explicaciones espirituales y/o psicológicas y requieren discernimiento adecuado. Comunica este tipo de vivencias cuanto antes a un sacerdote, quien podrá orientarte, discernir su origen y ayudarte a comprenderlas desde una perspectiva espiritual segura. No prestes atención a lo que estas manifestaciones puedan decirte, incluso si insisten en que son familiares o seres benévolos. El maligno puede disfrazarse de “ángel de luz” (2 Co. 11,14) para confundirnos y apartarnos del camino de Dios. Sé especialmente cauteloso con supuestas apariciones de la Virgen, Jesús o Santos, ya que su autenticidad debe ser evaluada por la Iglesia. Actuar con humildad y obediencia, buscando la guía de un sacerdote, es el camino más seguro para responder a este tipo de situaciones.

👉 Veamos una historia sobre esto:

Había una vez un jardinero llamado Tomás, famoso por su amor por las flores. En su jardín, cultivaba las más hermosas plantas, siguiendo cuidadosamente el libro de un experto botánico que llevaba siglos guiando a otros jardineros. Este libro contenía instrucciones claras sobre qué semillas plantar, cómo cuidarlas y cuáles evitar, ya que algunas eran tóxicas aunque parecieran inofensivas.

Un día, un viajero pasó por el jardín y le dijo:

—Tomás, hay unas flores mágicas en el bosque cercano. Dicen que tienen poderes extraordinarios y hacen que el jardín florezca como nunca antes.

Intrigado, Tomás fue al bosque y encontró las flores. Eran bellísimas, más hermosas que cualquier cosa que hubiera visto antes, y parecían emanar una luz especial. Sin consultar el libro ni a otros jardineros, decidió traerlas a su jardín.

Al principio, las flores crecieron rápido y llenaron el lugar de un aroma embriagador. Tomás estaba convencido de que había hecho lo correcto. Sin embargo, con el tiempo, notó que otras plantas comenzaban a marchitarse. Las raíces de las flores misteriosas se extendían por todo el jardín, absorbiendo los nutrientes de la tierra y dejando a las demás plantas sin vida.

Desesperado, Tomás buscó en el libro botánico y encontró un capítulo sobre las flores que parecían mágicas. Decía:

“No todas las flores hermosas son buenas. Algunas esconden toxinas que arruinan la tierra y corrompen todo lo que tocan. Antes de introducir algo nuevo en tu jardín, consulta siempre con expertos para discernir su verdadera naturaleza.”



4. Nota de advertencia de la Asociación Internacional de Exorcistas: A propósito del libro «Las seis puertas del enemigo. Experiencia de un exorcista» (Luzón Peña, Javier, Ed. ALTOLACRUZ, 2017).

5. Concepto utilizado en la terminología de la Nueva Era (New Age)

Tomás se dio cuenta de su error y, con ayuda de otros jardineros, logró arrancar las flores tóxicas. Aprendió que la belleza y el poder aparente no siempre son señales de bondad, y que confiar en la sabiduría probada era la única manera de mantener su jardín sano y floreciente.

 **Reflexión:** No todo lo que parece espiritual o bueno viene de Dios. Algunas experiencias pueden ser engañosas, como las flores misteriosas, y terminan envenenando nuestra vida espiritual. La Iglesia, como el botánico experimentado, tiene el discernimiento necesario para ayudarnos a identificar lo que realmente proviene de Dios.

El ocultismo y la mediumnidad aunque tenga siglos de historia, no tiene raíces en la verdad de Cristo, sino en confusiones y engaños que separan al alma de su creador. Obedecer a la Iglesia no es negar las experiencias, sino someterlas a un discernimiento que garantiza que no estamos dejando entrar al “veneno” espiritual en el jardín de nuestra vida.

Ejercicio de Discernimiento sobre Manifestaciones Espirituales

Objetivo: Someter cualquier experiencia espiritual al discernimiento de la Iglesia.

Instrucciones:

- 1 ANTE CUALQUIER VISIÓN, PENSAMIENTO O PERCEPCIÓN QUE CONSIDERES ESPIRITUAL ESCRIBE LO SUCEDIDO CON MÁXIMO DE DETALLES. QUÉ VISTE, QUÉ ESCUCHASTE, QUÉ SENTISTE, ETC.**



- 2 RESPONDE A LAS SIGUIENTES PREGUNTAS:**

¿ESTE MENSAJE ME ACERCA MÁS A DIOS, A LA IGLESIA Y A LA OBEDIENCIA?

¿ME LLENA DE PAZ VERDADERA O ME GENERA INQUIETUD?

¿ESTE MENSAJE ES COHERENTE CON LO QUE ENSEÑA LA IGLESIA CATÓLICA?

- 3 ANOTA TU EXPERIENCIA EN UN CUADERNO Y ACUDE INMEDIATAMENTE A VISITAR A UN SACERDOTE PARA DISCERNIR LO SUCEDIDO.**



PUEDES REALIZAR ESTA ORACIÓN:

“SEÑOR, SI ESTA EXPERIENCIA NO VIENE DE TI, APÁRTALA DE MÍ. PROTÉGEME Y DAME DISCERNIMIENTO.”

- ➔ **Desaconsejamos las llamadas “misas de sanación y liberación”** (no confundir con las misas de enfermos) y las oraciones de liberación grupales. Nos amparamos para afirmar esto en: **Instrucción sobre las oraciones para obtener de Dios la curación** (Congregación para la Doctrina de la Fe, 14 de septiembre de 2000). Este documento (conocido por su título latino *Ardens felicitatis*) establece varias limitaciones litúrgicas en encuentros de “sanación”. Por ejemplo, indica que no debe introducirse ninguna “oración de curación” improvisada dentro de la Misa u otros sacramentos – salvo, a lo sumo, incluir intenciones especiales por los enfermos en la oración de los fieles. Asimismo, subraya que el exorcismo es un rito aparte y “queda absolutamente prohibido introducir tales oraciones [de exorcismo] en la celebración de la Santa Misa, de los Sacramentos o de la Liturgia de las Horas”

La Instrucción encomienda al obispo diocesano regular estas celebraciones: **se requiere su permiso expreso para cualquier Misa o liturgia de curación**, incluso si participan otros prelados, y el Obispo local **puede prohibir** que otro obispo celebre tales actos en su diócesis por causa justa. Igualmente, ordena evitar confusiones entre liturgia y actos paralitúrgicos, exhortando a eliminar en estas reuniones de oración “formas semejantes al histerismo, a la teatralidad o al sensacionalismo” Puedes leer todo el documento aquí:

https://www.vatican.va/roman_curia/congregations/cfaith/documents/rc_con_cfaith_doc_20001123_istruzione_sp.html#:~:text=%C2%A7%202,curaci%C3%B3n%20lit%C3%BArgicas%20o%20no%20lit%C3%BArgicas

- ➔ Desde la doctrina de la fe se pide a los obispos **impedir las llamadas oraciones de “liberación” dirigidas por personas no autorizadas**; es decir, que **no se permitan reuniones de oración para expulsar demonios** (aunque no sean exorcismos formales) lideradas por laicos u otros sin el debido mandato, especialmente si en ellas se “interpela directamente a los demonios” o se busca revelar su identidad. Puedes leer el documento aquí:

https://www.vatican.va/roman_curia/congregations/cfaith/documents/rc_con_cfaith_doc_19850924_exorcism_sp.html#:~:text=3,la%20identidad%20de%20los%20mismos

- ➔ Se aconseja participar **diariamente en la Santa Misa, recibiendo la Sagrada Eucaristía** siempre que estés en disposición para ello, ya que este sacramento es el centro y culmen de la vida cristiana (CEC 1324). Asimismo, se recomienda acudir semanalmente a la Adoración del Santísimo Sacramento, dedicando el máximo tiempo posible a este encuentro íntimo con el Señor, quien permanece realmente presente en el sacramento del altar (CEC 1378). La Eucaristía y la Adoración son fuentes inagotables de gracia que fortalecen el alma, renuevan la amistad con Dios y nos llenan de su paz.



- ➔ La lectura diaria de la Palabra de Dios es una práctica fundamental para el crecimiento espiritual. A través de las Escrituras, el Señor nos habla directamente, ofreciéndonos consuelo, orientación y fortaleza para afrontar cada día con fe y esperanza. Como dice San Pablo:

“Toda Escritura es inspirada por Dios y útil para enseñar, para reprender, para corregir y para instruir en la justicia” (2 Tim 3, 16).

Meditar el Evangelio del día no es solo un ejercicio intelectual, sino un encuentro vivo con Cristo. En cada pasaje, Él nos llama a profundizar en su amor y a descubrir su voluntad para nuestras vidas. Es una forma de abrir el corazón a su Palabra, permitiendo que transforme nuestros pensamientos, actitudes y acciones.



Jesús mismo dijo:

“El que escucha mis palabras y las pone en práctica, es como un hombre prudente que construyó su casa sobre roca” (Mt 7, 24). Al meditar en el Evangelio diario, edificamos nuestra vida en la firmeza de su amor y verdad.

Dinámica: La Lectura Orante del Evangelio del Día

Objetivo: Profundizar en la Palabra de Dios y escuchar su mensaje para nuestra vida diaria.

Instrucciones:

🌸 **Busca el Evangelio del Día:**

- Puedes encontrarlo en aplicaciones móviles católicas, páginas oficiales de la Iglesia, o consultar un leccionario.

🌸 **Crea un Ambiente de Oración:**

- Busca un lugar tranquilo, enciende una vela si lo deseas, y colócate en la presencia de Dios con esta oración:

“Señor, abre mi mente y mi corazón para recibir tu Palabra. Que sea lámpara para mis pies y luz para mi camino (Sal 119, 105). Amén.”

🌸 **Lectio Divina (Cuatro Pasos):**

LECTURA (LECTIO)

1

LEE EL EVANGELIO CON CALMA, DETENIÉNDOSE EN LAS PALABRAS O FRASES QUE MÁS TE IMPACTEN.



MEDITACIÓN (MEDITATIO)

2

REFLEXIONA: ¿QUÉ ME ESTÁ DICIENDO DIOS HOY? ¿CÓMO SE APLICA ESTE MENSAJE A MI VIDA?



ORACIÓN (ORATIO)

3

HABLA CON DIOS SOBRE LO QUE HAS LEÍDO. AGRADECE, PIDE SU AYUDA O CONFÍA TUS PREOCUPACIONES EN ÉL.



CONTEMPLACIÓN (CONTEMPLATIO)

4

PERMANECE EN SILENCIO, DEJANDO QUE LA PALABRA DE DIOS TOQUE TU CORAZÓN Y TE LLENE DE PAZ.



🌸 Compromiso Diario:

Escribe en un cuaderno una frase del Evangelio que resonó contigo y un propósito concreto para el día inspirado en la lectura. Por ejemplo:

- Evangelio: “Ámense los unos a los otros como yo los he amado” (Jn 15, 12).
- Propósito: Hoy seré más paciente y amable con los demás, reflejando el amor de Cristo.

🌸 Cierra con Oración:

“Gracias, Señor, por hablarme hoy a través de tu Palabra. Ayúdame a vivir según tus enseñanzas y a compartir tu amor con los que me rodean. Amén.”

- ➔ Se recomienda el **rezo diario del Santo Rosario**, una práctica de profunda riqueza espiritual que nos ayuda a meditar en los misterios de la vida de Cristo junto con María, su Madre. Si es posible, se sugiere hacerlo en comunidad, ya que la oración en grupo fortalece la fe y fomenta la comunión entre los fieles. Como ha enseñado la Iglesia, el Rosario es “un compendio del Evangelio” (Rosarium Virginis Mariae, San Juan Pablo II), y es especialmente poderoso en la lucha contra el mal y en la búsqueda de la paz interior.



- ➔ Se recomienda **rezar diariamente la Oración de las Santas Llagas**, al menos la primera parte, como una práctica devocional de gran eficacia espiritual. A través de esta oración, nos unimos a los méritos de la Pasión de Cristo, implorando su misericordia y protección. Este ejercicio de piedad nos ayuda a meditar en el amor redentor de Jesús y a fortalecer nuestra fe frente a las adversidades. Como enseña la Iglesia, “las oraciones y devociones que se inspiran en los misterios de Cristo son un alimento precioso para la vida espiritual” (CEC 2669).
- ➔ Se aconseja **seguir fielmente el programa de oraciones propuesto**, ya que está diseñado para guiarte en un camino de crecimiento espiritual y fortalecimiento en la fe. Este programa integra prácticas aprobadas por la Iglesia que te ayudarán a profundizar en tu relación con Dios, a recibir su gracia y a enfrentar las dificultades espirituales con confianza en su amor y poder. Siguiendo este itinerario, caminarás con mayor seguridad en la senda de la conversión y la santidad.
- ➔ El **ayuno** siempre es agradable al Señor, pero debe realizarse con la **recomendación o autorización de tu acompañante espiritual o exorcista**, quien evaluará cuál es el más adecuado en tu caso. El ayuno no siempre es de comida, puede ser de redes sociales, de juicios, de discusiones, etc.

Recordemos que, como enseña el Evangelio, hay ciertos demonios que solo se expulsan con oración y ayuno.⁶

- ➔ Se recomienda **introducir o incrementar el tiempo de agradecimiento y alabanza al Señor como parte esencial de tu vida espiritual**. Esto puede realizarse mediante cantos, rezando el Magnificat (Lc. 1, 46-55) o expresando en tus propias palabras gratitud por las bendiciones recibidas. La alabanza eleva el corazón hacia Dios y nos ayuda a reconocer Su presencia amorosa en nuestra vida, como enseña el salmista: “Dad gracias al Señor, porque es bueno, porque es eterno su amor” (Sal. 136, 1).

Ejercicio: Redacta tu Propio Magníficat

Objetivo: Inspirarse en el Magníficat de la Virgen María para expresar de manera personal alabanza y gratitud a Dios, reconociendo Su acción en la propia vida.

➔ Paso 1: Leer y Meditar el Magníficat

Comienza leyendo el Magníficat con calma y atención, permitiendo que sus palabras resuenen en tu corazón:

"Proclama mi alma la grandeza del Señor,
se alegra mi espíritu en Dios, mi salvador,
porque ha mirado la humildad de su sierva.
Desde ahora me felicitarán todas las generaciones,
porque el Poderoso ha hecho obras grandes por mí:
su nombre es santo,
y su misericordia llega a sus fieles
de generación en generación.
Él hace proezas con su brazo,
dispersa a los soberbios de corazón,
derriba del trono a los poderosos
y enaltece a los humildes;
a los hambrientos los colma de bienes
y a los ricos los despide vacíos.
Auxilia a Israel, su siervo,
acordándose de la misericordia,
como lo había prometido a nuestros padres,
en favor de Abrahán y su descendencia por siempre."
(Lc 1, 46-55)

Reflexiona:

- 🌸 ¿Qué palabras o frases destacan para ti?
- 🌸 ¿Cómo crees que María expresa su amor, gratitud y confianza en Dios?

➔ Paso 2: Redacta tu Propio Magníficat

Comienza leyendo el Magníficat con calma y atención, permitiendo que sus palabras resuenen en tu corazón:

Instrucciones:

- 🌸 **Proclama quién es Dios para ti:**

Comienza con una frase que exprese cómo ves a Dios en tu vida. Por ejemplo:
"Proclama mi alma la bondad del Señor, porque Él es fiel y nunca me abandona."

- 🌸 **Reconoce las bendiciones que has recibido:**

Menciona las obras grandes que Dios ha hecho en tu vida, tanto espirituales como materiales.

Por ejemplo: *"Porque ha sanado mis heridas y ha llenado mi corazón de esperanza."*

🌸 Alaba sus atributos:

Destaca alguna cualidad de Dios que admiras, como su misericordia, justicia o amor. Por ejemplo: *“Él es justo y misericordioso, y cuida de los humildes y pequeños.”*

🌸 Confirma su fidelidad:

Habla de cómo Dios ha sido fiel a sus promesas en tu vida o en la historia. Por ejemplo: *“Él siempre cumple sus promesas, y su amor abarca todas las generaciones.”*

🌸 Cierra con confianza y gratitud:

Termina agradeciendo y reafirmando tu confianza en Él. Por ejemplo: *“Por eso mi alma confía plenamente en Ti, Señor, porque sé que tus planes son de paz y no de aflicción.”*

➔ Ejemplo de un Magníficat Personal

“Proclama mi alma la bondad infinita del Señor,
porque Él me ha sostenido en mis momentos de debilidad.
Se alegra mi espíritu en Dios, mi salvador,
porque ha llenado mi vida de amor y propósito.
Él ha escuchado mis oraciones
y ha caminado conmigo en mis días oscuros.
El Señor, que es justo y fiel,
hace maravillas en los corazones de quienes confían en Él.
Él restaura a los que hemos estado en Nueva Era,
perdona nuestros pecados
y enciende la luz de la fe en los corazones cansados.
Su amor no tiene límites,
su misericordia es eterna,
y me demuestra cómo me ama cada día.
Por eso mi alma te alaba, Señor,
y confía en que tus caminos son perfectos.
Amén.”

➔ Paso 3: Rezar y Compartir

- Una vez que termines de redactar tu Magníficat, léelo en voz alta como una oración de alabanza personal.
- Si te sientes cómodo, comparte tu Magníficat con tu misionero o guía espiritual para inspirar a otros con tu testimonio de fe.

Este ejercicio permite reconocer la acción de Dios en la vida personal y expresar alabanza de manera creativa y significativa.

- Se recomienda el **uso regular de sacramentales como una ayuda espiritual en tu vida de fe**. Los sacramentales, correctamente bendecidos y utilizados con devoción, son un medio eficaz para obtener gracias y protección espiritual, siempre en el contexto de una vida de oración y sacramentalidad. Es importante recordar que los sacramentales no actúan automáticamente ni poseen un poder mágico; su eficacia proviene de la intercesión de la Iglesia y de la disposición de fe del creyente (CEC 1667-1670). En caso de duda sobre cómo obtener la bendición de los sacramentales o sobre su uso adecuado, consulta a tu exorcista o acompañante espiritual para recibir orientación pastoral precisa. El uso incorrecto de sacramentales, especialmente cuando se les atribuyen propiedades supersticiosas, puede desvirtuar su sentido y conducir a prácticas contrarias a la fe cristiana.⁷



- **Cuidado con las prácticas supersticiosas** tal y como advierte la Asociación Internacional de Exorcistas: “Hay que censurar a quienes utilizan procedimientos supersticiosos, pidiendo fotos o ropa para reconocer posibles maleficios, tocando determinados puntos del cuerpo de los fieles con el fin de «diagnosticar la presencia de entidades malignas» o para «expulsar la negatividad», o sugiriendo un uso impropio de la res sacrae (agua, sal, aceite bendecido, etc.) a los que algunos denominan «exorcizados». Son comportamientos errados, que alimentan la mentalidad y la práctica supersticiosas, dañan la dignidad del cuerpo, templo del Espíritu Santo, e inducen a un uso mágico de los objetos bendecidos, despojándolos, de hecho, del significado real que es hacer presente la presencia salvífica de Cristo”

Puedes leer la nota completa donde descubrirás otros aspectos muy importantes sobre el ministerio del exorcismo:

<https://www.aieinternational.es/nota-sobre-algunos-aspectos-del-ministerio-de-los-exorcismos/>

- Te animamos a que busques siempre la **guía de Dios** en oración, para discernir Su voluntad en tu vida y caminar conforme a ella.
- En este camino, es esencial recordar que el objetivo no es únicamente la sanación y/o liberación, sino un verdadero encuentro de amor con Dios. Busca a Dios no para ser sanado y/o liberado, sino para vivir plenamente en su amor. Él te sostiene y te guía hacia la libertad verdadera.

7. Linee Guida per il ministero dell'esorcismo alla luce del rituale vigente. (Directrices para el ministerio del exorcismo a la luz del ritual actual). Edizioni Messaggero di Padova 2020.

➔ Otras consideraciones a tener en cuenta:

Dentro del Programa de “Vuelta Casa” que te presentamos, encontrarás en alguna ocasión, referencias a hacer las oraciones propuestas en voz alta. Dichas recomendaciones tienen su fundamento en el Catecismo de la Iglesia Católica (CEC 2701): “La oración vocal es un elemento indispensable de la vida cristiana. A los discípulos, atraídos por la oración silenciosa de su Maestro, éste les enseña una oración vocal: el “Padre Nuestro”. Jesús no solamente ha rezado las oraciones litúrgicas de la sinagoga; los Evangelios nos lo presentan elevando la voz para expresar su oración personal, desde la bendición exultante del Padre (cf. Mt. 11, 25-26), hasta la agonía de Getsemaní (cf. Mc. 14, 36)”.

También observarás que, en el Programa se proponen oraciones de renuncia antes de la confesión (y no después), para que la persona interesada verbalice lo que debe hacer en su corazón y en su vida. Dicha oración de renuncia se plantea en base a las renunciaciones que hacemos en las promesas bautismales, según se explica en el Catecismo de la Iglesia Católica (CEC 1237): “Puesto que el Bautismo significa la liberación del pecado y de su instigador, el diablo, se pronuncian uno o varios exorcismos sobre el candidato. Este es ungido con el óleo de los catecúmenos o bien el celebrante le impone la mano y el candidato renuncia explícitamente a Satanás”.

Es normal que al comenzar este viaje te **encuentres con resistencias**. El enemigo hará todo lo posible para alejarte de la Eucaristía, de la confesión y de las oraciones que te presentaremos. Pero deseamos te sientas tranquilo/a, porque estamos aquí para apoyarte. Cada paso que des te acercará más a la liberación y a la sanación que necesitas.

No importa cuánto tiempo tome el proceso, lo que importa es que **confíes en el Señor y en su plan para ti**. Estoy convencida de que esto está sucediendo por una razón, y que Dios tiene algo muy especial preparado en tu camino. Tu viaje hacia la liberación es también un viaje hacia la revelación de la grandeza del amor de Dios.

Así que, adelante, con valentía y determinación. Cada paso que tomes te llevará más cerca de la libertad espiritual y la paz que anhelas. **Estamos aquí para apoyarte en cada etapa de este camino.**

Ante cualquier duda o dificultad, no dudes en contactar al misionero asignado a tu caso. Estamos contigo y oramos por ti.

Momento de Formación Intensa

Ahora que cuentas con una base sólida y directrices claras, es el **momento de profundizar en tu formación espiritual**. Esta etapa te invita a fortalecer tu espíritu para enfrentar con valentía la lucha espiritual que forma parte de este camino.

Te recomendamos **aprovechar los recursos** propuestos a continuación. Estos materiales han sido cuidadosamente seleccionados para brindarte un soporte práctico y espiritual en los momentos de dificultad, mostrándote el poder transformador de la fe y las herramientas que la Iglesia nos proporciona para mantenernos firmes en la verdad y en la gracia de Dios.

Avanza con confianza y dedica tiempo a asimilar estas enseñanzas, permitiendo que nutran tu vida interior y refuercen tu relación con el Señor.

Ejercicio Práctico Posterior a Cada Visualización de los vídeos:

ORACIÓN REFLEXIVA

- Después de cada video, dedica 5-10 minutos en oración para pedir la guía del Espíritu Santo. Agradece las enseñanzas recibidas y pídele que ilumine tu mente para aplicarlas en tu vida diaria.

Ejemplo de Oración:

“Señor, te doy gracias por este momento de formación. Abre mi corazón para comprender tu verdad y dame la gracia de vivir según tus enseñanzas. Ayúdame a discernir con sabiduría y fortaleza en mi caminar espiritual. Amén.”



ESCRITURA ESPIRITUAL

- Reflexiona sobre el contenido del video y escribe en un cuaderno las respuestas a las siguientes preguntas:



- ¿Qué mensaje principal me ha dejado este video?
- ¿Cómo puedo aplicar esta enseñanza en mi vida diaria?
- ¿Qué pasos concretos puedo dar esta semana para fortalecer mi fe?

ACCIÓN CONCRETA

- Realiza una acción inspirada en lo que has aprendido. Por ejemplo:
 - Si el video aborda la importancia de la oración, comprométete a añadir 10 minutos de oración diaria a tu rutina.
 - Si trata sobre la confesión, programa una cita para recibir este sacramento.
 - Si se habla sobre la lucha contra pensamientos negativos, identifica uno recurrente en tu vida y reemplázalo con una afirmación basada en la Palabra de Dios.



COMPARTE CON TU ACOMPAÑANTE ESPIRITUAL O MISIONERO:

Una vez por semana, comparte tus reflexiones y aprendizajes con tu guía espiritual. Esto te ayudará a profundizar en el contenido y a recibir orientación adicional.

Estos ejercicios tienen como propósito hacer que cada video no solo sea una fuente de información, sino también una **oportunidad para transformar tu vida espiritual de manera práctica y concreta.**

 [Catequesis sobre el discernimiento \(Papa Francisco\).](#)

 [Sobre los pensamientos negativos \(Papa Francisco\).](#)

 [Sobre la acedia o pereza \(Papa Francisco\).](#)

 [Infiltración en la Iglesia de la falsa espiritualidad “Nueva Era” \(Monseñor José Ignacio Munilla\).](#)

 [Cómo se vence al demonio. Aclaraciones del Papa Francisco sobre los exorcismos de Jesús](#)

 [Vigilantes contra la mundanidad \(Papa Francisco\).](#)

 [Sobre la justificación del demonio y el pecado \(Papa Francisco\).](#)

 [Audiencia General del Papa Pablo VI, sobre el demonio](#)

 [Audiencia General del Papa Francisco, sobre la acción del maligno y el combate](#)

Ahora que has terminado de ver todos los vídeos y leer el material, contacta con tu misionero o director espiritual para compartir los resultados que has obtenido en cada.

Segundo Momento de Formación Intensa: Aprendamos sobre Nuestra Fe

Enfrentar la lucha espiritual requiere un conocimiento profundo y una comprensión sólida de nuestra fe. La oración del Credo, que profesamos como católicos, es más que una declaración de principios: es una guía que nos conecta con las verdades esenciales de nuestra fe y nos une a la comunidad de creyentes a lo largo de los siglos.

En esta etapa, te invitamos a sumergirte en vídeos y materiales formativos que desglosan y explican cada artículo del Credo. A través de estas enseñanzas, no solo fortalecerás tu capacidad para defender tu fe, sino que también te enamorarás más profundamente de Dios y de Su Iglesia.

➤ CREDO APOSTÓLICO ➤

✝⁸ Creo en Dios Padretodopoderoso, Creador del cielo y de la tierra. Creo en Jesucristo, su único Hijo, nuestro Señor; que fue concebido por obra y gracia del Espíritu Santo, nació de Santa María Virgen; padeció bajo el poder de Poncio Pilato, fue crucificado, muerto y sepultado; descendió a los infiernos, al tercer día resucitó de entre los muertos; subió a los cielos y está sentado a la diestra de Dios, Padre todopoderoso. Desde allí ha de venir a juzgar a los vivos y a los muertos. Creo en el Espíritu Santo; la Santa Iglesia Católica, la Comunión de los Santos; el perdón de los pecados, la resurrección de la carne; y la vida eterna. Amén.

Ejercicio Práctico Posterior a Cada Visualización de los vídeos:

➔ Oración de Afirmación del Credo

Después de ver cada video, ora con calma el Credo, deteniéndote en las frases que más resuenen en tu corazón. Pídele al Espíritu Santo que te ilumine para comprender esas verdades en profundidad.

Ejemplo de Oración Inicial:

“Señor, gracias por este momento de formación. Abre mi mente y mi corazón para que estas palabras del Credo se conviertan en vida en mí. Ayúdame a interiorizarlas y a vivirlas cada día con mayor fidelidad. Amén.”

➔ Exploración Personal

Escribe en tu cuaderno las respuestas a las siguientes preguntas:

- ¿Qué parte del Credo he comprendido más profundamente gracias a este video?
- ¿Qué aspectos de mi vida necesito alinear con esta verdad de fe?
- ¿Cómo puedo explicar esta enseñanza a alguien que no la conoce o la entiende poco?

➔ Memorización Activa

Escoge una frase del Credo que te inspire especialmente y memorízala. Repítela durante el día como una forma de meditación y afirmación de tu fe.

➔ Testimonio de Fe

Aplica lo aprendido compartiendo una breve reflexión o testimonio con un amigo, familiar o miembro de tu comunidad. Hablar de nuestra fe no solo la fortalece en nosotros, sino que también puede inspirar a otros.

8. Esta cruz significa que se debe hacer la señal de la cruz.

➔ Acto de Amor Concreto

Realiza una acción en respuesta a lo aprendido. Por ejemplo:

- Si reflexionas sobre “Creo en un solo Dios, Padre todopoderoso”, haz un acto de confianza radical en Él dejando en sus manos tus preocupaciones.
- Si te detienes en “Creo en la resurrección de los muertos”, reza por las almas del purgatorio o por un ser querido fallecido.

Esta etapa es una invitación a profundizar en las raíces de nuestra fe, a enamorarnos nuevamente de sus verdades y a vivirlas con alegría y valentía. Aprovecha cada video como una oportunidad para acercarte más a Dios y para reafirmar la esperanza que Él nos ofrece a través de su Iglesia.

➔ CATEQUESIS SOBRE LA BASE DE NUESTRA FE



[El pecado original](#)



[¿Qué significa que Dios Padre es todopoderoso?](#)



[Si Dios es todopoderoso ¿Por qué existe el mal?](#)



[¿En qué sentido María es siempre Virgen?](#)



[¿Qué es la resurrección de la carne?](#)



[¿Qué es la vida eterna?](#)

➔ MATERIAL ADICIONAL OPCIONAL



[El concepto católico de Misericordia](#)



[La misericordia y el pecado](#)



[¿Cómo invocar a Dios como Padre?](#)



[¿Qué significa que Jesús vendrá a juzgar a vivos y muertos?](#)



[¿Por qué confiar en la Iglesia Católica?](#)

Una vez hayas visualizado todos los vídeos contacta con tu misionero o guía espiritual para comentar lo aprendido.

El rincón de jardinería

Algunas pistas para crecer en la Fe y la Espiritualidad

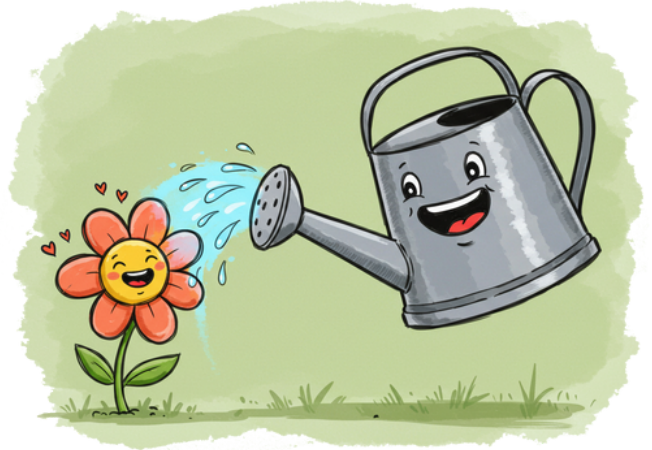
Tu relación con Dios debe parecerse a un jardín precioso lleno de flores y frutos



¿Cómo crear, desarrollar y cuidar tu jardín con Dios?

A continuación, te presentamos algunas ideas que te ayudarán a profundizar y crecer en tu fe.

Aunque puedes realizarlas individualmente, te animamos a compartir estas experiencias con tus amigos o en familia para fortalecer los lazos comunitarios. La primera parte incluye propuestas tradicionales, mientras que en la segunda encontrarás opciones más creativas y dinámicas para enriquecer tu espiritualidad.



① **Desarrollar una Devoción Particular**

- Consagrarte al Inmaculado Corazón de María: Sigue un plan como el de San Luis de Montfort para profundizar en la devoción mariana.
- Hacer la Novena del Corazón de Jesús los primeros viernes de mes.

② **Aprovechar la Naturaleza como Medio de Encuentro con Dios**

- Hacer caminatas contemplativas: Ora mientras disfrutas de la creación, meditando en el amor de Dios reflejado en la naturaleza.
- Escribir un salmo personal: Inspírate en la naturaleza y escribe tu propia alabanza a Dios.



Preguntas Frecuentes (FAQ)

¿Qué hago si no siento la paz de Dios a pesar de seguir todos los pasos?

Es normal que la paz no se experimente siempre de forma inmediata o emocional. La paz de Dios, como fruto del Espíritu Santo, a veces actúa de forma silenciosa y profunda. No te desanimes; persevera en la oración, los sacramentos y la obediencia. Coméntalo con tu misionero o guía espiritual.

¿Cómo distingo entre una manifestación espiritual auténtica y una que no lo es?

Cualquier experiencia espiritual debe ser discernida con un sacerdote. Si te genera inquietud, contradice la enseñanza de la Iglesia o te aleja de los sacramentos, es motivo de atención. No tomes decisiones por tu cuenta. Anótalo y compártelo con quien te acompaña.

¿Puedo seguir usando redes sociales durante esta etapa?

Sí, pero se recomienda discernimiento. Evita contenidos que alimenten la confusión, la ansiedad o que promuevan valores contrarios a la fe. Puedes vivir un ayuno digital parcial si lo crees necesario. Habla de esto con tu acompañante.

¿Qué hago si vivo en un entorno que no apoya mi camino espiritual?

Reza por quienes te rodean y busca una comunidad o grupo que te ayude a sostenerte. Recuerda que la paz de Dios puede habitar incluso en ambientes adversos. Tu testimonio silencioso es una semilla.

¿Qué pasa si me cuesta confiar en el acompañamiento o me siento juzgado?

El camino de sanación incluye también sanar la confianza. Si sientes resistencia, compártelo con libertad. El misionero o guía espiritual está para ayudarte, no para juzgarte. Puedes pedir cambiar de acompañante si eso facilita tu proceso pero esto requiere de un discernimiento profundo y que realmente las causas estén justificadas.

¿Es necesario seguir todo al pie de la letra?

El programa está diseñado como un itinerario guiado. Sin embargo, cada persona vive un ritmo distinto. Lo esencial es mantenerte en oración, en obediencia a la Iglesia y abierto a la gracia. Lo importante no es la perfección, sino la fidelidad.

¿Qué sucede si empiezo a experimentar sanación interior? ¿Cómo lo gestiono?

Es un regalo, pero también un momento delicado. Escribe lo que vives y compártelo con tu guía. La sanación no es solo personal: puede ser testimonio y fuente de misión si se discierne bien.

Recuerda las palabras de Jesús: "Vete y no peques más" (Jn 8, 11). Cuando el Señor te sana, también te envía. No mires atrás ni regreses a lo que te dañó. Cuida lo que has recibido y permanece vigilante para que el enemigo no robe la paz que Dios ha sembrado en ti.

¿Puedo compartir lo aprendido en este programa con otros?

Sí, pero con prudencia. Este material está pensado para vivirse dentro de un proceso acompañado. No lo compartas como un curso independiente. Mejor invita a la persona a comenzar el camino desde el inicio, con apoyo del Movimiento Creo.

¿Debo confesarme si he realizado la oración intergeneracional?

Sí. Aunque muchas veces esta oración se ha practicado con buena intención, la Iglesia ha señalado que no está en conformidad con la fe católica, ya que presupone una transmisión casi mágica del pecado entre generaciones, lo cual contradice la responsabilidad personal del pecado (cf. CIC 1868; Ez 18, 20). Por tanto, es importante confesar su uso como una práctica espiritual no aprobada, especialmente si se hizo creyendo que allí residía el poder para sanar heridas profundas o romper maldiciones. En la confesión encontrarás la gracia y la luz necesarias para cortar con cualquier influencia espiritual y abrirte plenamente a la acción liberadora de Dios a través de los sacramentos. No tengas miedo de presentar esto en tu confesión: el sacerdote está allí para ayudarte a reconciliarte con Dios y con la Iglesia.