La finalidad del programa de vida se concreta en encauzar y ordenar el trabajo espiritual. Requiere: conocimiento personal para detectar la pasión dominante y sus manifestaciones más frecuentes; reconocer también las propias virtudes y fortalezas para avanzar en el camino de la transformación; discernimiento y prudencia para elegir los mejores medios y, sobre todo, una gran *"determinada determinación"*, como decía Santa Teresa, para alcanzar el ideal propuesto.

Obviamente de nada servirá un programa si no se hace vida. Aquí entra muy especialmente la figura del orientador espiritual, quien vigilará y colaborará con el orientado para que trabaje con constancia en su programa, motivando, exigiendo y llevándolo al realismo. La transformación, proceso largo y demorado, depende, a fin de cuentas, del tiempo de Dios para cada alma, independientemente de los deseos personales.

Al comenzar a hacer el programa se debe seguir una estrategia. *Para toda alma que aspira a la santidad, dada la multiplicidad de aspectos que ésta presenta y, por otra parte, de defectos correspondientes que encontramos en nuestra vida, se impone de una manera inevitable el trazarse un programa de vida espiritual. Ni a todo podemos prestar atención, ni tenemos fuerzas suficientes para atacar a un mismo tiempo en todos los frentes. Además desde que hacemos nuestro ingreso en la vida religiosa, el sistema y el orden forman parte de nuestra formación, se trata de una consigna de estrategia. Nada más ajeno a la vida consagrada que un trabajo alocado, improvisado. En ninguno de los campos de su actuación debe proceder así la mujer llamada a ser testigo de Jesucristo y mucho menos en el de su santificación personal y transformación en Él que es el importante. Y es que aquí rige también el principio romano "divide y vencerás". También a los enemigos de nuestra alma, externos o internos, tenemos necesidad de seccionarlos, de aislarlos, para combatirlos uno a uno y vencerlos más fácilmente." Una estrategia corroborada con otro dicho popular: "El que mucho abarca poco aprieta".*

Por ello, importa descubrir la famosa «pasión dominante» o como algunos autores

modernos prefieren llamar: «el propio conflicto central».” (Amadeo Cencini, *Por amor. Con amor. En el amor.* Ed. Atenas. Madrid 1996, p. 111).

En la vida de cada persona hay múltiples fallos y defectos. Pero analizando tales defectos, encontramos la repetición de unos con más frecuencia que otros, y la mayor gravedad de unos respecto a los otros. Si profundizamos un poco más, descubrimos en la mayor parte de nuestros fallos y defectos una única causa, una misma raíz, una misma tendencia. Esa raíz común la llamamos defecto o pasión dominante.

Se entiende por *pasión dominante* la tendencia desordenada más profunda y fuerte en nosotros, origen de la mayor parte de nuestros fallos. No obstante la permanencia de esa pasión en nuestra vida, podrán darse variaciones según las distintas edades y circunstancias. Habrá épocas donde se impondrá la vanidad, en otras aparecerá más bien el orgullo o la ambición. Habrá también momentos donde surja con fuerza casi irreprimible la pereza y sensualidad, la lujuria. Lo importante, al elaborar el plan de vida, consistirá en encontrar cuál sea, en ese momento, el enemigo principal a combatir, porque impide, como ningún otro, nuestro progreso espiritual.

El descubrimiento de la pasión dominante no es difícil cuando hay un verdadero conocimiento de sí mismo. Sin embargo, podrá darse el caso de personas que nunca hayan reflexionado sobre sí mismas, y por lo tanto, no se conozcan. El orientador espiritual debe ayudarles dándoles sugerencias y medios concretos para su conocimiento personal y para lograr encontrar los obstáculos de su progreso espiritual en su seguimiento amoroso de Jesucristo y de su voluntad. *Al conocimiento debe ir unida la aceptación del propio yo, con sus elementos positivos y negativos*.

Ofrecemos una metodología sencilla:

A. **Proporcionarles el esquema** de los siete pecados capitales y sus principales manifestaciones (la encuentran en el anexo) para saber poner nombre a sus faltas y pecados.

B. **Elaborar una lista de los propios fallos,** escribiéndolos en una columna. El dirigido hace una lista de los puntos que no van bien en su vida, como hijo(a), padre, madre, esposo(a), amigo(a) o apóstol, como religiosa. Si salen veinte o muchos más, no importa, se trata de hacer un buen examen de la propia vida.

En este momento se pueden encontrar varios tipos de dirigidos. Quien cree no

tener faltas, vive tan habituado al pecado y tiene tan deformada su conciencia que ya no lo registra. Otro quizás no ha tomado conciencia de su pecado por superficialidad. Otro más puede tener miedo a descubrirlo. Se da también el extremo de quien se imagina que tiene todos los defectos y pecados posibles.

C. **Descubrir las causas de las fallas y la pasión de origen.**

Una vez hecha la lista, viene la parte más delicada porque un fallo puede tener distintas causas. Lo importante será discernir la principal y anotarla al lado, en una columna. A veces resultará difícil reconocer la procedencia de los fallos, pero las sucesivas direcciones espirituales deben llevar a un conocimiento mejor.

Debemos ser muy prudentes al revisar las causas propuestas por el dirigido.

El anotar los vicios o pasiones provocadoras de estos fallos exige reflexión y bastante conocimiento personal; el resultado será muy beneficioso para elaborar un plan de vida adecuado a la realidad del dirigido. Si viésemos un árbol frondoso al que estuviera atacándolo una plaga, no podríamos quedarnos sólo en curar las ramas; hay que ir al tronco, a la raíz, para sanar al árbol entero.

El siguiente ejemplo puede ayudar:

Falta – Pecado de: **criticar con facilidad**
Causa : Por que me siento superior.
Pasión : Soberbia

Falta – Pecado: ,**Me impaciento ante los fallos ajenos**
Causa : Me disgusta que tengan faltas.
Pasión : Soberbia

Falta – Pecado: **Me enojo cuando me indican mis errores**
Causa : Por que me ven imperfecta
Pasión : Vanidad

Falta – Pecado: **Me disgusta hacer exámenes de concencia<**
Causa : Por que no me gusta lo que veo
Pasión : Vanidad

Falta – Pecado: **Llego siempre tarde a Cases**
Causa: Por Flojera
Pasión: Sensualidad

Falta – Pecado: **No me gusta que me digan lo que he de hacer**
Causa: Por que me siento menos
Pasión: Soberbia

Dirigido y orientador espiritual analizarán de forma objetiva y profunda dos cosas:

a) ¿Qué pasión se repite con mayor frecuencia? En el ejemplo sobresale la soberbia.
b) ¿Cuáles son las manifestaciones más graves de esa pasión? Las que hieren la caridad.

Cuando una persona lleva años de vida espiritual percibe con más claridad cuál es la raíz que mayormente dirige su conducta. Pero al principio, necesitará ayuda, orientación y motivación en el auto-análisis que debe llevar a cabo, a fin de que su programa de vida no apunte en una dirección equivocada.

Una vez definida la pasión dominante y cómo se manifiesta en la vida del orientado, se podrá pasar a hacer el programa, ayudándose del esquema y las orientaciones establecidas en los apartados siguientes.

Posiblemente al hacer el primer programa de vida, éste no salga perfecto. Pero conviene echarlo a andar. Si cuesta mucho cumplirlo puede ser señal de haber acertado. Si no, quizás hemos equivocado la pasión dominante o los medios propuestos.

Al cabo de un año se revisan en profundidad los logros obtenidos y se vuelve a elaborar el programa, ordinariamente durante Ejercicios Espirituales.

¿Cuenta Usted con un plan de vida espiritual? Comparta con nosotros su experiencia y participe en nuestros foros de discusión:Foro exclusivo para Religiosas en Catholic.net

* Síguenos en nuestras redes sociales y comparte con nosotros tu opinión:

**Facebook**

**Twitter**

* Para mayor información, visita nuestra comunidad de religiosas

* ¿Dudas, inquietudes? Pregúntale a un experto

* ¿Te gustó nuestro servicio? Suscríbete a nuestro boletín mensual

* Comparte con nosotros tu opinión y participa en nuestros foros de discusión de Catholic.net