

Discernimiento



**“Es esa reflexión de la mente y del corazón
que debemos hacer antes de tomar una
decisión”** (Papa León XIV, 17 mayo de 2025).

Octubre 2026

¿Qué es?

El arte de elegir bien.

La virtud de aprender a reconocer, a ver claramente, qué está bien y qué está mal, para elegir lo que nos acerca a Dios.

No se trata solamente de pensar qué decisión tomar, sino escuchar nuestra conciencia, usar la razón, pedir la guía de Dios y dejarnos orientar por el Espíritu Santo.



Antes de tomar una decisión podemos preguntarnos:
¿Me acerca a Dios? ¿Ayuda a los demás?
¿Me hace crecer como persona?





Por qué es importante...

Cada vez que decidimos cómo hablar, qué elegir, cómo actuar, la conciencia, esa voz interior que tenemos, nos ayuda a reconocer qué decisión aporta el mayor bien.

Vivir sin discernimiento es vivir por debajo de lo que somos: seres racionales y libres, llamados a amar el bien verdadero.

Es una **expresión concreta de nuestra dignidad y magnífica humanidad.**

¿Cómo se vive?

Ver, juzgar, actuar.



- 1 Miro la situación con honestidad:** ¿Qué está pasando realmente? ¿Cuáles son mis opciones? Si es algo importante, ¿busco consejo de alguien de confianza? No actúo por impulso.
- 2 La ilumino y la cultivo con la fe:**
Me pregunto: ¿qué me dice Dios sobre esto? Para eso contamos con tres grandes herramientas: **La Palabra de Dios, la oración y la enseñanza de la Iglesia**, para elegir siempre con sabiduría.
- 3 Decido y actúo con valentía:**
El discernimiento no termina en pensar, sino en actuar; no hago lo que se me antoja.
La virtud de la prudencia nos ayuda a tomar decisiones concretas, con responsabilidad y sin miedo.



¿Qué frutos da?



La paz interior, cuando aprendemos a discernir bien, ya no vivimos con la angustia. La educación de la conciencia "engendra la paz del corazón", al saber que elegimos con prudencia, honestidad, y con Dios.

Una vida más libre y más auténtica, una conciencia bien formada "garantiza la libertad". La persona que discierne no se deja llevar por la moda, lo fácil, sino que vive con coherencia.



Enemigos

- ✓ **El pecado y el desorden interior** nos alejan de Dios.
- ✓ **El miedo y la indecisión:** La prudencia no es timidez ni cálculo cobarde.
- ✓ **La ignorancia y la presión social** ayudan a que el espíritu del mal conduzca nuestra vida.
- ✓ **La prisa:** decidir sin reflexionar, dejarse llevar por el primer impulso o la presión del momento.



Sin discernimiento, la persona queda a merced de impulsos, modas, o la opinión de la mayoría.



El tribunal del bien

Reúnan a la comunidad en círculo. Cada persona escribe en un papel una situación, real o imaginaria, en la que le cuesta saber qué es lo correcto. Puede ser anónima.

Recojan los papeles y elijan una o dos situaciones para comentarlas entre todos, siguiendo tres pasos sencillos:

1. **Ver:** ¿Qué está pasando?
2. **Juzgar:** ¿Qué nos dice la fe sobre esta situación?
3. **Actuar:** ¿Qué podemos hacer para elegir el bien?

En cada paso, una persona diferente puede ayudar a dirigir la conversación. Al final, compartan:

- ✓ ¿Qué nos ayudó a ver con más claridad?
- ✓ ¿Cómo nos iluminó la fe?
- ✓ ¿Qué haríamos concretamente?

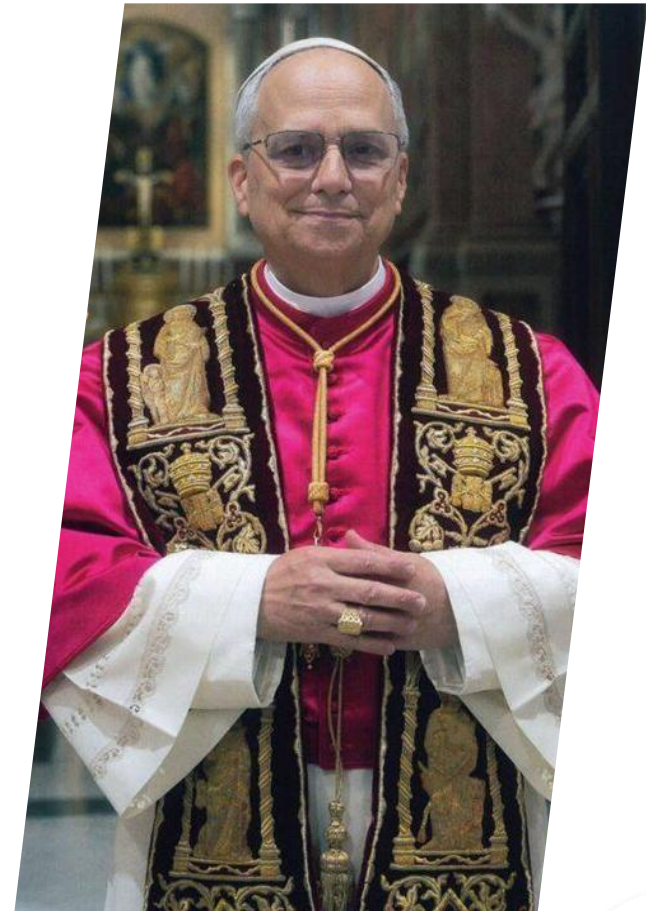
Terminen con una oración espontánea, pidiendo al Espíritu Santo que les dé luz para saber elegir y hacer siempre el bien.



¿Qué dice el Papa



“Es un trabajo importante: aprender a discernir. Cuando somos jóvenes, llevamos dentro muchos deseos, muchos sueños y ambiciones. El corazón a menudo está abarrotado y sucede que nos sentimos confundidos”. Escuchar juntos, reconocer la acción del Espíritu y buscar aquello que mejor sirve al Evangelio es la luz que ilumina...



24 junio de 2025





Conclusión

Discernir el bien es una batalla diaria que se gana con oración, humildad y formación de la conciencia. Cada día tomamos decisiones que nos construyen o nos destruyen.



Contamos con el Espíritu Santo que nos acompaña, con la Palabra de Dios que nos ilumina y con la Iglesia que nos guía. La invitación es simple: detente, mira, ora y decide con Dios.

Estamos contigo,
a un mensaje de distancia



● **5625517212**
(WhatsApp Celular CEFAS)



● **CEFAS/comunidades**



● **info@cefasmx.org**



● **www.cefasmx.org**



● **Lázaro Garza Ayala Ote. #690**
Esquina con calle General Naranjo
E-1, San Pedro Garza García NL,
CP 66230

