



ONE BOOK | UN LIBRO
ONE PARISH | UNA PARROQUIA

Guía para la discusión



LOYOLAPRESS.
UN MINISTERIO JESUITA
A JESUIT MINISTRY

SEMANA UNO: Capítulo 1, *El examen, en resumen*

1. ¿Cuál es su primera reacción a los cinco pasos del Examen? ¿Encuentra la estructura consoladora o demasiado rígido?
2. Jim Manney escribe que “Nada es tan insignificante que no tiene sentido”. En el pasado, ¿ha sentido Dios presente en sus experiencias diarias? ¿Quiere que Dios esté presente en sus experiencias diarias?

Capítulo 2, *¿Por qué es este un buen modo de rezar?*

3. ¿Tiene una amistad con Dios? Explore la idea de lo que significaría tener Dios-Padre, Hijo y Espíritu Santo-como un amigo.
4. Reflexione sobre la realización de Ignacio de la presencia de Dios en los sentimientos y estados de ánimo que él sintió mientras convalecía en el castillo de su familia. ¿Cree que Dios se comunica con nosotros a través de nuestras emociones?

Capítulo 3, *¿Por qué es este un buen modo de rezar?*

5. ¿Se ha aburrido o cansado de sus prácticas de oración? ¿De qué dificultades con la oración ha padecido en el pasado?
6. ¿Por qué es importante ser honesto en la oración?

SEMANA DOS: Capítulo 4, Paso Uno: Rezar pidiendo ser iluminado

1. ¿Ha habido momentos en su vida en los que no tuvo ganas de orar, como lo describe Manney?
2. ¿Por qué es importante tener la perspectiva de Dios cuando oramos? ¿Qué le permite ver de esa perspectiva que no podría ver de su punto de vista usual?
3. ¿Cuáles son las relaciones importantes en su vida que define quién es?

Capítulo 5, Paso Dos: Dar gracias

4. ¿Qué papel tiene la “gratitud” en su vida?
5. Considere cuidadosamente la oración de Ignacio en la página 34. ¿Qué cambios sostendría usted si compartiera de su mismo con Dios de esta manera?
6. ¿Cómo se puede entender la “ingratitude” en nuestra cultura? ¿Qué significa para usted y por qué es tan peligroso?

SEMANA TRES: Capítulo 6, Paso Tres: Repasar el día

1. Reflexione sobre la proclamación “Dios trabaja con lo que es.” ¿Cuál es el beneficio de centrarse en el presente, en el “qué es”?
2. ¿Está de acuerdo con la lista de Ignacio ordenada de examinar nuestros pensamientos, palabras, y finalmente nuestras obras? ¿Por qué o por qué no?
3. ¿Le ayuda entenderse mejor si divide sus sentimientos y emociones en “consuelos” y “desolaciones”? ¿Cómo?
4. ¿Cuáles son algunos de los filtros que puede utilizar para repasar su día? ¿Cómo cambian su enfoque?
5. Manney describe el cambio de perspectiva en el que Konstantin Dmitrich Levin sufre en el libro *Anna Karenina*. ¿De qué manera se ha entremetido su razonamiento con su fe??

SEMANA CUATRO: Capítulo 7, Paso Cuatro: Enfrentar lo que está mal

1. ¿Por qué es importante entender las razones más profundas que causan nuestros pecados?
2. ¿Piensa que comprendiendo que el pecado es un fracaso le ayudaría a profundizar la causa de su fracaso?
3. Considere la pregunta del Padre Joseph Tetlow, “¿Es mi experiencia en pecado un pecado o está el pecado dentro de mí?” ¿Cuándo reflexiona sobre los acontecimientos de su día, le ayudan a entender lo que pasó durante el día y por qué? ¿De este modo contribuyendo en el progreso en convertirse en la persona que desea ser?
4. Ignacio está obsesionado con sus pecados y confesó los mismos pecados una y otra vez en su incredulidad de que Dios lo había perdonado hasta que su confesor le hizo aceptar el amor de Dios ilimitable. ¿Saber que el amor de Dios no tiene límites le hace más fácil ser honesto en sus reflexiones sobre su día?
5. Manney escribe que “divisar nuestros pecados y faltas nos permite asumir la responsabilidad por ellos.” ¿En qué manera podría esta perspectiva sobre el pecado impactar como reflexiona sobre su día?

SEMANA CINCO: Capítulo 8, Paso Cinco: Hacer algo, pero no cualquier cosa

1. ¿Cómo reacciona cuando su “hoy” no resulta como había planeado?
2. Manney habla sobre el valor del lema “Una cosa a la vez” para los cristianos. ¿Está dispuesto a aceptar que tal vez la única cosa que hace podría ser una cosa pequeña? ¿Siente presión para siempre estar realizando grandes efectos?
3. Cuando Manney describe cómo cambió su comportamiento al hablar con un técnico en el teléfono en la página 66, él dice “mi comportamiento era mejor, pero los mismos impulsos arrogantes, enfurecidos surgían en mi interior cuando me provocaban Pero progrese.” ¿Qué significa para usted poder progresar, aunque no haya alcanzado (o no pueda alcanzar) la perfección?
4. Aceptando nuestra impotencia y entendimiento de que el poder de realizar objetivos viene de Dios puede ser una cosa de miedo. ¿Cómo está llegando a un acuerdo con la realidad de que todo “depende de Dios?”
5. ¿Qué va hacer hoy?

SEMANA SEIS: Capítulo 9, *El examen en tiempo real*

1. ¿Cómo podría cambiar la forma en que vive su vida cotidiana en convertirse en un “contemplativo en acción”?
2. ¿Separa los tiempos y los lugares donde encuentra a Dios del trabajo que hace el resto del tiempo? ¿Cuáles son las ventajas y las desventajas de esta separación?
3. ¿Siendo “indiferente” a los sujetos creados se le hace más fácil tomar buenas decisiones a cerca de ellos?
4. ¿De qué manera le ha sorprendido Dios?
5. Ahora que ha terminado este libro, ¿qué está esperando con respecto al Examen? ¿Cuáles son sus reservas?