

**Dirección del Capítulo IHM - Exploración de la  
Espiritualidad**

## **Movimiento 2**



**IHM Chapter Direction – Exploration into Spirituality**

## **Movement 2**

Una Guía  
A Guidebook

*September 2021 Septiembre – February 2022 Febrero*

## Bienvenidas y Welcome

¿Estás lista para la siguiente etapa de nuestra aventura? El Movimiento 2 ha comenzado, y, aunque no sabemos exactamente dónde terminaremos, sabemos que estamos juntas en el camino con un Dios fiel que camina con nosotras en cada paso de nuestro caminar.

Podría ser útil tomarte un tiempo para recolectar los frutos del Movimiento 1. Pregúntate y también a los demás: "¿Cuál fue el regalo de este movimiento para nosotras?" ¿Qué queda conmigo y con nosotros mientras continuamos nuestro viaje? ¿Qué es lo que debemos abandonar o regresar al universo? Tómame tiempo para honrar el movimiento dentro de ti y dentro de la comunidad IHM.

El Movimiento 2 nos invita a explorar más directamente nuestra Espiritualidad IHM. Como otras comunidades religiosas apostólicas, nuestra espiritualidad ha evolucionado junto con nuestra presencia activa y nuestra misión. Como resultado, nuestra espiritualidad, no procede solamente de nuestros fundadores o de la comunidad inicial, pues ha tenido muchas influencias durante su evolución.

El hecho de que no haya una descripción única de la espiritualidad IHM es en realidad un regalo para nosotras y para el mundo. Tenemos un eclecticismo, una diversidad, una constelación de elementos que nos "quedan bien" personalmente, colectivamente y en nuestra misión. Esto es parte de nuestro carisma, el don del Espíritu Santo para nosotras. Lo vemos desde nuestros fundadores, especialmente en el "libro sobre la pobreza" de la Madre Teresa Maxis Duchemin.

Y así como con el Movimiento 1, te invitamos a entrar en este proceso con un corazón abierto reflexionando esta pregunta: "¿Cuál es el regalo para nosotras en este movimiento?" Al comenzar abrásemonos unas a otra(o) s en oración.

## Una Nota del Comité | A Note from the Committee

Como en el Movimiento 1, notarás una mezcla de inglés y español. Hay una versión completa de esta guía en los dos idiomas, así como de las otras partes del movimiento. Como comité, estamos convencidas de que este proceso debe ser completamente accesible en los dos idiomas que usa nuestra comunidad. Esto permite a cada una de nosotras la oportunidad de profundizar en la espiritualidad usando nuestra lengua materna, crecer en nuestra conciencia mutua y pensar y compartir en nuevas formas.



## Una Guía de la Guía | A Guide to the Guidebook

Esta es tu guía. Al igual que en cualquier gran aventura, es útil tener una guía que ofrezca una descripción general del proceso, resalte los aspectos claves del viaje, establezca conexiones y proporcione recursos. Pero es solamente: una guía. Tienes la libertad de viajar y explorar la espiritualidad en formas que son más intrigantes y significativas para ti.

En esta guía encontrarás lo siguiente:

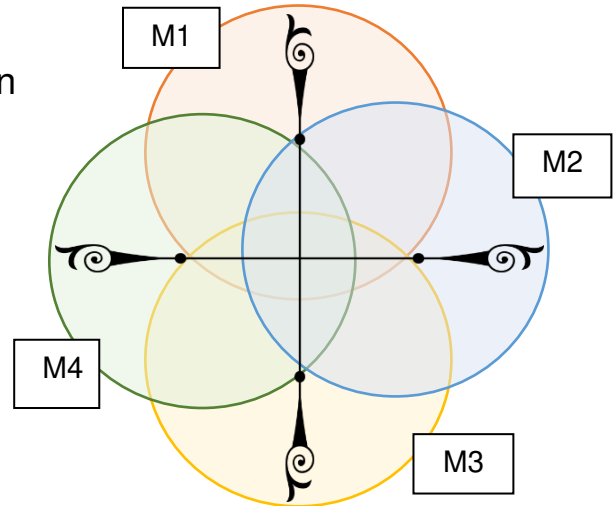
La Bienvenida .....	2
I. Recordatorios acerca del Proceso .....	5
• el proceso .....	5
• como navegar los movimientos .....	5
• adónde ir si necesitas ayuda en el camino .....	7
II. Entrada en el Segundo Movimiento (Sept. 2021 a Feb. 2022) .....	8
• invitación .....	9
• descubrimiento .....	11
• compromiso .....	19
III. Ampliano Tu Experiencia .....	21
• ideas sobre modos para conectarse con Dios y con los demás .....	21
• ideas sobre modos de integrar este proceso con otros procesos congregacionales .....	25
• como compartir tus aprendizajes .....	26

Al comenzar esta aventura, es posible que desees tener un diario o cuaderno dedicado para anotar tus reflexiones. ¡Se creativa! Tu "diario" puede ser un lienzo de pintura o una composición musical o un podcast. Encuentra el medio que te permita ser lo más libre posible

# I. Recordatorios acerca del Proceso | Reminders about the Process

## El Proceso | The Process

“Dirección del Capítulo IHM – Exploración de la espiritualidad” es un proceso de cuatro movimientos, distintos pero interrelacionados. Cada movimiento durará aproximadamente 6 meses empezando en febrero de 2021 hasta enero de 2023. Los temas evolucionarán a medida que recorramos cada movimiento.



1 de febrero de 2021 a 14 de septiembre de 2021	Movimiento 1
15 de septiembre de 2021 a 28 de febrero de 2022	Movimiento 2
1 de marzo de 2022 a 14 de septiembre de 2022	Movimiento 3
15 de septiembre de 2022 a 28 de febrero de 2023	Movimiento 4

## Navegando los Movimientos | Navigating the Movements

Como los movimientos de una composición musical, nuestros movimientos se construyen uno en relación con los otros. Cada uno es autónomo dedicado a un aspecto diferente, y a la vez interrelacionado a algún otro aspecto de nuestra exploración de la espiritualidad. En cada movimiento reflexionamos, "¿cuál es el regalo para nosotras?" Y a la vez continuamos acumulando los dones para poder ver una imagen más completa de cómo el Espíritu está actuando en nuestras vidas y como llama a la comunidad IHM a ser mujeres y hombres de misión.

La palabra “movimiento” también sugiere fluidez, cambio, desarrollo y transformación. Estos significados corresponden bien con la espiritualidad y también con el proceso que hemos diseñado.

En el Movimiento 1 aprendimos que el proceso puede parecer abrumador cuando la persona piensa que se le pide que haga **todo** lo que sugerimos. Sin embargo este proceso nos invita a tratar algo nuevo, la libertad de escoger algunos elementos del proceso y como responder a ellos. Todo depende de cada persona, de acuerdo con sus necesidades, sus intereses, horarios, energía y alguna otra cosa que puede ocurrir durante un período de seis meses. La guía señala los aspectos principales que se pueden aprovechar dentro de cada movimiento. Sin embargo, cada persona trabajará a su manera, dentro del tiempo que puede dedicarle.



Foto de Sidney Pearce en Unsplash

## A Quien Acudir en Busca de Ayuda | Where to Go for Help

### Ayuda con el Proceso | Help with the Process

Comunícate con cualquier miembro del Comité de la Dirección de Espiritualidad.

- Margaret Clor +1 989-479-6518 [m\\_clor@yahoo.com](mailto:m_clor@yahoo.com)
- Marianne Gaynor +1 734-790-9050 [mgaynor@ihmsisters.org](mailto:mgaynor@ihmsisters.org)
- Sandrita Poupart +1 787-463-0052 [delfinlibre2001@yahoo.es](mailto:delfinlibre2001@yahoo.es)
- Susan Rakoczy +011 27 081-835-1257 [srakoczy@sjti.ac.za](mailto:srakoczy@sjti.ac.za)
- Ellen Rinke +1 734-790-4281 [erinke@ihmsisters.org](mailto:erinke@ihmsisters.org)
- Julie Vieira +1 773-213-7717 [jvieira@ihmsisters.org](mailto:jvieira@ihmsisters.org)

### Ayuda para Obtener los Materiales | Help to Access the Materials

Si necesitas ayuda con el material impreso, material digital o para encontrar cosas en el sitio del web IHM, comunícate con el Departamento de Comunicaciones en [communications@ihmsisters.org](mailto:communications@ihmsisters.org).

### Ayuda para Conectarte con Otras Personas | Help to Connect with Others

Es importante que te conectes con otras personas durante este proceso para compartir, orar y dialogar junta(o) s. Si necesitas ayuda para hacer estas conexiones, considera comunicarte con alguno de los siguientes grupos:

- Miembros de tu Círculo de Gobierno
- Tu Consejera de Minion
- Alguien que es parte del Personal de Atención Pastoral
- Personas en tu comunidad local IHM

### Ideas, Sugerencias y Comentarios | Ideas Suggestions and Feedback

Este proceso de exploración de la espiritualidad está en desarrollo y continúa en evolución. Agradecemos tus ideas, sugerencias y comentarios referentes al proceso. Comunícate con los miembros del Comité de Dirección de Espiritualidad utilizando la información anterior.

## II. Entrada en el Movimiento 2 | Entering into Movement 2



Foto de IHM Communications

El enfoque del segundo movimiento es la espiritualidad IHM. Muchas de nosotras ya comenzamos a sumergirnos en esto durante el primer movimiento mientras pensábamos en nuestro Proceso de Revisión de Vida. El movimiento 2 se basa en nuestras exploraciones personales sobre la espiritualidad poniendo atención a los elementos comunes de la espiritualidad que son parte de la vida de IHM, es decir, los elementos constitutivos de la espiritualidad IHM.

¿Qué tenemos en común? ¿Qué es parte del carisma, es decir, el don del Espíritu a la Comunidad IHM?

El término “espiritualidad IHM” no significa que hay una **sola forma** de expresarnos espiritualmente; tampoco significa que toda(o)s tenemos todo por igual. Cada una de nosotras tiene un énfasis diferente, al igual que cada una fue formada de manera diferente en el periodo de formación o en nuestras experiencias de vida y ministerio. Además, nuestra espiritualidad IHM existe dentro de una pluralidad de espiritualidades que nos ha impactado a nivel congregacional y personal.

Te recomendamos comenzar con la Invitación, seguida del Descubrimiento y después del Compromiso. También encontrarás varias formas de conectarte con otros durante este movimiento, así como modos de integrarlo con otros procesos y acontecimientos dentro de la comunidad IHM y fuera de ella.



Foto de Greg Rakozy en Unsplash



## Invitación | Invitation

A medida que hacemos la transición del Movimiento 1 al Movimiento 2, recordemos nuestra exploración de esta aventura de la Espiritualidad en desarrollo desde la Asamblea y el Capítulo 2018. El enfoque del

primer movimiento fue la exploración de nuestra espiritualidad personal, deleitándonos nuevamente a través de la reflexión y compartiendo el maravilloso sabor y textura de nuestra búsqueda única de lo sagrado que surge del viaje de vida de cada persona. Permitimos que surgieran recuerdos de familia, años de crecimiento, años de formación, formas de oración que nos han moldeado, vida comunitaria, amigos y experiencias de ministerio. Reflexionamos de nuevo sobre el impacto de la renovación del Vaticano II, el posmodernismo del siglo 21, nuestro despertar a la justicia, cambio climático, COVID-19 y el racismo sistémico. Esta exploración personal nos prepara para sondear nuevamente la espiritualidad IHM desde una nueva profundidad más fresca, descubriendo nuevamente los signos distintivos de la presencia del Espíritu de Dios.

La espiritualidad IHM está encarnada en nuestro carisma, fundadores, misión y en cada persona que ha sido, es y será parte de la comunidad IHM. También se extiende a las muchas personas que han sentido una conexión con IHM. Al entrar ahora en este segundo movimiento, se nos invita a ver las muchas caras de la espiritualidad IHM y a honrar todo lo que el Espíritu ha hecho y sigue haciendo dentro de nuestra vida y misión.

Invitamos a cada una a entrar contemplativamente en el Movimiento 2, La Espiritualidad IHM, por medio del video de Invitación, "Unidas en Comunidad", que incluye el primer Capítulo de nuestra *Constitución IHM*, el corazón de quienes somos.

Para ver el video, visita el sitio web de IHM en la sección privada bajo "Exploración de la Espiritualidad". Tómate tu tiempo con este momento de invitación y contempla la profundidad y amplitud del don de la espiritualidad IHM.



## Descubrimiento | Discovery

El descubrimiento es una oportunidad para aprender juntas para adquirir una experiencia en común y una constelación de ideas en común que nos informan dentro de la fluidez de cada movimiento.

### **Cronología de la Espiritualidad IHM | IHM Spirituality Timeline**

En el Movimiento 2, presentamos una cronología de la vida de IHM, la vida religiosa, la iglesia y el mundo para notar algunas de las influencias en la espiritualidad de IHM. Muchas de ustedes recordarán la cronología fundamental que hizo Dorothy McDaniel, IHM, en la década de 1990. La cronología en esta guía se basa en el trabajo de Dorothy. La cronología no pretende ser exhaustiva, sino comenzar a pintar una imagen de la interconexión de influencias en la espiritualidad IHM. Mientras estudias la cronología, considera:

- ¿Qué te sorprende en esta cronología?
- ¿Qué le agregarías?

Puedes encontrar la "Cronología de espiritualidad IHM" empezando en la página 13 y como PDF en el lado privado del sitio web de IHM en "Exploración de la Espiritualidad". Nota: La cronología en esta guía usa una letra más pequeña para que se ajuste a la página; sin embargo, los PDF del sitio web usan una letra más grande para una mejor presentación.

### **Seis Dimensiones de la Espiritualidad de IHM | Six Dimensions of IHM Spirituality**

La cronología de espiritualidad de IHM ilustra las principales influencias en nuestra espiritualidad, ahora miramos seis dimensiones de la espiritualidad de IHM. Estos son trazos generales y muchos se superponen e integran con otros aspectos de la espiritualidad de IHM que no se han mencionado explícitamente. Acompañando estas dimensiones hay preguntas de reflexión para guiarte en la exploración de tu propia vida y cómo estás creciendo en la espiritualidad IHM hoy y como crecerás en el futuro.

Las seis dimensiones de la Espiritualidad de IHM se encuentran en esta guía en la página 14. También puedes encontrarlas en formato PDF en la parte privada del sitio web de IHM en "Exploración de la Espiritualidad".

## **Conectándote con Otros | Connecting with Others**

Consulte las “Formas de conectarse” que comienza en la página 21 para obtener ideas sobre cómo compartir esta experiencia con otros.

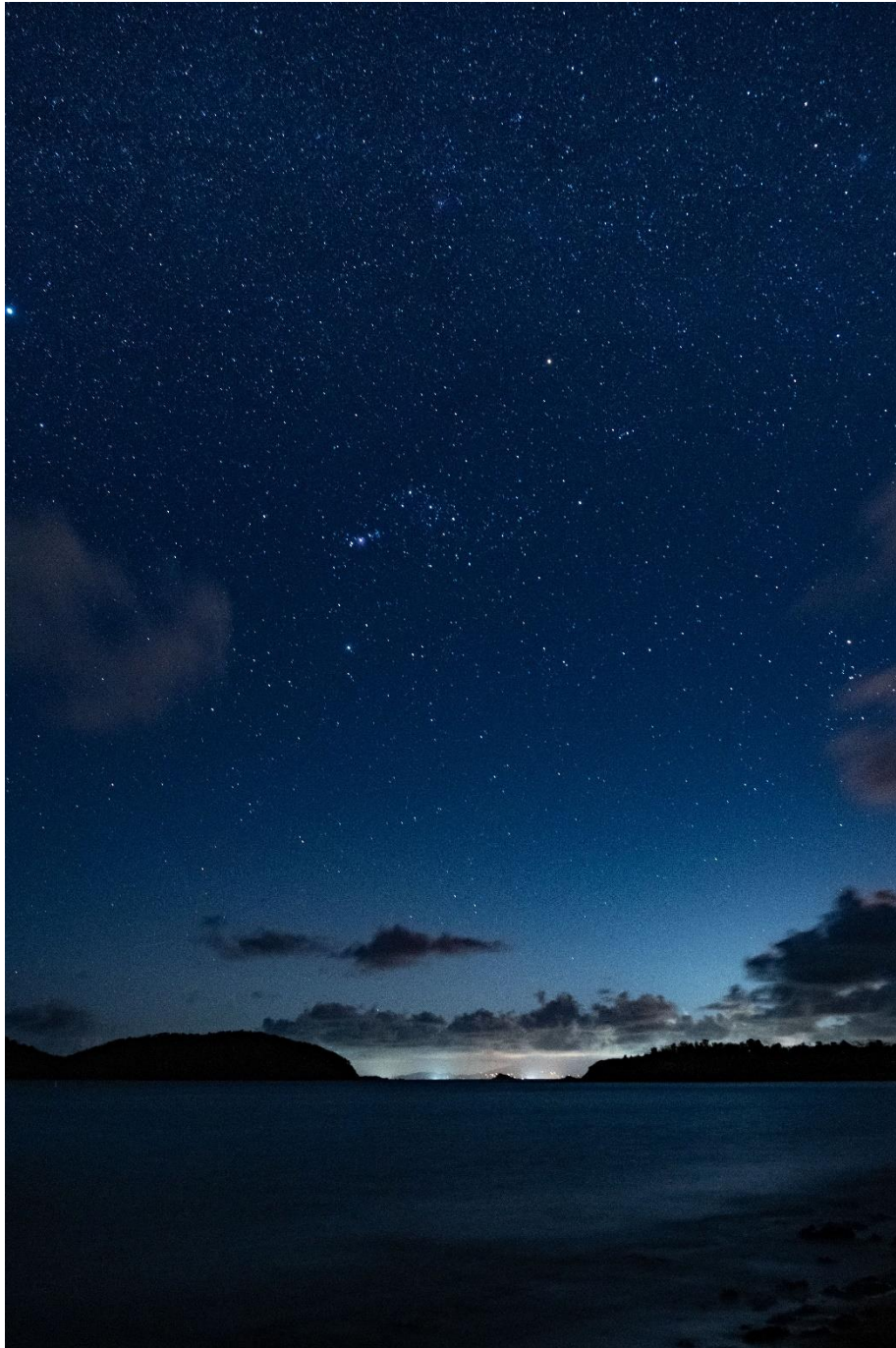


Foto de Wenhao Ryan en Unsplash

## Cronología de Espiritualidad IHM | IHM Spirituality Timeline

Enfoque	1845	1960	1980	2000	2021
<b>El Mundo   World</b>	<p>Antes de la Guerra Civil; esclavitud; la Convención en Seneca Falls que propone el sufragio para las mujeres (1848)</p>	<p>La Guerra Fría entre E. U. y la Unión Soviética; el movimiento de derechos civiles en E. U. ; comienza la segunda ola de feminismo; 1970 el movimiento de derechos para LGBTQ+ es más visible; 1970 el primer Día de la Tierra; la Generación X</p>	<p>1989: Movimiento de Solidaridad en Polonia inicia el colapso de la Unión Soviética; 1981: fin de la crisis de los rehenes en Irán; 1981: comienza la pandemia del VIH/SIDA; 1986: nave Challenger explota con la maestra a bordo; aumenta el uso de correo electrónico y de Internet en los 90; El movimiento de derechos indígenas es más visible; Generación del Milenio</p>	<p>El mundo pasa al siglo 21 sin el colapso tan temido relacionado con el Y2K y los sistemas de computación; 2001: 11 de septiembre ataque de terroristas en Nueva York y Washington, D.C.; Aumenta el uso de las redes sociales por internet; El movimiento “Black Lives Matter” (Las Vidas de los Negros) son importantes; Generación Z</p>	<p>COVID-19 continúa devastando el mundo; vacunas disponibles en los E. U. a finales de 2020; Joe Biden y Kamala Harris toman posesión como presidente y vicepresidenta de E.U. el 20 de enero.</p>

<b>Enfoque</b>	<b>1845</b>	<b>1960</b>	<b>1980</b>	<b>2000</b>	<b>2021</b>
<b>La Iglesia   Church</b>	1846: Muere Gregorio XVI, Pío IX es elegido y comienza como un líder liberal, pero se convierte en un líder muy conservador; 1878: León XIII elegido; 1891: <i>Rerum Novarum</i> , primera encíclica de justicia social	Juan XXIII: <i>Mater et Magistra</i> (1961) y <i>Pacem in Terris</i> (1963); Concilio Vaticano II (1962-1965) y empieza la ejecución del Concilio; Mary Daly publica <i>La Iglesia y el Segundo Sexo</i> (1968)	1975: Primera Conferencia de Ordenación de Mujeres (Detroit); 1978: elección de Juan Pablo II; 1980: Oscar Romero y las cuatro religiosas martirizadas; la teología de la liberación continúa desarrollándose en América Latina	2002: el escándalo oculto de abuso sexual por parte de clérigos se hace más público; 2005: muere Juan Pablo II, es elegido Benedicto XVI; 2013: Es elegido el Papa Francisco; 2015: <i>Laudato Si'</i>	El Papa Francisco continúa su ministerio; La Iglesia continúa la celebración con otras religiones acerca de La Estación de la Creación
<b>La Vida Religiosa   Religious Life</b>	Muchas congregaciones apostólicas como IHM fundadas en el siglo 19; en 1901 las congregaciones apostólicas comenzaron a ser reconocidas como institutos pontificios o diocesanos; antes de esa fecha se les llamaba "uniones piadosas"	Crecimiento del Movimiento de Formación de Hermanas lanzado en 1954; Renovación de la vida religiosa a partir de <i>Perfectae Caritatis</i> ; Dos Conferencias LCWR Y CMSWR fueron aprobadas; Encuesta histórica de las hermanas en 1967	La Renovación continúa; Las hermanas se expanden a ministerios más allá del cuidado de la salud y el trabajo de la iglesia; Crecimiento en los ministerios intercongregacionales y en la comunidad a nivel local y mundial.	Miembros envejecen, menos miembros nuevos; Crecen los Asociados; enfoque en el diálogo contemplativo, especialmente en respuesta a la investigación del Vaticano de las religiosas de E. U. en 2008; crece Dar Voz, Ministerio de Vida de una Monja	LCWR usa el lenguaje de "nuevo" con respecto a la vida religiosa; exploración de la "hermandad global"; estudios de investigación clave de CARA

<b>Enfoque</b>	<b>1845</b>	<b>1960</b>	<b>1980</b>	<b>2000</b>	<b>2021</b>
<b>La Vida IHM   IHM Life</b>	Nov.10, 1845: Comienza la Comunidad IHM; La Academia St. Mary's abre en enero de 1846, precursora de muchas escuelas con personal de IHM	1996 Margaret Brennan elegida Superiora Gen.; Renovación del Vaticano II; comienzan misiones en el exterior Puerto Rico (1948) Brasil (1965) y Uganda (1969); 1972: Asamblea y Afirmación 10 para apoyar a los pobres; Asamblea 1978: Empiezan Asociadas(os) de IHM	Se cierran escuelas con personal de IHM; creación de nuevos ministerios trabajo pastoral parroquial, educación religiosa, justicia social, cuidado pastoral, dirección espiritual; 1980: Asamblea con dos tercios de los objetivos relacionados con la justicia social.	2000: El Capítulo afirma la idea Integradora de MCLRMP; Empieza la Renovación de la Casa Madre; La Afirmación 10 reafirmada como criterio principal para las decisiones; colaboración con LCWR y los obispos católicos del sur de África en relación con el VIH y el SIDA	Implementación de la Dirección del Capítulo 2018; comienza el proceso de venta de la propiedad de la Casa Madre; celebración de 175 años de la fundación de las tres congregaciones IHM y las Hermanas Oblatas de la Providencia
<b>La Espiritualidad IHM   IHM Spirituality</b>	Alfonsiana; devocional, no litúrgica; Providencia	Las Escrituras, y liturgia se vuelven más importantes para IHM; 1970: Se abre la Casa de Oración la Visitación; Renovación Carismática; más atención a Teresa de Avila	1980: La Asamblea declara: una "espiritualidad vibrante y continua... basada en el evangelio de Jesús" "siguiendo el ritmo de la sociedad actual, compartido con la comunidad cristiana y nos llama al análisis y la acción social".	2018: Dirección del Capítulo: reafirmación de la misión liberadora de Jesús; el Universo Sagrado; "construir una cultura de paz y una relación correcta entre nosotros, con la Iglesia y con toda la comunidad de la Tierra".	Implementación de una de las Direcciones del Capítulo 2018 "Explorar nuestra espiritualidad IHM"; se crea un Proceso desarrollando Movimientos 1 y 2 hasta la fecha.

## Seis Dimensiones de la Espiritualidad IHM | Six Dimensions of IHM Spirituality

El Movimiento 2 nos invita a considerar las muchas dimensiones de la Espiritualidad IHM que evolucionan y se desarrollan década tras década. Dado que en la Comunidad IHM no hay “ninguna en dos que sean exactamente iguales” (incluso si lo intentáramos) estos seis temas resonarán en tu experiencia en diferentes maneras.

La participación en las diversas “Formas de Conectarse” puede enriquecer tus reflexiones por medio de las percepciones de los demás. Consulta de la página 21 y las siguientes.

### 1. Bíblico-Litúrgico

Uno de los frutos duraderos de la renovación del Vaticano II es el énfasis en las Escrituras y la liturgia como manantiales para nuestro crecimiento espiritual.

- ¿Cuáles son los tres textos bíblicos más importantes que han dado forma a tu vida como hermana o asociada(o) de IHM?
- Al pensar en ellos en oración, ¿en qué contexto se volvieron importantes?
- El año litúrgico es familiar y, sin embargo, nuevo cada año. ¿Qué tiempo litúrgico te habla con más fuerza ahora? ¿Fue esto cierto en el pasado? Si no es así, ¿Cuál es la causa del cambio?



Foto de Grant Whitty en Unsplash



## 2. Alfonsiano

Estimado como un teólogo moral adelantado a su tiempo, Alfonso es un maestro de oración que nos anima a vivir desde el profundo amor de Dios por cada persona.



Aunque nuestra herencia Alfonsiana comenzó en 1845 con Theresa Maxis Duchemin y Louis Florent Gillet, no siempre ha sido una corriente fuerte en la vida de IHM.

- Cuando estabas en formación como Hermana o Asociada, ¿qué importancia tenía nuestra herencia Alfonsiana? Si estuvo ausente, ¿cuándo empezó a influirte?
- ¿Cómo sigue viviendo en ti la espiritualidad Alfonsiana? ¿Qué dimensiones son importantes para ti?

## 3. Ignaciano



Los dones de la Espiritualidad Ignaciana enriquecen las vidas de muchos cristianos, incluyendo a los miembros de la Comunidad IHM.

A lo largo de la historia de IHM, los Jesuitas predicaron retiros a la Comunidad, pero no fue hasta después del Vaticano II que la Espiritualidad Ignaciana a través de retiros dirigidos se convirtió en una espiritualidad importante para muchos miembros.

- ¿Has hecho los Ejercicios Espirituales como un retiro de 30 días o como un retiro en la vida diaria? Si es así, ¿cuándo fue esto? ¿Quién fue tu director(a)?
- ¿Qué otros retiros o experiencias ignacianas has tenido que tienen sus raíces en la espiritualidad ignaciana?
- ¿De qué manera siguen viviendo en ti las gracias de tus retiros y experiencias ignacianas?
- El núcleo de la espiritualidad ignaciana es "buscar y encontrar a Dios en todas las cosas". ¿De qué manera resuena esto en tu espiritualidad?

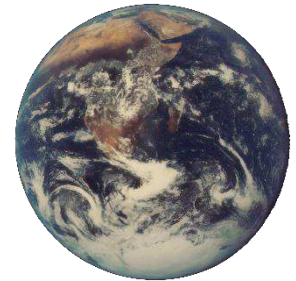
## 4. Feminista

Como mujeres, continuamos descubriendo nuevas dimensiones de nuestra experiencia de Dios. La historia de cada una es diferente, incluso cuando compartimos lo que nos une.

- ¿Cómo entiendes la espiritualidad feminista?
- ¿Qué escritoras feministas son importantes para ti? ¿Por qué?
- ¿De qué manera influye la espiritualidad feminista en tu vida como hermana o asociada(o) de IHM?

## 5. Ecológico

Hoy, el Espíritu de Dios nos urge a cuidar la Tierra, nuestro hogar común, nuestro único hogar.



- En *Laudato Si'*, el Papa Francisco habla de “conversión ecológica” (LS 216-221). Reflexiona sobre las formas en que estás experimentando esta nueva dimensión de espiritualidad.
- Un tema poderoso en *Laudato Si'* es “todo está conectado” (LS 16, 42, 70, 138). ¿De qué manera estás aprendiendo esto?
- ¿Qué te ayuda a “escuchar el grito de la Tierra a la vez que el grito de los pobres” (LS) 49?

## 6. Contemplativo

El Salmo 42 nos dice que “lo profundo llama a lo profundo” (v. 7). Debemos vivir desde lo más profundo de nuestra experiencia contemplativa en Dios.

- ¿Cómo te han nutrido las percepciones de Teresa de Ávila sobre la vida de oración?
- ¿Qué otros escritores son maestros(as) importantes de la tradición contemplativa para ti?
- ¿Has sido influenciada por las tradiciones contemplativas de otras religiones del mundo? Si es así, ¿cuáles son los frutos en tu vida?
- ¿Qué estás aprendiendo sobre la unidad de contemplación y acción?

Imágenes: pintura de Alphonsus Liguori de la Biblioteca IHM; Sello de la Compañía de Jesús; Full Disk Earth, Apollo 17, 1972, a través de la Biblioteca Pública de Nueva York

## Compromiso | Engagement

La actividad de participación central es el retiro *Tejiendo Nuestras Raíces*. La actividad está guiada por una serie de preguntas o temas de reflexión. Sugerimos que utilices tu cuaderno o cualquier forma de "diario" que desees para anotar tu experiencia de este proceso.

### **Retiro Tejiendo Nuestras Raíces | Weaving our Roots Retreat**

Al comenzar el Movimiento 2, estamos cautivadas con la idea de cómo nuestra imaginación podría ayudarnos ahora a abrir el Capítulo 1 de nuestras Constituciones IHM. Sentimos que es importante tener algunos momentos especiales y creativos juntas. Este tiempo en quietud y conversación nos invitará a usar nuestra imaginación y fortalecer nuestra unidad que está tejida tanto en nuestra vida común como en nuestra diversidad. Esto nos ayudará a recuperar el Capítulo 1 de nuestras Constituciones IHM a medida que crecemos continuamente en el movimiento de “yo” a “nosotras(os)”.

Estamos ofreciendo este retiro a través de oportunidades programadas en línea y en persona. Consulta las fechas a continuación. Reconocemos que estas fechas no son adecuadas para toda(o)s. Por esto tenemos una versión “retiro en un paquete” que se encuentra en la parte privada del web IHM en “Exploración de la Espiritualidad.” Esta versión estará disponible a partir del 15 de octubre. Contendrá las bases de lo que necesitas para adaptar los materiales a tu propio retiro *Tejiendo Nuestras Raíces Personales* o para compartir el retiro en persona o en línea con otros.



Foto de Trixie Liko en Pixabay

***“Vayan solos(as) a un lugar tranquilo y descansen un rato.”***

San Marcos 6:31

## **Fechas de Retiros**

<b>Fecha</b>	<b>Lugar</b>	<b>Facilitadora</b>
Oct. 21-22, 2021	Maxis Center	Marianne Gaynor, IHM Mary Katherine Hamilton, IHM
Oct. 28	Visitation	Margaret Clor, IHM Associate Peggy Schmidt, IHM
Oct. 29	River House	Margaret Clor, IHM Associate Betty Leon, IHM
Nov. 9	Visitation	Ellen Rinke, IHM Kathie Budesky, IHM
Nov. 11-12	Maxis Center	Ellen Rinke, IHM Lynne Moldenhauer, IHM
Nov. 16	IHM Motherhouse	Ellen Rinke, IHM Judith Bonini, IHM
Nov. 18	IHM Motherhouse	Margaret Clor, IHM Associate Mary Fran Uicker, IHM
Nov. 20-21	River House	Marianne Gaynor, IHM Paula Cooney, IHM

**El último día para inscribirse es Oct. 7, 2021.**

La forma para la inscripción estará accesible en el lado privado de la web de IHM bajo el título “Exploración de la Espiritualidad”.

Los materiales para el “Retiro en un Paquete” estarán accesibles en el web de IHM después del 15 de octubre para que lo uses individualmente o con otros.



Foto de  
Julie Vieira, IHM

## III. Ampliando Tu Experiencia | Expanding your Experience

### Formas de Conectarte | Ways to Connect

Nuestro viaje hacia Exploración de la Espiritualidad continúa con nuestra experiencia del Movimiento 2. Reunimos, como en la época de cosecha, nuestras reflexiones del Movimiento 1 y las enfocamos en lo que es único o tiene énfasis en la espiritualidad IHM. Te sugerimos que encuentres formas de conectarte con otros durante este movimiento. He aquí algunas ideas para despertar tu imaginación.

### Conexiones personales y "en casa" | Personal and "at home" Connections

Aquí hay algunas ideas para tus actividades personales o para interactuar con otras personas con las que vives o que conoces.

- Inscríbete en uno de los retiros para el Movimiento 2 en el otoño de 2021 (Detalles en la pagina 20)
- Elige una forma de arte o artesanía que te ayude a expresar algún regalo enterrado que surgió durante el Movimiento 1.
- Anota en tu diario las formas de conexión con otros a medida que empezamos a abrirnos después del aislamiento de la pandemia.
- Reflexiona sobre tu viaje espiritual y toma nota de su desarrollo y de los desafíos a lo largo del camino.
- Crea un mapa de mente de la Espiritualidad IHM como tú la percibes. Un Mapa de Mente es un ejercicio creativo en el que la persona hace un diagrama para organizar visualmente la información. Para ideas de cómo hacer esto, busca en el internet usando la frase clave "Mapas de la Mente",
- Explora y considera lo que te rodea:
  - ¿qué está presente allí que habla de su conexión con Dios?
  - ¿Qué necesitas cambiar?
  - ¿Qué se podría agregar?
  - ¿Qué es una distracción?



Foto de Rudy y Peter Skitte  
en Pixabay

## Moviéndose hacia afuera | Moving outward

Estas ideas son para conectarte con otras personas de la comunidad IHM más allá de tu hogar. Dada la pandemia, pon atención al distanciamiento seguro y apropiado.

- Invita a otros a una experiencia de ritual teniendo en cuenta y honrando lo que cada una aprendió en el Movimiento 1.
- Conéctate con alguna IHM a quien has extrañado durante la Pandemia.
- Conéctate por Zoom con otros miembros de la comunidad IHM que serán organizadas por miembros del comité de Dirección de Espiritualidad. La hora y las fechas se anunciarán por medio de correos electrónicos de IHM.
- Conéctate con otras personas de la comunidad IHM que son de una cultura diferente o un idioma diferente. Si necesitas un traductor háznoslo saber.
- Escribe una nota a alguien (miembro de la familia, amigo, hermana o asociada de IHM) invitándolos a una conversación contigo.
- Envía tarjetas de felicitación por correo electrónico. Algunas son gratuitas, por ejemplo, [123Greetings.com](https://www.123Greetings.com).
- Pon atención para que tu espíritu escuche mientras caminas o miras hacia afuera y comparte lo que oíste durante estas experiencias en tus conversaciones referentes a los temas de este movimiento.

***“A través de la reverencia por la vida,  
entramos en una relación espiritual con el mundo.”***

Albert Schweitzer

- Participa en conversaciones de temas espirituales con otros, devuelve lo que escuchaste, intercambia los sentimientos que brotan de ti mientras escuchas.
- Visita a alguien por video usando Zoom o Google Connect.
- Inicia un grupo auto organizado (SOG). Las instrucciones para formar este tipo de grupo se pueden encontrar en el lado privado del sitio web de IHM.
- Haz que el Movimiento 2 sea parte de las reuniones del Círculo de Sabiduría y del Círculo de Misión, teniendo en cuenta las energías de todos los involucrados.
- Mantengámonos unos a otros en oración a lo largo de este movimiento; en especial les pedimos a los miembros del Círculo de Bendición que oren por la comunidad IHM.
- Inscríbete para una oportunidad de retiro en persona o en línea.
- Aprovecha los conciertos, obras de teatro, exposiciones de arte de museos y conferencias en línea.
- Inicia un grupo de lectura en línea con amigos sobre un tema elegido mutuamente relacionado con la espiritualidad.
- Disfruta de la música, las producciones, la belleza, los aprendizajes.



Foto de Boris Smokrovic en Unsplash

## Making connections in the guidebook | Hacer conexiones en la guía

Estas son ideas relacionadas con partes específicas de este Movimiento 2.

### Invitación

- Forma un grupo para ver el video y después usa las preguntas de reflexión en una conversación.

### Descubrimiento

- Prepara una guía de cómo se han desarrollado los elementos de tu espiritualidad.
- Comparte con otra persona o grupo algunas fechas importantes en tu guía personal y conéctalas con la guía de Espiritualidad IHM.
- Comparte lo que te ha resultado útil en tu viaje espiritual, sugiere el intercambio con otros.
- Ve el webinar de Sandra Schneiders “Fundaciones de Espiritualidad en la Vida Diaria” que se encuentra en la sección Exploración de la Espiritualidad en el lado privado del web IHM.

### Compromiso

- Participa con otros en el retiro Tejiendo Nuestras Raíces
- Utiliza un cuaderno, bloc de dibujo, un lienzo o una grabadora u otro medio para describir tu experiencia durante el retiro.
- Reflexiona con otros en la comunidad IHM sobre tu experiencia del retiro preguntándote cuál es el regalo de esto para nosotras.

***"Dios, me has buscado y me conoces. Tú sabes cuándo me siento y cuando me levanto; tú conoces mis pensamientos desde lejos. Tu disciernes mi paseo y mi reposo; conoces bien todos mis caminos. Antes de que una palabra llegue a mi lengua tú la conoces completamente, Dios mío."***

Salmo 139:1-4



## Formas de Integración | Formas de Integración

Hay muchos procesos y actividades que han surgido de nuestra Dirección del Capítulo 2018. Esta exploración de la espiritualidad, aunque es un proceso en sí mismo, puede ayudarnos a conectarnos con otros procesos y actividades congregacionales.

Te sugerimos lo siguiente para poder lograr la integración:

- utiliza los elementos de este proceso como parte de las conversaciones y oración de los Círculos de Gobierno y del Consejo Coordinador;
- basada en las declaraciones públicas de IHM reflexiona cómo la espiritualidad informa nuestras posturas corporativas en referencia a temas como la violencia, el racismo y la inmigración;
- reflexiona sobre la Dirección del Capítulo 2018 y escucha de nuevo cómo Dios te llama y llama a la comunidad IHM;
- encuentra un lugar de base en tu espiritualidad para sostener los problemas críticos que enfrenta la comunidad IHM, incluyendo el futuro de la propiedad de la tierra y los edificios ubicados en el campus de Monroe;
- mientras recorres este movimiento, busca oportunidades para ver y dar voz a las conexiones entre él y El Acto del Capítulo;
- comparte con personas interesadas en la comunidad IHM acerca de la espiritualidad y cómo la comunidad IHM nutre tu camino espiritual;
- explora la historia espiritual de nuestra comunidad y nuestras comunidades hermanas, las Hermanas Oblatas de la Providencia ([oblatesisters.com](http://oblatesisters.com)), las Hermanas IHM Immaculata ([ihmimmaculata.org](http://ihmimmaculata.org)) y las Hermanas IHM de Scranton ([sistersofihm.org](http://sistersofihm.org)); visita el sitio web de las cuatro comunidades en [ospihm.org](http://ospihm.org).



## Aprendizajes | Learnings

Te invitamos a reflexionar sobre lo que tú y otros han aprendido a lo largo de este Movimiento.

1. ¿Cuál es el regalo para nosotras de esta experiencia y reflexión? En otras palabras, ¿cuáles son algunos de los dones que son significativos para ti? ¿De qué manera estos también son regalos para la comunidad IHM y el mundo?
  - ¿Qué fue nuevo?
  - ¿Qué se basó en lo que ya sabías?
  - ¿Qué te sorprendió?
  - ¿Qué movió tu corazón?
  - ¿Qué te impulsa a actuar?
2. Al reflexionar sobre tu experiencia del Movimiento 2, ¿qué llevas contigo para el siguiente movimiento?

Este proceso de exploración de la espiritualidad continúa desarrollándose y evolucionando. Agradecemos tus ideas, sugerencias y comentarios sobre el proceso. Compártelas con los miembros del Comité de la Dirección de Espiritualidad utilizando la información en la página 7.



Foto de Trish H-C en Unsplash

***“Entre Dios y el alma no hay espacio.”***

Julian de Norwich

## Ayuda Rápida | Quick Help

Para obtener ayuda sobre el proceso, consulta la página 7.  
For help on the process, please see page 7.

Para obtener recursos en línea, ve a "Exploración de la Espiritualidad" en el lado privado del sitio web de IHM.  
For online resources, go to "Exploration into Spirituality" on the private side of the IHM Website.

## Sugerencias Creativas Para el Movimiento 3 | Creative Suggestions for Movement 3

Ahora que has vivido los dos Movimientos quizá tienes algunas ideas para el Movimiento 3 cuyo tema general es la exploración de la Espiritualidad IHM por medio de la misión liberadora de Jesús y del Sagrado Universo. Por favor comparte tus ideas antes of para el 1 de diciembre de 2021.

## Gracias Desde Nuestro Corazón

El Comité de la Dirección de Espiritualidad desea agradecer a la Comunidad IHM por confiarnos este proceso y por entrar con un corazón abierto. También agradecemos a Calley Duffey, editora; Gloria Rivera, IHM traductora; y Rosa Gouveia, interpretación durante las reuniones; y a todos los que participaron en el lanzamiento de este segundo movimiento de nuestra Exploración de la Espiritualidad.



Hermanas, Siervas del Inmaculado Corazón de María  
610 W. Elm Ave.  
Monroe, MI 48162  
+1 734-241-3660  
www.ihmsisters