

**Dirección del Capítulo IHM –
Exploración en la Espiritualidad**

Movimiento 3



IHM Chapter Direction – Exploration into Spirituality

Movement 3

Una Guía
A Guidebook

March 2022 Marzo – September 2022 Septiembre

Bienvenidas y Welcome

Pasamos ahora al Movimiento 3. Mucho ha sucedido en nuestros dos primeros movimientos, así como en nuestras vidas y el universo sagrado en el que vivimos. Nos hemos enfrentado a algunas realidades bastante desafiantes. COVID se ha llevado a muchos de nuestros seres queridos y siempre parece eclipsar nuestra vida diaria. Los padres negros continúan temiendo por la vida de sus hijos a manos de una sociedad arraigada en la supremacía blanca. La preciosa Tierra lucha ante la devastación.

De hecho, todo se siente precario, incluso en nuestra propia Comunidad IHM. Enfrentamos decisiones difíciles referentes a nuestra vida en común y nuestra misión. Sentimos en nuestros huesos los cambios en la vida religiosa misma y en IHM. Como nos recuerdan nuestras figuras de sabiduría, estas luchas, aunque nuevas para nosotras, no son nuevas para la vida religiosa. Somos llamadas a escuchar, discernir y entrar activamente en lo "siempre nuevo" del Espíritu. Volviendo a nuestro carisma inicial, debemos confiar en la Providencia: Dios ha provisto, provee y proveerá.

La experiencia de "Exploración en la Espiritualidad" nos ofrece una forma de navegar las aguas precarias de hoy y encontrar algo de lastre en nuestro bote basadas en nuestra espiritualidad personal (Movimiento 1) y en la Espiritualidad IHM (Movimiento 2).

Como IHM, nuestra base en la espiritualidad está indisolublemente unida a nuestro llamado a la misión de Dios. En el Movimiento 3, exploramos la espiritualidad a través del lente de la misión con un enfoque particular en la justicia.

¿Cómo pueden acompañarnos la espiritualidad y la misión, y guiarnos hacia la transformación en medio de un mundo turbulento? Y así como hemos reflexionado a través de los dos movimientos, reflexionemos sobre esta pregunta nuevamente: ¿Cuál es el regalo para nosotras en todo esto?

Al comenzar respaldémonos unas a otras en oración y escuchemos atenta y fielmente el llamado del Espíritu dentro de uno mismo, en nuestras relaciones y en la vida entera.

Una guía de la guía | A guide to the Guidebook

Esta es tu guía. Al igual que con cualquier gran aventura, es útil tener una guía que ofrezca una descripción general del proceso, resalte los aspectos clave del viaje, establezca conexiones y brinde recursos. Pero es solo eso, una guía. Tienes la libertad de explorar la espiritualidad en las formas que sean más intrigantes y significativas para ti.

En esta guía encontrarás lo siguiente:

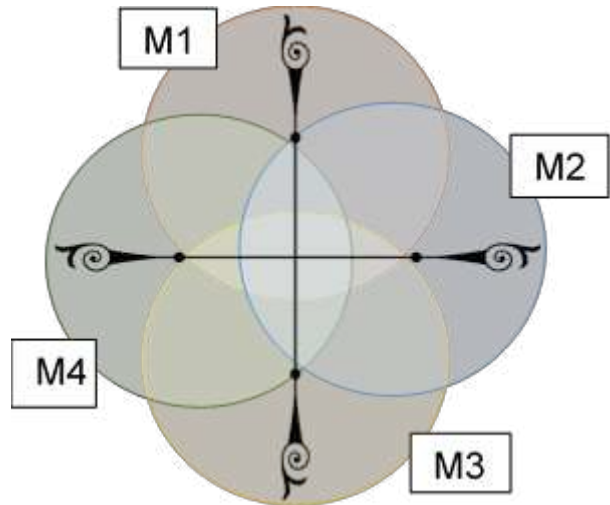
Bienvenidas	2
I. Recordatorios sobre el Proceso	4
• El proceso	4
• Navegando los Movimientos	4
• Dónde ir si necesitas ayuda en el camino	6
II. Entrada al Tercer Movimiento (marzo a septiembre 2022)	8
• Invitación	9
• Descubrimiento	11
• Compromiso	21
III. Ampliando Tu Experiencia	24
• Ideas de como conectarte con otros y con Dios	24
• Ideas para formas de integrar este proceso con otras congregacionales	27
• Compartiendo tus aprendizajes	28

Al comenzar esta aventura, es posible que desees tener un diario o un cuaderno 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 tú misma.

I. Recordatorios acerca del Proceso | Reminders about the Process

El proceso | The Process

“La Dirección del Capítulo IHM – Exploración en la Espiritualidad” es un proceso compuesto de cuatro movimientos, distintos pero interrelacionados. Cada movimiento tiene una duración aproximada de seis meses de febrero de 2021 hasta enero de 2023. Los temas evolucionarán a medida que viajemos a través de cada movimiento.



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

Navegando los Movimientos | Navigating the Movements

Como los movimientos de una composición musical, nuestros movimientos se construyen unos sobre otros. A la vez, cada uno es independiente y está dedicado a un aspecto diferente pero interrelacionado con nuestra exploración en la espiritualidad. En cada movimiento reflexionamos, "¿cuál es el regalo para nosotras de esto?" y continuamos reuniendo los dones para que podamos ver una imagen más completa de cómo el Espíritu se está moviendo en nuestras vidas personalmente y como Comunidad IHM llamada a ser mujeres y hombres de misión. “Movimiento” también sugiere fluidez, desplazamiento, cambio, desarrollo y transformación. Estos significados corresponden bien con la espiritualidad y también con el proceso que se ha diseñado.

El proceso puede ser abrumador cuando una persona piensa que se le pide que haga todo lo que se sugiere. Sin embargo, este proceso nos invita a probar algo nuevo, a elegir los elementos del proceso y como entrar en ellos poniendo atención a nuestras necesidades, interés, horario, energía y otras cosas que suceden durante un período de seis meses. La guía señala los aspectos principales que se pueden aprovechar. Sin embargo, depende de cada persona resolverlo a su manera, dentro de su tiempo disponible.

Una nota del Comité | A Note from the Committee

Al igual que con los movimientos anteriores, notarás una mezcla de inglés y español. Hay una versión completa de esta guía en cada idioma. Como comité, tenemos la firme intención de que este proceso sea completamente accesible en los dos idiomas que se usan en nuestra comunidad. Esto nos permite a cada una de nosotras la oportunidad de profundizar en la espiritualidad en nuestro idioma materno, crecer en nuestra conciencia mutua y pensar y compartir de nuevas maneras.



“La Puerta de la Bandera” en San Juan, Puerto Rico;
Foto de J. Amill Santiago en Unsplash

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

Ayuda con el proceso | Help with the Process

Por favor, ponte en contacto con cualquier miembro del Comité de Dirección de Espiritualidad.

- María Antonia Aranda Díaz +1 915-261-3047
mariaantoniaad@outlook.com
- Carmen Armenta Lara +1 915-861-1241
armentaihmcarmen@hotmail.com
- Margaret Clor +1 989-479-6518
m_clor@yahoo.com
- Marianne Gaynor +1 734-790-9050
mgaynor@ihmsisters.org
- Maureen Kelly +1 915-502-5657
hermanasicmmx@gmail.com
- Susan Rakoczy +1 313-247-0945
srakoczymonroe@gmail.com
- Ellen Rinke +1 734-790-4281
erinke@ihmsisters.org
- Julie Vieira +1 773-213-7717
jvieira@ihmsisters.org

Ayuda para acceder a los materiales | Help with Accessing Materials

Ya sea que necesites ayuda con material impreso, material digital o para encontrar cosas en el sitio web de IHM, comunícate con el Departamento de Comunicaciones en communications@ihmsisters.org.

Ayuda a conectarte con otros | Help connecting with others

Es importante conectarse con otros durante este proceso para compartir, orar y discutir. Si deseas ayuda para realizar esas conexiones, considera ponerte en contacto con:

- Miembros de tu Círculo de Gobierno
- Consejera de Misión
- Personal de Atención Pastoral
- Personas en tu comunidad IHM local

Ideas, sugerencias y comentarios | Ideas, Suggestions and Feedback

Este proceso de exploración de la espiritualidad está desarrollándose y evolucionando. Agradecemos tus ideas, sugerencias y comentarios sobre el proceso. Ponte en contacto con los miembros del Comité de Dirección sobre Espiritualidad utilizando la información compartida anteriormente.



Ventana de la Casa Madre de IHM;
Foto de Julie Vieira

II. Entrando en el Movimiento 3 | Entering Movement 3

El enfoque del tercer movimiento es la espiritualidad y la justicia.

La espiritualidad y la justicia son como dos hermanas unidas de corazón; María y Marta, contemplación y acción, paz y justicia. Estas imágenes y otras hablan de nuestra profunda conciencia de la conexión inherente entre espiritualidad y misión.

Impulsadas por el amor de Dios,
Revelado en Cristo Jesús y
“derramado en nuestros corazones
por el Espíritu Santo
que nos ha sido dado,”
compartimos la misión redentora de
Cristo
en la realidad de nuestro tiempo
a través de una variedad de
ministerios.

-- Constituciones IHM §2

¿A qué hemos sido “impulsadas por el amor de Dios” a lo largo de los años?

¿Cómo han experimentado nuestras

Hermanas y Asociada/os la integración de la espiritualidad y la justicia?

¿Por qué se ha mantenido tan importante la Afirmación 10 durante los últimos 50 años en referencia a cómo nos entendemos y como entendemos la llamada de Dios? Exploraremos la imagen de Catalina de Siena los “dos pies del amor” como una forma de entender el amor a Dios y el amor a los demás. La actividad de este movimiento es creativa. ¡Te invitamos a sacar tus lápices de color, tela, pegamento o un lápiz y papel! Cada una/o creará un “mapa mental”. Todas las instrucciones están incluidas en esta guía, así como también algunos ejemplos para ayudarte a comenzar.

Te sugerimos empezar con la Invitación, seguida por el Descubrimiento y después el Compromiso. También encontrarás varias formas de conectarte con otras/os durante este movimiento, así como para integrar los demás procesos y acontecimientos presentes dentro de la comunidad IHM y más allá de ella.



Marta y María detalle de vidrio de color de Nuestra Señora de la Capilla en Bruselas; Foto de Laurence OP

Invitación | Invitation

A medida que hacemos la transición al Movimiento 3, recordemos nuestra exploración de la aventura en desarrollo de la Espiritualidad comenzando con la Asamblea y el Capítulo de 2018.

- El enfoque del primer movimiento fue nuestra exploración personal de la espiritualidad, deleitándonos nuevamente a través de la reflexión y el compartir el maravilloso sabor y la textura de nuestra búsqueda única de lo sagrado a medida que surgen en el viaje de vida de cada persona. Esta exploración personal nos preparó para sondear nuevamente la espiritualidad IHM desde una nueva profundidad de frescura, descubriendo los signos distintivos de la presencia del Espíritu de Dios.
- El enfoque del segundo movimiento fue la Espiritualidad IHM y sus características distintivas: Bíblica-Litúrgica, Alfonsina, Ignaciana, Feminista, Ecológica y Contemplativa. Analizamos el desarrollo histórico de la espiritualidad de IHM y su relación con los eventos mundiales, la iglesia, la vida religiosa y la vida de IHM. Por medio del video de Invitación, "Reunidas Juntas en Comunidad" referente al Capítulo 1 de nuestras Constituciones IHM y del retiro "Tejiendo Nuestras Raíces"; ingresamos en un espacio más contemplativo para explorar este movimiento.

Te invitamos a ingresar al Movimiento 3 por medio del video de Invitación, "Impulsada/os por el Amor de Dios" que explora cómo las personas en la Comunidad IHM han experimentado la integración inextricable entre el amor de Dios (espiritualidad) y el amor a los demás (justicia).

Para ver el video, ve a la sección privada, en el web IHM, Nuestra Vida Juntas, y busca "Dirección del Capítulo sobre la Espiritualidad." Dale suficiente tiempo a esta invitación.

Preguntas de Reflexión que Acompañan el Video de Invitación | Reflection Questions Accompanying the Invitation Video

1. ¿Cuál fue tu experiencia cuando escuchaste a las personas de la Comunidad IHM compartiendo sus experiencias de ser “impulsadas/os por el amor de Dios”?
2. Volviendo a tu infancia o a tus años como joven adulto, ¿cuál fue un momento importante, un “¡ajá!” en que te sentiste “impulsada/o por el amor de Dios” a tender la mano para ayudar a alguien? ¿Cómo ha evolucionado ese momento en tu vida?
3. ¿Qué es algo hoy en donde te sientes “impulsada/o por el amor de Dios” y obligada/o a actuar en nombre de la justicia? ¿Cómo nutre este impulso tu espiritualidad personal e IHM? ¿Y cómo afecta tu espiritualidad el actuar en nombre de la justicia?

Descubrimiento | Discovery

El descubrimiento es una oportunidad de aprender junta/os para que tengamos una experiencia y una constelación de ideas común que nos informa dentro del desarrollo del movimiento.

Las dos secciones de este “Descubrimiento” presentan el marco espiritual y teológico para la reflexión basada en nuestro compromiso IHM con la justicia social y la transformación de nuestro mundo a través de la acción por la justicia, a medida que abordamos los problemas de la crisis climática, el racismo sistémico y la migración entre otros.

Afirmación 10: A lo Largo de los Años | Affirmation 10: All Down the Years

La primera reflexión demuestra la fuerza de nuestro compromiso corporativo con la justicia social, que surge de la Afirmación 10 de la Asamblea 1972. Su visión ha impregnado todas las declaraciones de los Capítulos y Asambleas de IHM, ya que nos desafía a discernir el "signo de los tiempos" más nuevo. Esta reflexión comienza en la página 12 de esta guía.

Caminando con los Dos Pies del Amor | Walking on the Two Feet of Love

Catalina de Siena (1347-1380), mística italiana y Doctora de la Iglesia, nos desafía a “caminar con los dos pies del amor”. Para Catalina, estos son el amor a Dios y el amor al prójimo; para nosotras esto significa espiritualidad y justicia social. Estamos invitada/os a caminar confiada/os a dondequiera que el Espíritu nos lleve. Esta reflexión comienza en la página 16 de esta guía.

Conectándote con Otros | Connecting with Others

Consulta las "Formas de Conectarse" en la página 24 de esta guía para obtener ideas sobre cómo compartir esta experiencia con otros.

Afirmación 10: A lo Largo de los Años | Affirmation 10: All Down the Years

Afirmación 10: A lo Largo de los Años Affirmation 10: All Down the Years

Susan Rakoczy, IHM

La Asamblea IHM en 1972 se celebró hace cincuenta años. Este es un aniversario auspicioso para celebrar ya que los cincuenta de cualquier cosa son impresionantes. Esta Asamblea de IHM escribió lo que llamamos “Afirmación 10” que expresa nuestro compromiso con la justicia social en nuestras vidas y ministerios. Su espíritu y, a veces, su redacción aparecen en los documentos del Capítulo y la Asamblea de IHM “a lo largo de los años”.

Cuando Margaret Brennan, IHM, entonces presidenta de IHM, propuso una Asamblea General para 1972, declaró: “Las preocupaciones de tal Asamblea General serían formular afirmaciones y, a veces, afirmar cuestiones vitales relacionadas con la vida y la misión de la Congregación.” Las asambleas regionales se reunieron para sacar a la luz los temas más importantes para IHM en ese momento. Los temas eran “los materialmente pobres”, el racismo institucional, la guerra (la Guerra de Vietnam estaba en pleno apogeo) y cualquiera “institución económica o política que explota a cualquier persona o grupo”. La lista nos suena familiar en 2022. Faltaba la justicia ecológica aunque el primer Día de la Tierra se había celebrado en 1970.

En la Asamblea General, la Afirmación 10 fue aprobada en la siguiente declaración:

Afirmamos que

- En este momento el discernimiento comunitario nos dirige a canalizar los recursos de nuestra congregación, a través de nuestras diversas obras, hacia la erradicación de las causas y formas de injusticia y opresión y hacia la creación y promoción de estructuras que corrijan las desigualdades en la sociedad y la desunión entre los hombres. [sic].

- Lo que nos concierne y nuestras acciones deben dar testimonio continuo a nuestro entender básico de los principios evangélicos y respaldar claramente a otros siempre y cuando sigan su conciencia en temas de justicia social.
- Respaldamos educación continua que lleva al discernimiento corporativo y a acciones concretas referentes a los problemas sociales.

Hay tres principios bíblicos y teológicos como fundación de este compromiso de IHM. El primero es Lucas 4,16-21 en el que Jesús anuncia su misión y la nuestra:

¹⁶ Cuando llegó a Nazaret, donde se había criado, fue a la sinagoga el día sábado, como era su costumbre. Se puso de pie para leer, ¹⁷ y se le dio el rollo del profeta Isaías. Desenrolló el Pergamino y encontró el lugar donde estaba escrito:

¹⁸ “El Espíritu del Señor está sobre mí,
 porque me ha ungido
 para llevar la buena nueva a los pobres.
 Me ha enviado a proclamar la liberación a los cautivos.
 y la recuperación de la vista a los ciegos,
 para dejar en libertad a los oprimidos,
¹⁹ para proclamar el año del favor del Señor.”

²⁰ Y enrollando el pergamino, se lo devolvió al ayudante, y se sentó. Los ojos de todos en la sinagoga estaban fijos en él. ²¹ Entonces comenzó a decirles: “Hoy se ha cumplido esta escritura en presencia de ustedes”.

El segundo es la perspectiva teológica del Concilio Vaticano II en su “Constitución Pastoral sobre la Iglesia en el Mundo Moderno”:

La Iglesia siempre ha tenido el deber de escudriñar los signos de los tiempos y de interpretarlos a la luz del Evangelio. Así, en un lenguaje inteligible para cada generación, ella puede responder a las preguntas perennes que los hombres [sic] se hacen sobre esta vida y la venidera, y sobre la relación entre las dos. Por lo tanto, debemos reconocer y comprender el mundo en el que vivimos, sus explicaciones, sus anhelos y sus características a menudo dramáticas.

-- *Gaudium et Spes* §4

Esta declaración nos brinda una metodología para implementar la Afirmación 10. Debemos estar siempre alerta y conscientes de nuestro mundo y sus desafíos. Algunos son perennes, por ejemplo, el racismo, pero otros son nuevos, como nuestra respuesta a la pandemia de COVID.

La visión del Vaticano II fue algo bastante revolucionario para la Iglesia de entonces. El Concilio cerró la puerta a cualquier sentido de que la Iglesia debe esconderse del mundo. En 1971, un año antes de la Afirmación 10, el Sínodo de los Obispos se centró en la justicia en el mundo y enfatizó que:

La acción en favor de la justicia y la participación en la transformación del mundo aparecen plenamente como una dimensión constitutiva de la predicación del Evangelio, es decir, de la misión de la Iglesia para la redención de la raza humana y su liberación de toda situación opresiva.

-- Justicia en el Mundo §6

“Constitutiva” es el adjetivo clave: absolutamente esencial. Trabajar por la justicia en nuestro mundo no es un pasatiempo opcional para unos pocos, sino un imperativo para todos los creyentes.

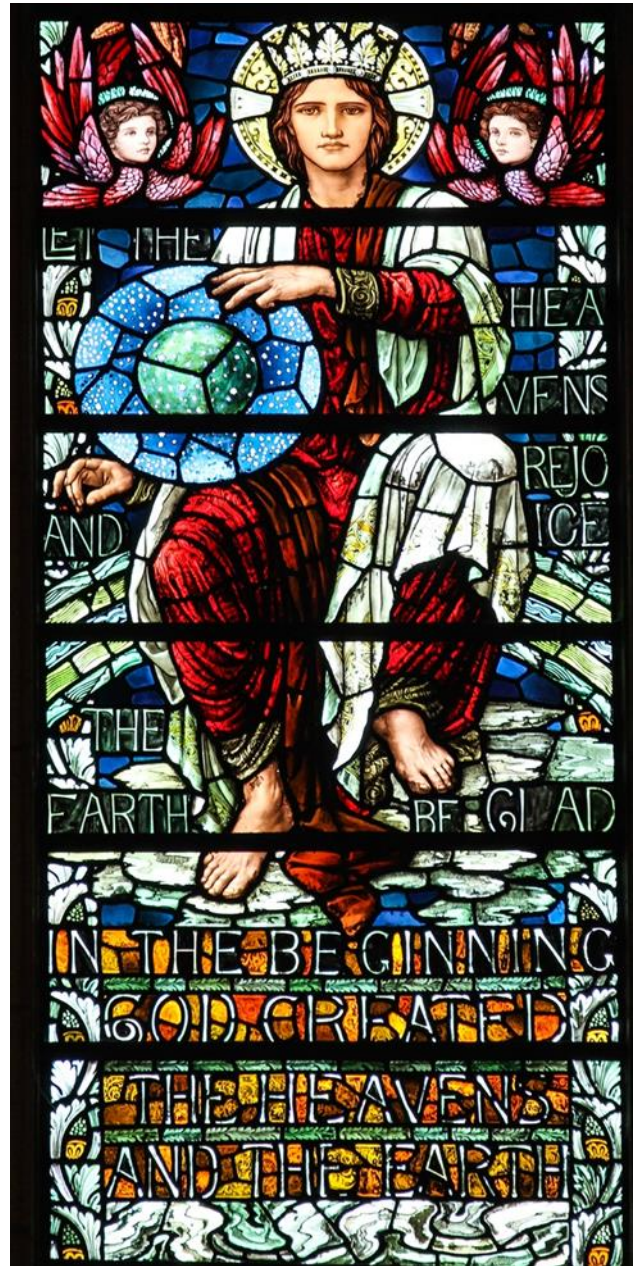
Durante estos cincuenta años, la Comunidad IHM ha seguido construyendo sobre la base de la Afirmación 10. Las Hermanas y Asociada/os han respondido a los “signos de los tiempos” a medida que cambiaban y evolucionaban. La guerra



de Vietnam ha sido reemplazada por otras guerras. La Guerra Fría terminó, pero las armas nucleares permanecen. El racismo institucional sigue generalizado. Los años 70 vieron crecer la “segunda ola del feminismo”; en 2022 ha habido un progreso significativo, pero las mujeres de todo el mundo aún no son completamente libres de compartir sus dones en la sociedad y en la iglesia. Algunos ven El Día de la Tierra de 1970 como una curiosidad. Hoy, la ecología está en el corazón de la fe mientras vivimos en este tiempo de crisis climática.

El Papa Francisco dirigió su encíclica, *Laudato Si'*, a todos los pueblos del mundo y pidió “un nuevo diálogo sobre cómo estamos dando forma al futuro de nuestro planeta. Necesitamos una conversación que incluya a todos, ya que el reto ambiental que estamos viviendo, y sus raíces humanas, nos preocupan y afectan” (*Laudato Si'* §14). Estas preocupaciones ocuparon un lugar destacado en las deliberaciones de octubre de 2019 durante la Asamblea Especial del Sínodo de los Obispos para la Región Amazónica y en el documento final *Querida Amazonia*.

A lo largo de los años, capítulo tras capítulo, asamblea tras asamblea, la Comunidad IHM ha encontrado en la Afirmación 10, una visión y un llamado a la conversión y la acción. Sin duda, es parte del ADN de IHM.



Detalle del vidrio de las ventanas del oeste de la Catedral de Southwark por Henry Holiday; Foto de Lawrence OP

Caminando con los Dos Pies del Amor | Walking on the Two Feet of Love

Caminando con los Dos Pies del Amor Walking on the Two Feet of Love

Susan Rakoczy, IHM

Lo más probable es que todos hayamos observado a un niño pequeño aprendiendo a caminar. Del gatear surge una posición cautelosa de pie, luego un movimiento tentativo de un objeto confiable a otro, por ejemplo una silla. Finalmente llega el momento del lanzamiento: soltar la silla, el sofá, la mano de los padres y dar uno o dos primeros pasos. Familiares y amigos aplauden. Y luego el niño se cae y vuelve a intentarlo.

Todos hicimos esto y, por supuesto, no lo recordamos en absoluto. El desafío es el equilibrio: mover nuestros dos pies hacia adelante, uno después del otro. Pronto el caminar se vuelve natural y solo se ve obstaculizado por una lesión como una torcedura de tobillo. Saltar sobre un pie no nos lleva muy lejos.

Catalina de Siena (1347-1380), mística italiana y doctora de la Iglesia, modela para nosotras/os el equilibrio en nuestra vida de oración y compromiso social. Pero ella aprendió esto lentamente. Cuando era niña, tuvo una visión de Cristo sobre una iglesia en su ciudad natal de Siena. Su respuesta fue hacer un voto de virginidad y, después de muchas luchas con su familia que planeaba que ella se casaría, llevó una vida de oración en el hogar familiar.

Estaba feliz y contenta con su estilo de vida de oración y ayuno. Entonces, un día, cuando oraba, sintió que Cristo le estaba pidiendo que dejara esta seguridad y comenzara a servir a los demás fuera del hogar familiar y de su familia. Ella protestó fuertemente y Cristo respondió:

Hija queridísima, sea así por esta ocasión, que te conviene cumplir toda justicia, porque mi gracia en ti debe ahora a comenzar a dar fruto no sólo en ti, sino también en otras almas. No tengo intención alguna de separarte de mí, sino de asegurarme de unirnos más estrechamente, por medio de tu amor para tu prójimo. Acuérdate que he puesto dos mandamientos

de amor: amor a mí y amor a tu prójimo. 'De estos dos mandamientos', como yo mismo di testimonio, 'dependen la Ley y los Profetas'. Lo que quiero que cumplas ahora es la justicia de estos dos mandamientos.' Anda mi camino con dos pies; vuela al cielo con dos alas.¹

Empezó a visitar a los pobres y enfermos de Siena; a veces regalaba toda la comida que la familia tenía guardada. Después de algunas luchas, ya que no era viuda y era tan joven, se le permitió convertirse en Mantellate, una Tercera Orden Dominica.



Estatua de Francesco Messina cerca del Castel Sant Angelo en Roma;
Foto de Laurence OP en Flickr

¹ Raymond de Capua, *La Vida de Catalina de Siena*, traducido por Conleth Kearns, OP (Wilmington, Delaware: Michael Glazier, Inc., 1980) §121, 115-116.

Catalina vivió en una época en la que la erudita Suzanne Noffke observó que la Iglesia y la sociedad estaban en caos. La Gran Pandemia estaba matando a millones. Las ciudades-estado italianas estaban constantemente en guerra. Y la unidad de la Iglesia era frágil ya que el Papa se había mudado de Roma a Aviñón en el sur de Francia.

A medida que Catalina aprendió a caminar con los dos pies del amor, amplió su visión para incluir intentos de pacificación entre las ciudades-estado y con familiares y amigos (no tuvo mucho éxito). Viajó a Aviñón para intentar persuadir al Papa Gregorio XI que regresara a Roma. El lo hizo en enero de 1377, pero murió poco tiempo después y el papado continuó en Aviñón.



Imagen de Reissaamme en Pixabay

La imagen de Catalina de “caminar con los dos pies del amor” es poderosa al comenzar el Movimiento 3. Cada una/o de nosotro/os tiene su propia historia de cómo lo hemos hecho y de las luchas que hemos experimentado.

Los obispos del Concilio Vaticano II escribieron muy proféticamente en *Gaudium et Spes* que las alegrías y esperanzas, los dolores y las

angustias del mundo son también las de los seguidores de Cristo (§1). Unos años más tarde, en 1971 en el Sínodo sobre la Justicia en el Mundo, esta declaración se usó como el fundamento del compromiso de la Iglesia con la justicia:

La acción en favor de la justicia y la participación en la transformación del mundo son plenamente una dimensión constitutiva de la predicación del Evangelio o, en otras palabras, de la misión de la Iglesia para la redención del género humano y su liberación de toda situación opresiva.

- Justicia en el Mundo §6

La afirmación 10 de la Asamblea 1972 ha dado forma a la respuesta de IHM a la justicia "a lo largo de los años".

En este momento el discernimiento comunitario nos dirige a canalizar los recursos de nuestra congregación, a través de nuestras diversas obras, hacia la erradicación de las causas y formas de injusticia y opresión y hacia la creación y promoción de estructuras que corrijan las desigualdades en la sociedad y la desunión entre los hombres. [Sic].

Nuestra preocupación y acción corporativa deben dar testimonio continuamente a nuestro acuerdo básico de los principios del evangelio y ofrecer un apoyo claro a las personas a medida que siguen responsablemente sus conciencias en materia de justicia social.

Debe fomentarse la educación continua que conduzca al discernimiento corporativo constante y a la acción concreta sobre los problemas sociales apremiantes.

Nuestras declaraciones del Capítulo IHM siempre incluyen una referencia a la Afirmación 10, ya sea del texto real o de la visión que nos da.

Aquí hay algunas preguntas de reflexión:

- Imagina tus dos pies de amor de Dios y de los demás.
- ¿Cuál es fuerte? ¿Cuál no es tan fuerte?
- ¿Experimentas el equilibrio? ¿O a veces saltas sobre un pie?
- ¿Qué fortalece tu pie del amor de Dios?
- ¿Qué fortalece tu pie del amor al prójimo, cercano y lejano?
- ¿Por dónde caminas ahora?

***Por medio de nuestro amor por el prójimo
podemos llegar a conocer a Dios, que es amor.
Sólo amando podemos alcanzar el amor.***

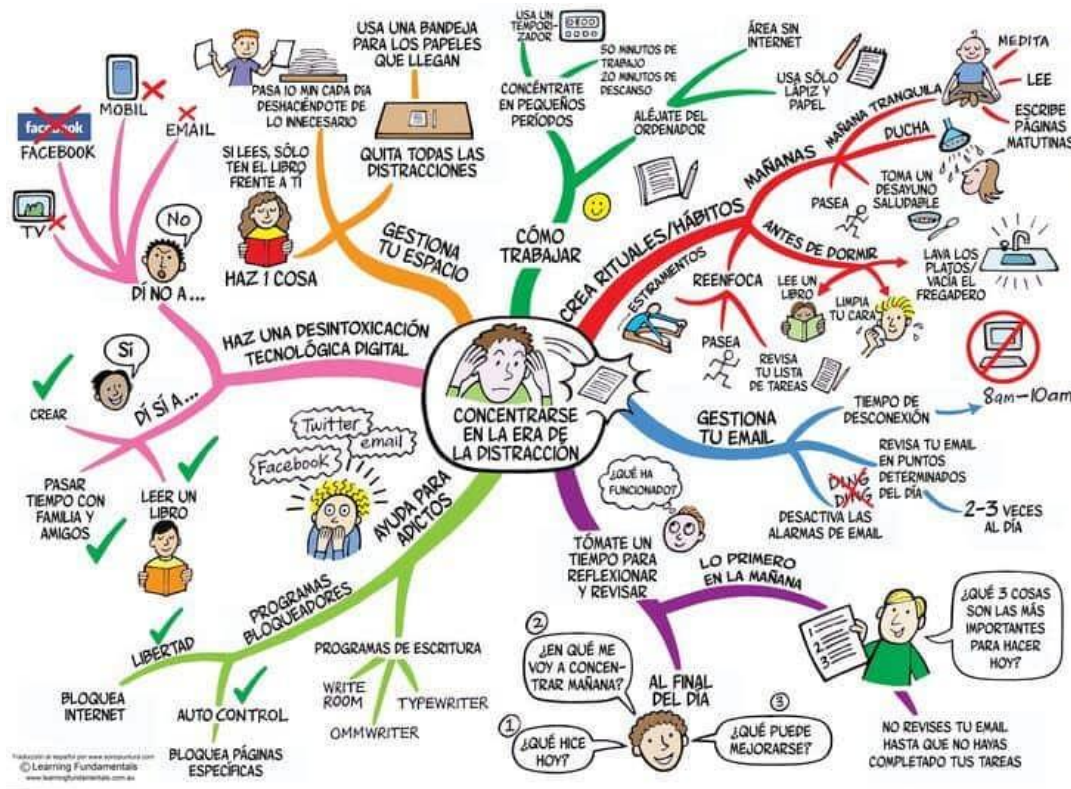
-- Papa Francisco en homilía durante la misa
en Casa Santa Marta (18 de enero de 2015)

Compromiso | Engagement

La actividad central de participación es que cada una/o de nosotras/os cree su propio “mapa mental” de espiritualidad y justicia. Esta actividad puede ayudarnos a reflexionar sobre elementos de nuestra espiritualidad que reconocemos más claramente después de leer el artículo “Caminar con los Dos Pies del Amor” y recordar el camino de la Congregación con la Afirmación 10.

Un mapa mental es una herramienta que nos ayuda a aclarar aún más nuestras ideas y organizar la información. Ayuda a recordar e integrar información de manera creativa, como tomar notas, asociar y expresar ideas, etc. Consiste en mapear nuestras reflexiones sobre un tema específico, en este caso, nuestra espiritualidad. Se pueden utilizar dibujos, imágenes, signos, abreviaturas, códigos, palabras clave, música, poemas y colores para una mejor representación del tema.

Aquí hay un ejemplo de un mapa mental.



Fuente: <https://tugimnasiacerebral.com/mapas-conceptuales-y-mentales/como-hacer-un-mapa-mental-explicado-paso-a-paso>

Aquí hay algunos otros ejemplos de mapas mentales creativos:

- Video en español de los siete pasos
<https://www.youtube.com/watch?v=BweVJnWgbcQ/>
- Descripción del mapa mental en inglés
<https://mindwerx.com/portfolio-items/image-bill-mind-map/>
- Video sobre los conceptos básicos del mapa mental en inglés
<https://www.youtube.com/watch?v=wLWV0XN7K1g>

Como parte del Movimiento 3 sobre nuestra espiritualidad, te invitamos a crear tu propio mapa mental para expresar tus reflexiones usando toda tu creatividad. Coloca en tu mapa los elementos más importantes que hoy revelan cómo tu espiritualidad vive y se encarna en el esfuerzo por un mundo más justo. Podrá serte útil ver primero el video de Invitación y las reflexiones de Descubrimiento sobre la Afirmación 10 y los “Dos Pies del Amor”.

Pasos para hacer tu mapa mental:

1. Prepara los materiales que vas a utilizar. Esto puede incluir hojas de papel en blanco, marcadores, pinturas, imágenes, periódicos, revistas, pegamento, cintas, tela, etc.
2. Antes de empezar retírate a un espacio privado donde puedas tener un momento de oración.
3. Recuerda los elementos principales y secundarios que son relevantes en tu vida espiritual.
4. Comienza a captar tus imágenes en tu mapa mental, figuras, nombres, palabras, sentimientos, emociones, hechos, etc.
5. Una vez que hayas terminado tu mapa mental, toma otro momento de oración y reflexión usando las siguientes preguntas:
 - a. ¿Cómo te ha ayudado tu mapa mental a visualizar cómo tu espiritualidad ha ido cambiando y desarrollándose en tu caminar junto con la Comunidad IHM?
 - b. ¿Cómo te ayudan la imagen de “caminar con dos pies” y la historia de la Afirmación 10 a vivir una espiritualidad encarnada en la transformación de la realidad actual?
6. Toma un momento para agradecer todo lo que en tu vida te ha ayudado a valorar más tu espiritualidad y a continuar tu compromiso con la Misión Liberadora de Jesucristo.

III. Ampliando Tu Experiencia | Expanding Your Experience

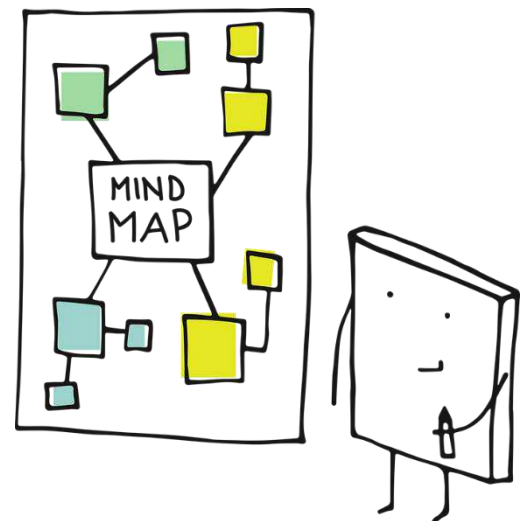
Maneras de Conectarse | Ways to Connect

A medida que pasamos del invierno a la primavera, también hacemos otro cambio del Movimiento 2 al Movimiento 3. Planea crear un espacio para despertar de una experiencia invernal a la frescura de la primavera, recopilando lo que se queda contigo del Movimiento 2. Nuevamente, ámate a encontrar formas de conectarte con otros durante este movimiento. A continuación se presentan algunas ideas para despertar su imaginación:

Conexiones personales y “en casa” | Personal and “at home” connections

Aquí hay algunas ideas para tu actividad personal o en relación con quienes vives:

- Experimenta con un nuevo medio artístico o manualidad que exprese el aprendizaje de uno de los retiros del Movimiento 2.
- Usa un diario para expresar sentimientos de conexión reiniciada con los demás a medida que comenzamos a abrirnos después de este tiempo de aislamiento por la pandemia.
- Repasa una conversación que tuviste cuando reflexionaste en las seis dimensiones de la espiritualidad de IHM y explora cómo están presentes en tu propia espiritualidad.
- Crea mapas mentales adicionales en áreas específicas de tu viaje con espiritualidad y justicia. Contempla de qué manera esto puede haber cambiado con el tiempo.
- Explora y considera tú alrededor: ¿qué está presente allí que habla de tu conexión con Dios?
 - ¿Qué necesita cambiar?
 - ¿Qué te distrae?
 - ¿Qué se podría agregar?



Moviéndose Hacia Afuera | Moving Outward

Estas ideas son para conectarse con otros en la comunidad IHM más allá de tu hogar. Ten en cuenta el distanciamiento necesario según corresponda.

- Invita a otros a una experiencia de oración enfocada en la pregunta: "¿Cuáles son las señales de los tiempos y cómo nos invitan a actuar hoy?"
- Si es posible, elije conectarte con alguien IHM que has extrañado mucho durante la pandemia, especialmente con alguien en la comunidad en McGivney Way.
- Comparte tu mapa mental con otra/os en un grupo auto organizado (GAO). Tal vez puedes crear un grupo que refleje "Caminando con los dos pies del amor".
- Únete a una conversación en ZOOM con otra/os en la Comunidad IHM que será facilitada por miembros del comité de Dirección en la Espiritualidad. Anunciaremos las fechas y hora por medio de los correos electrónicos de la comunidad IHM.
- Conéctate con otras personas en la comunidad IHM que son de una cultura o idioma diferente; no dudes en solicitar ayuda con la traducción.
- Escribe una nota a alguien (miembro de tu familia, amiga/o, hermana o asociada/o de IHM) para continuar el diálogo.
- Envía tarjetas de felicitación gratuitas por correo electrónico, por ejemplo, [123Greetings.com](https://www.123Greetings.com).
- Mientras caminas o miras afuera deja que tu espíritu escuche y comparte lo que oíste en una conversación relacionada con los temas de este movimiento. Dale suficiente tiempo a pensamientos de justicia que surjan de la creación, aprovechando las delicias de estar en el comienzo de la primavera y el brote del verano.
- Participa con otro para escuchar de



espíritu a espíritu, comparte lo que escuchas, intercambiando sentimientos que brotan a medida que escuchas.

- Reúnete con alguien por video usando ZOOM o Google Connect.
- Inicia, o continua, un Grupo Auto-Organizado (GAO). Las instrucciones para formar este tipo de grupo se pueden encontrar en la parte privada del sitio web de IHM.
- Incluye el Movimiento 3 en una de las reuniones del Círculo de Sabiduría y del Círculo de Misión, teniendo en cuenta la energía de toda/os la/os participantes.
- Mantengámonos en oración a lo largo de este movimiento; Les pedimos especialmente a miembros del Círculo de Bendición que oren por la Comunidad IHM.
- Participa en rituales de oración.
- Aprovecha los conciertos por internet, obras de teatro, exposiciones de arte, conferencias.
- Inicia un grupo de lectura por internet con amigos sobre un tema relacionado con la espiritualidad.
- Disfruta de la música, los resultados, la belleza, los aprendizajes.



Foto de @KarstenBergmann en Pixabay

Formas de Integrar | Ways of Integration

Ha habido muchos procesos y actividades que fluyen de nuestra Dirección del Capítulo 2018. Esta exploración de la espiritualidad, aunque es un proceso propio, es un medio de volverse más consciente de las conexiones con otros procesos y actividades de la congregación.

Las formas sugeridas de integración son las siguientes:

- Haz que los elementos de este proceso formen parte de las conversaciones y oraciones en los Círculos de Gobierno y en el Consejo de Coordinación.
- Relee la Afirmación 10 y la Dirección del Capítulo 2018 y escucha cómo Dios te está llamando y a la Comunidad IHM a través de ellas.
- Reflexiona sobre las declaraciones públicas de IHM y cómo la espiritualidad informa nuestras posturas corporativas sobre temas como la violencia, el racismo y la migración.
- Vuelve a leer la Dirección del Capítulo 2018 y escucha de nuevo cómo Dios te llama y llama a la Comunidad IHM.
- Encuentra un lugar de conexión dentro de tu espiritualidad para estudiar los problemas críticos que enfrenta la comunidad de IHM, incluyendo el uso futuro de la propiedad y los edificios ubicados en el campus de Monroe.
- Mientras viajas a través del movimiento, busca oportunidades para ver y dar voz a las conexiones entre el movimiento y la Acción del Capítulo.
- Comparte la espiritualidad con la/os que están interesada/os en la Comunidad IHM y cómo tu espiritualidad y el trabajo por la justicia nutren tu camino.
- Explora la historia espiritual de nuestra comunidad y nuestras comunidades hermanas, las Hermanas Oblatas de la Providencia (oblatesisters.com), las Hermanas IHM de Immaculata (ihmimmaculata.org) y las Hermanas IHM de Scranton (sistersofihm.org); visita el sitio web de las cuatro comunidades en ospihm.org.



Aprendizajes | Learnings

Te invitamos a reflexionar sobre tus aprendizajes y los de los demás a lo largo de este Movimiento.

1. ¿Cuál es el regalo para nosotra/os? En otras palabras, ¿cuáles son algunos de los regalos significativos para ti? ¿De qué manera estos también son regalos para la Comunidad IHM y el mundo?
 - ¿Qué fue nuevo?
 - ¿Qué añadiste a lo que ya sabías?
 - ¿Qué te sorprendió?
 - ¿Qué movió tu corazón?
 - ¿Qué te impulsa a la acción?
2. Al recordar tu experiencia del Movimiento 3, ¿qué llevas al próximo movimiento?

Este proceso de exploración de la espiritualidad está en desarrollo y evolución. Agradecemos tus ideas, sugerencias y comentarios sobre el proceso. Ponte en contacto con los miembros del Comité de Dirección sobre Espiritualidad utilizando la información en la página 6 de esta guía.

***¿Cómo tuve tanta suerte?
de que despertara mi corazón
a los demás y su sufrimiento?***

-- Pema Chödrön

Ayuda Rápida | Quick Help

Para obtener ayuda sobre el proceso, consulta la página 6 de esta guía.

Para obtener recursos en línea, ve a "Dirección del Capítulo sobre Espiritualidad" en el lado privado del sitio web de IHM en "Nuestra Vida Junta/os".

Sugerencias Creativas para el Movimiento 4 | Creative Suggestions for Movement 4

Ahora que has experimentado los primeros tres movimientos, quizás tengas algunas ideas para el movimiento final del proceso de Exploración en la Espiritualidad. Haznos saber tus ideas y pensamientos antes del 15 de julio de 2022.

Gracias de Corazón | Heartfelt Thanks

El Comité de Dirección de Espiritualidad quiere agradecer a la Comunidad IHM por confiarnos este proceso y por entrar en el con el corazón abierto. También agradecemos a Calley Duffey, editora; Gloria Rivera, IHM, traductora; Rosa Gouveia, interprete durante las reuniones; y a toda/os los que ayudaron con este tercer movimiento de nuestra Exploración Hacia la Espiritualidad.



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