

Así se puede decidir:

DECIDIR ES UN ARTE, un arte que se puede ejercitar.

Nosotros quisiéramos ayudarte a tomar buenas decisiones.

Tú encontrarás aquí lo que conviene para una BUENA DECISIÓN.

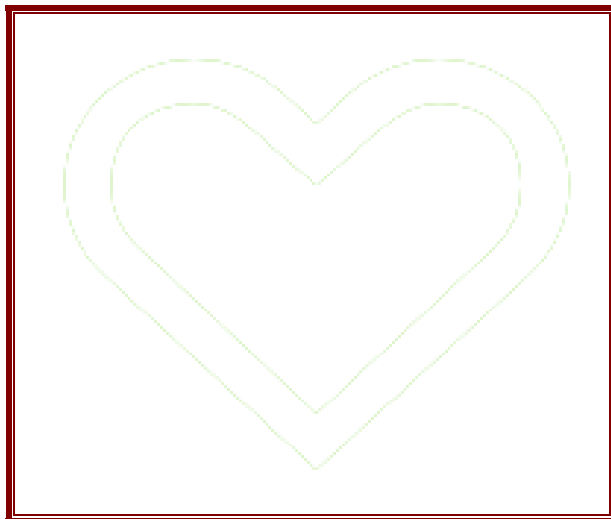
Y puedes APRENDER CÓMO SE CONSIGUE UNA DECISIÓN ASÍ.

Y para que tú puedas empezar siempre y en cualquier parte,

también existe “Así se puede decidir” como APLICACIÓN PARA SMARTPHONE.

La tabla de multiplicar para decidir

Los 8 pasos para una buena decisión:



Sueños

Tomate tiempo
para contemplar tus sueños y deseos.

Dios te llama en tus sueños y deseos.

¡Puede llegar a ser tu camino!

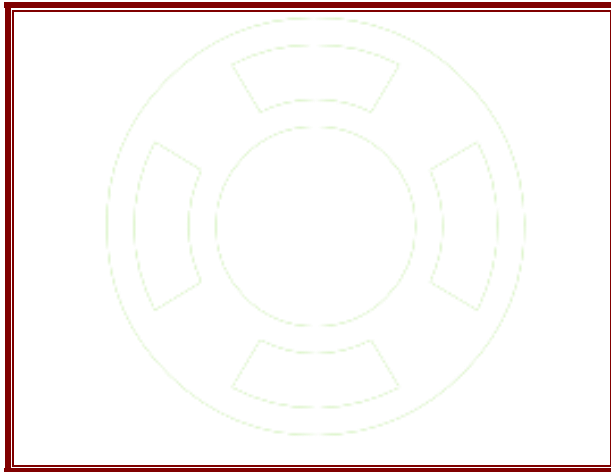


Talentos

Reconoce tus talentos.

¿Dónde estás francamente bien? ¿Qué haces con gusto?

¿Qué te dicen otros sobre lo que tú puedes hacer bien?

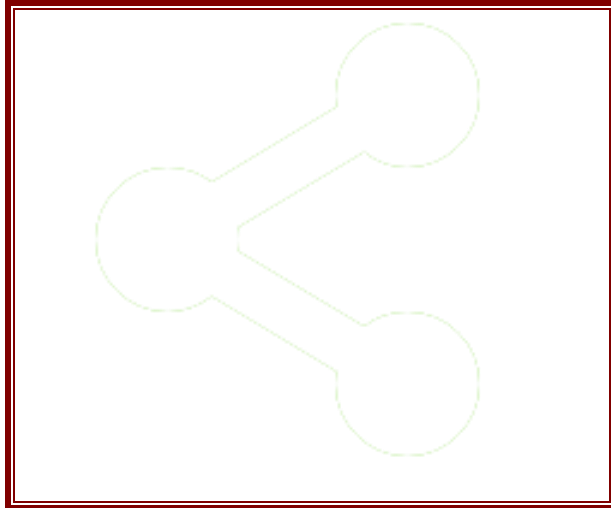


Compromiso

La necesidad del mundo es una llamada de Dios.

¿Dónde haces falta?

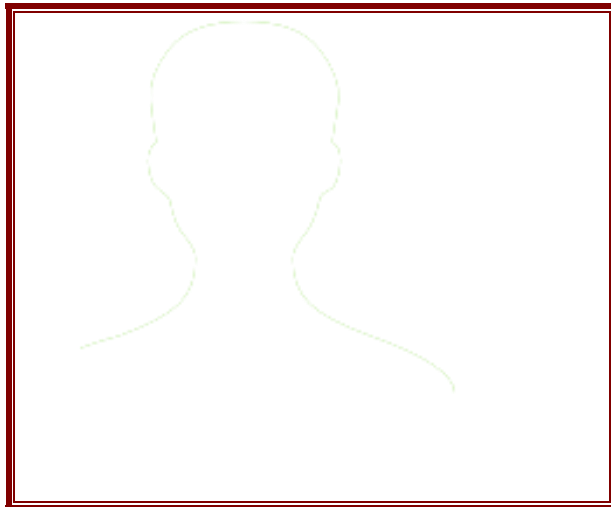
¿Dónde puedes ayudar a otros de la mejor forma?



Alternativas

Desarrolla como mínimo dos alternativas.

Para una auténtica elección
necesitas dos posibilidades.

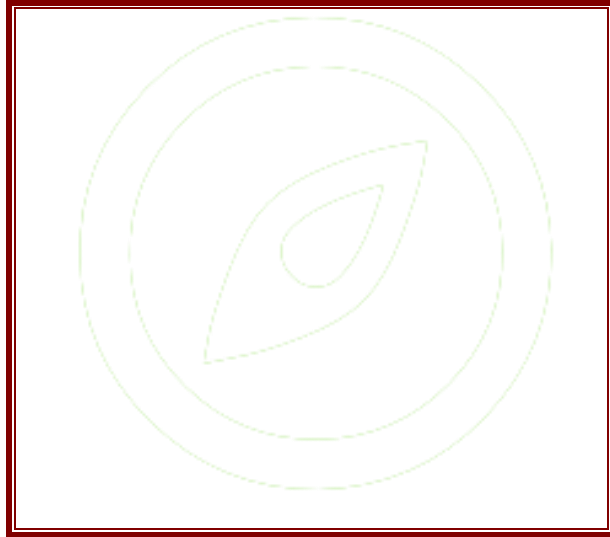


Consejo

Busca un buen consejo.

Cuatro ojos ven más que dos.

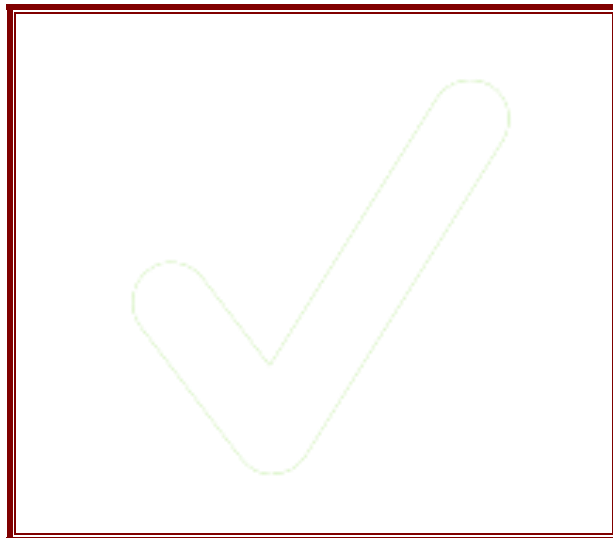
Tus motivaciones se clarifican
cuando hablas con otra persona.



Sensación

Pon juntos el corazón y la cabeza.

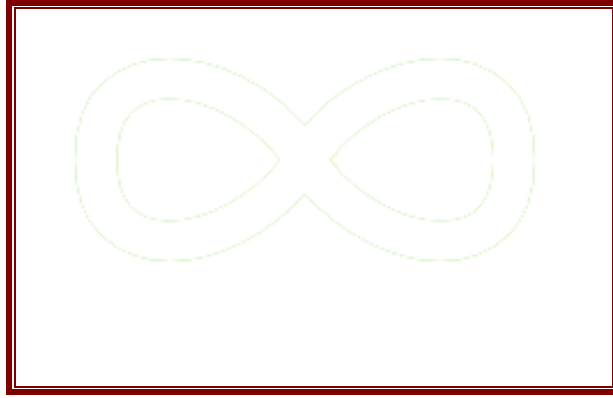
¿Con qué alternativa tienes una buena sensación aunque constituya un reto para ti?



Decisión

Decídete.

Ninguna decisión es también una decisión.
La indecisión también cuesta energía.



Confiar

Confía en que Dios toma parte.

Las decisiones, por regla general, no caen del cielo,
pero puedes contar con él.

Aprender a Decidir

Examen

Los quince minutos más importantes del día

Para tomar buenas decisiones ayuda mucho ejercitarse en la atención a uno mismo y a los demás. Nosotros, los jesuitas, conocemos una BREVE ORACIÓN DE 15 MINUTOS, que ayuda diariamente a ver más y a confiar más.

- Busca un lugar tranquilo y una postura en la que tú puedas estar concentrado y orar durante 15 minutos.
- Ahora anda con Dios a través de tu día. Él quiere que tú tengas una vida buena. Él quiere ayudarte a que tú veas con más claridad.
- Cuéntale a Dios todo aquello por lo que tú puedes estar agradecido hoy: encuentros, sensaciones, ayudas, también por lo cotidiano.
- Contempla con Dios todo lo que te resulta difícil. Lo que te hace daño, aquello con lo que tú estás descontento, aquello, que tú hubieras hecho con gusto.
- Comparte tus planes, deseos y esperanzas para los próximos días con Dios. Pídele Su ayuda. Puedes terminar la oración con un Padrenuestro y una inclinación.

Acompañamiento Espiritual

Tu consejero para las cosas importantes

El acompañamiento espiritual es una oferta que hacen muchos jesuitas y también otros pastores de almas. Tú mantienes un diálogo de vez en cuando (es adecuado cada 4-6 semanas) con tu acompañante, en el que le puedes contar lo que te sucede actualmente. Le cuentas lo que te produce alegría y lo que te abruma.

Tu acompañante te escucha atentamente y puede ayudarte con preguntas para comprender lo que a ti te mueve en ese momento. Estas entrevistas realizadas con regularidad te enseñan a conocerte cada vez mejor para poder tomar buenas decisiones.

Ejercicios

El ámbito de entrenamiento para las decisiones

Cuando decimos Ejercicios nos referimos a Ejercicios Espirituales. Mismo modo que uno se puede entrenar en un tipo de deporte o en un instrumento musical, también uno se puede ejercitar para la propia vida espiritual. Vida espiritual significa más y con mucho que los tiempos que pasamos en la oración expresa o en las misas. Nosotros los jesuitas creemos que en el mundo todo ofrece la posibilidad de aprender a conocer más de cerca de Dios.

Ejercicios son tiempos, en los que tú te buscas en el silencio para aprender a conocerte mejor a ti mismo y a Dios.

Fechas de Ejercicios

**Preparamos nuestras ofertas de Ejercicios,
¡mira pronto de nuevo!**

Aquí encontrarás nuestra oferta de Ejercicios

Ejercicios con los jesuitas

Pregunta a un jesuita

Para las decisiones es válido: CUATRO OJOS VEN MÁS QUE DOS, CUATRO OÍDOS OYEN MÁS QUE DOS. Si buscas consejo para tu decisión, puedes pedir consejo aquí a un jesuita de forma on-line y anónima. Escríbenos lo que te mueve y nosotros nos ponemos en camino contigo.

Preguntar a un jesuita

Tu pregunta será contestada por el acompañante-online. NATURALMENTE CON CONFIDENCIALIDAD Y DISCRECIÓN. Gustosamente nos tomamos tiempo para tu pregunta, por favor, ten un poco de paciencia y recibirás una respuesta nuestra por e-mail.

Hay una aplicación de todo

Naturalmente también para decidir

Con nuestra aplicación para tu Smartphone, puedes llevar contigo a todas partes “ASÍ SE PUEDE DECIDIR”. Puedes tomar notas de tus decisiones y directamente y de forma anónima desde la aplicación hacer una pregunta a un acompañante experimentado. La aplicación “ASÍ SE PUEDE DECIDIR” estará disponible en breve y sin coste. Inscríbete ahora y nosotros te avisaremos tan pronto como esté preparada la aplicación para tu Smartphone.

Para inscribirse

“Así se puede decidir” para tu grupo

Pedir el material

Con gusto te mandaremos el material para horas en grupo, días de reflexión y horas de clase. El cuaderno “ASÍ SE PUEDE DECIDIR” se nos puede pedir con una contribución a los gastos de 0,30 euros por ejemplar en paquetes de 10 unidades.

Para tu grupo te puedes descargar la correspondiente lista de carteles con los iconos del cuaderno para la auto-impresión.

Pedir materiales

Descargar carteles

www.heribert-graab.de

www.vacarparacon-siderar.es