

Envejecer con Gracia - Una Invitación a la Contemplación

Esta semana, para su consideración, es un resumen de un diálogo sobre el misterio, del libro de la Hna. Joan Chittister, *El Regalo de los Años - Envejecer con Gracia*. Después del resumen hay citas sobre la carga y la bendición del misterio, una reflexión personal y un llamado a contemplar el significado en vista de tu propia vida, sin importar dónde te encuentres en el viaje.

Misterio

Más tarde en la vida, tenemos un compañero seguro: el tiempo. Empezamos a disfrutar de la cosecha del esfuerzo de nuestros años de trabajo. Pasamos de rutinas largas a una nueva libertad, y puede ser difícil experimentar esta nueva forma de ser. El misterio nos permite evolucionar, en lugar de continuar viviendo una vida ocupada y programada. La Hna. Joan escribe ese misterio, 'la noción de que algo maravilloso puede suceder en cualquier momento si solo le damos espacio, nos lleva a una nueva conciencia de la inmanencia de Dios en el tiempo'. En la vejez, el tiempo revela la bondad de Dios, y cada día nos invita a la confianza y al asombro.

Carga y Bendición

“Una carga de estos años es temer lo místico que se acerca constantemente ante nosotros, como si la divinidad que hemos conocido en vida nos abandonara en la muerte”.

“Una bendición de estos años es ver que detrás de todo lo imposible, tan firme, tan familiar que tenemos frente a nosotros, corre un decanato de misterio y significado para ser experimentado en formas que nunca antes creímos posibles. Liberarse de lo prosaico, lo programado y lo pragmático es abrir el mundo de una manera que nunca soñábamos. En este nuevo mundo, una montaña, un banco, un camino cubierto de hierba es mucho más que simplemente en sí mismo. Es un símbolo de posibilidades sin precedentes, de la santidad del tiempo”.

Reflexión personal

Cuando no puedo entender la razón de algo, a pesar de intentarlo, siempre lo atribuimos a un “misterio”. Personalmente, me gusta saber y me gusta entender el por qué de las cosas. Pero la Hna. Joan habla de otra cosa cuando escribe sobre el misterio. Aquí, ella nos está invitando al presente, a la conciencia, a prestar atención a la forma en que Dios está presente en nuestras vidas. Si disminuimos la velocidad y experimentamos la vida de manera diferente, sin horarios ni prisas, nos asombramos de lo que nos rodea. Justo el otro día, me senté en la biblioteca a leer por una hora, algo que antes no había tenido tiempo de hacer. Experimenté una sensación de paz y presencia por el simple hecho de estar lo suficientemente quieta para disfrutar el momento. Noté todo lo que me rodeaba: los libros, la chimenea, las sillas cómodas y estaba agradecida por todo. Estaba agradecida por los esfuerzos del personal y la comunidad por mantener un espacio tan maravilloso y tranquilo. Mi tiempo en la biblioteca me refrescó y me abrió a la bendición que ofrece el misterio.

Invitación a la Reflexión y Contemplación Personal.

¿Qué has notado estos días? ¿Hay alguna revelación sorprendente?

Mencione una pequeña práctica que pueda comenzar para asegurarse de no pasar por alto el misterio presente en su vida.

Encuentre formas de compartir lo que ha aprendido con otros para inspirarlos a unirse a usted en la maravilla de estos años.

Saludos cordiales,

Psy.D.,

Los Servicios de Consejería Parroquial son gratis y uno puede pedir cita enviando un correo electrónico a BSzulc@HGAParish.org. Sin embargo, aceptamos ofrendas voluntarias a la Parroquia de los Santos Ángeles Custodios.