

Reportaje

Espiritualidad de la tercera edad

Sor Delfina Ma. Moreno

Centro de Formación para la Tercera Edad

La espiritualidad

Al hablar de espiritualidad me gusta retomar la cita de San Pablo que nos dice: En Cristo Jesús, el Señor, “vivimos, nos movemos y existimos” (Hechos, 17,28).

Así sin necesidad de definición sobre lo que es la vida en y del Espíritu, sin describir con palabras esa relación sencilla y amorosa con nuestro Padre, con nuestro Salvador Jesucristo y con nuestro Santificador el Espíritu Santo que llevamos en la vivencia cotidiana, quiero manifestar unas pinceladas sobre las características de la misma, aplicándola a la vivencia de la tercera edad. El hablar de espiritualidad no atañe sólo a la relación con Dios en la oración y la vida litúrgica. La espiritualidad, pues, abarca todos los aspectos de la vivencia humana: vida familiar, trabajo, tiempo libre, relación con el prójimo.

En la tercera edad

He aquí algunas reflexiones que intentan conjugar la espiritualidad y la tercera edad. Me gusta presentarlas como retos:

- La *verdad*; esta etapa hay que enfrentarla o afrontarla como en realidad es, por lo que no hay que esconderse o no querer toparse con ella o disimular.
- El *desapego*; es el saber ir soltando... tener esa apertura de corazón para dejar caer tantas cosas que quizá eran necesarias... pero que nos impedirían con el peso, poder volar; es, como dice un autor, “Ir aligerando el equipaje”.
- La *paciencia*; que nos hace llevar y beber desde muy dentro de nosotros y a pesar de los vendavales de esta etapa de vida, las aguas de la paz.
- La *esperanza*; al seguir asidas a la Roca, para que dentro de la soledad y el abandono que se tenga o pueda llegar, se ilumine con el saber; “De quien me he fiado”.
- El *perdón*; empezando desde nosotros mismos con los otros y con Dios para que la tranquilidad de la reconciliación, llene de ternura nuestros cuerpos cansados y se fortalezcan con la compasión.
- La *confianza en Dios*; que nos hace sabernos y sentirnos amados de verdad; no por lo que hacemos, ni representamos, o por nuestras máscaras o imágenes sino porque brota de la seguridad del amor del Padre.
- El *abandono total a la voluntad del Padre*; ante tanto sufrimiento no comprendido podemos quedar confundidos, pero podemos también hacernos misioneros, “corredtores” con nuestro hermano mayor, quien primero exclamó: “Si es preciso, pase de mí este cáliz...”
- El *sentido del humor*; además de que éste fisiológicamente nos ayuda a hacer acopio de energía, favorece tener un semblante más agradable que impida los surcos de la amargura y no dejen marcas en el corazón.
- La *gratitud*; por los años de vida que han pasado, por todo lo que se pudo hacer, por tantas bendiciones, gozos tenidos y por ese soplo divino que aún mantiene nuestra existencia.

CENTRO SAN CAMILO
VIDA Y SALUD
NO. 00 (2002)

- La *trascendencia*; estando seguros que no todo termina aquí con la limitación; sino que se llegará a una plenitud sin fin.

Ventana

Quiero resumir lo anterior con el mensaje del padre Arrupe S.J., enfermo y anciano antes de morir:

“Queridos Padres y Hermanos, cómo hubiera deseado encontrarme en mejor forma con ustedes en este encuentro. Ustedes lo ven: no puedo dirigirme directamente a ustedes, espero que comprendan lo que quiero decirles. Me siento más que nunca entre las manos de Dios. He tratado de vivir este abandono durante toda mi vida, desde el tiempo de mi juventud y todavía hoy es la única cosa que deseo. Pero existe esta diferencia: ahora la iniciativa pertenece enteramente al Señor. Puedo asegurarles que es una experiencia espiritual profunda el saberme y sentirme completamente entre Sus manos.”