

CÓMO BUCEAR EN NUESTRA TRADICIÓN ESPIRITUAL (II)

Viernes, 22/12/2017

Idioma

Sin definir



La semana pasada, os hablamos del octavo principio del Decálogo Verde y de [una serie de pautas](#) ^[1] para [Bucear en nuestra propia tradición espiritual](#) ^[2].

A continuación, os damos otra serie de ideas de qué puedes hacer (o dejar de hacer) para cumplir este principio: ^[1]

6. Desacelera tu ritmo de vida. Muchas veces no disfrutamos de las cosas del momento porque estamos atendiendo a la siguiente; no nos damos tiempo. La velocidad, el exceso de ocupaciones y la obsesión por ahorrar tiempo son constantes. Desacelerar es conveniente y aporta calma. El mundo está tomando conciencia que hacer todo más rápido no aporta beneficios, sino al contrario. Esto permitirá mayor tiempo para la escucha, para mirarnos y conectar, para hablar tranquilamente sin ruido y sin apuro.

7. Toma partido por las personas más vulnerables del planeta. En tus oraciones, tus comportamientos cotidianos, tus decisiones, con tus hábitos de consumo... Apoya la justicia, igualdad y el cuidado de la naturaleza.

8. Profundiza en nuestra tradición cristiana En ella tenemos un largo y rico recorrido en la experiencia de oración. *[...] Cuando vayas a orar, entra en tu aposento y, después de cerrar la puerta, ora a tu Padre, que está allí, en lo secreto* (Mt. 6, 6). La referencia de partida es el Maestro, el Señor, Jesucristo, que hizo de su vida oración, enseñanza y acción en cercanía con las necesidades de los hombres. Mírate en él y ora como él y con él, leyendo cada día su Evangelio, fijándote en lo que te dice a ti. Medita sobre la relación de Jesús con el Padre y sobre su actitud y comportamiento con los otros, conocidos y desconocidos, y con nuestra madre Tierra, su Creación.

9. Al acabar el día, haz un pequeño repaso de lo acontecido. En tu tiempo de silencio y de oración

dedica unos minutos a pensar sobre el día que termina. Puedes reflexionar con preguntas como las siguientes: ¿Cómo ha ido el día? ¿Qué tal mis actividades? ¿Qué tal yo, como he estado, cómo me siento? Considera todo aquello que puedas mejorar y alégrate y da gracias a Dios por todas las buenas acciones que has hecho. Mañana tienes otro día entero, lleno de oportunidades para mejorar aquello que no haya estado bien hoy y continuar por el camino de las buenas acciones.

10. Participa en la celebración de la Eucaristía los domingos con tu comunidad desde el silencio buscado y encontrado en la oración y en la meditación, como expresión profunda de tu fe y de tu espiritualidad en la tradición de la Iglesia. *..Porque yo recibí del Señor lo que os transmití: que el Señor Jesús, la noche en que era entregado, tomó pan, dando gracias, lo partió y dijo: Este es mi cuerpo que se entrega por vosotros...*" (1 Cor. 11, 22 y ss.).

[1] ^[3] <http://www.enlazateporlajusticia.org/espiritualidad/> ^[4]

Etiquetas:

[tradición cristiana](#) ^[6]

[espiritualidad](#) ^[6]

[comunidad](#) ^[7]

[pobreza](#) ^[8]

[planeta](#) ^[9]

[Enlázate por la Justicia](#) ^[10]

^[11] ^[11] ^[11]

Multilingual:

[Español](#) ^[12]

© 2020 Fundación PROCLADE

C/ Conde de Serrallo, 15

28029 Madrid

info@fundacionproclade.org

URL de origen: <https://www.fundacionproclade.org/noticias/22-12-2017/bucear-nuestra-tradicion-espiritual-ii>

Enlaces:

[1] <https://www.fundacionproclade.org/noticias/14-12-2017/bucear-nuestra-tradicion-espiritual-i>

[2] <https://www.fundacionproclade.org/noticias/17-11-2017/bucea-tu-propia-tradicion-espiritual>

[3] https://www.fundacionproclade.org/noticias/14-12-2017/bucear-nuestra-tradicion-espiritual-i#_ftnref1

[4] <http://www.enlazateporlajusticia.org/espiritualidad/>

[5] <https://www.fundacionproclade.org/etiquetas/tradicion-cristiana>

[6] <https://www.fundacionproclade.org/etiquetas/espiritualidad>

[7] <https://www.fundacionproclade.org/etiquetas/comunidad>

[8] <https://www.fundacionproclade.org/etiquetas/pobreza>

[9] <https://www.fundacionproclade.org/etiquetas/planeta>

[10] <https://www.fundacionproclade.org/etiquetas/enlazate-justicia>

[11] <http://www.addthis.com/bookmark.php?v=250>

[12] <https://www.fundacionproclade.org/multilingual/espanol>