



EL RELOJ DE LA VIDA

Tiempo 4: Tiempo para reconocer y para decidir

El “Reloj de la Vida” es un conjunto de talleres de espiritualidad para mayores que tienen como misión aliviar el sufrimiento y generar espacios de vida en las personas que comienzan a vivir “el atardecer de la vida”. El pasado sábado 11 de febrero desarrollamos en el Centro Arrupe el módulo 4 del Reloj de la Vida. En este módulo se abordó otro desencadenante de sufrimiento en las personas mayores, lo deseado y lo real, concretamente, el de la idea preconcebida de vejez, esa vejez que hemos soñado y nos gustaría tener muchas veces diferente a la real y que nos toca vivir.

Con vejez soñada no nos referimos a la etapa que vivimos a partir de la jubilación y en la que todavía somos autónomos. Aquí nos estamos refiriendo a la etapa de la vida a la que nunca quisimos llegar, a la etapa de vejez en la cual perdemos capacidades y precisamos de la ayuda de otras personas para vivir nuestra vida cotidiana. Nos referimos a esa vejez dependiente. Esa etapa, también nos la imaginamos vivir o esperamos vivirla, de una manera determinada (aunque muchas veces sintamos angustia o una opresión en el pecho de sólo pensarlo). Y muchas veces la deseamos vivir sólo de una forma determinada, de forma consciente o inconsciente. Y el problema no está en desear eso, sino en sólo considerar eso como alternativa válida para nuestra vida.




El taller 4 nos regala un tiempo para reconocer y para decidir. Estructurado en 3 bloques el taller ofreció diferentes momentos:


- Un momento para reconocer nuestros anhelos y nuestra forma de comunicación con Dios cuando nos enfrentamos a las vicisitudes.



- Un momento para reconocer esa vejez soñada y la real que nos toca vivir.



 **La mirada en el Señor**
Limpiar nuestra mirada

Trabajo personal 

1. Ante la situación de tener que vivir dependiendo de otras personas para realizar las actividades básicas de la vida diaria, ¿Cómo nos sentimos? :

<input type="checkbox"/> Estamos turbados,	<input type="checkbox"/> vacíos,	<input type="checkbox"/> nos sentimos:
<input type="checkbox"/> nos sentimos inquietos,	<input type="checkbox"/> insatisfechos,	<input type="checkbox"/> En paz,
<input type="checkbox"/> angustiados,	<input type="checkbox"/> tibios,	<input type="checkbox"/> con tranquilidad,
<input type="checkbox"/> con dudas,	<input type="checkbox"/> tristes.	<input type="checkbox"/> serenos,
<input type="checkbox"/> con miedo,	<input type="checkbox"/> En soledad interior,	<input type="checkbox"/> en unión con los otros,
<input type="checkbox"/> sin esperanza,	<input type="checkbox"/> alejados de Dios.	<input type="checkbox"/> con sensación de Bienestar,
<input type="checkbox"/> sin amor,	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> de claridad
		<input type="checkbox"/> _____

- Un momento para desde la oración limpiar nuestra mirada y poner la mirada en el Señor.

El Reloj
de la Vida



El taller alternó momento de trabajo personal con dinámicas de trabajo en grupo...





y plenarios ofreciendo diferentes espacios de escucha, reflexión y oración.



Al finalizar el taller las personas participantes pudieron expresar que les había parecido el taller y cómo se habían sentido a través de responder a las siguientes preguntas:

1. ¿Qué **palabra resumiría** lo vivido en este tiempo?

- | | | |
|---------------------------|--------------------------|---------------------------------------|
| - Serenidad | - Tristeza | - La riqueza del futuro |
| - Claridad | - Toma de conciencia | - Concienciación (darme cuenta de...) |
| - Reflexión enriquecedora | - Análisis de mi persona | - Me ha enriquecido. |
| | | - Preparación y riqueza |

2. ¿Cuál es el **sentimiento principal** que me queda?

- | | | |
|---|--|---|
| - Aceptación | - Que tengo que trabajar la humildad para cuando llegue el momento de la dependencia | - El agradecimiento de la invitación de participar en estos talleres. |
| - Tranquilidad | - Inquietud | - Esperanza |
| - Aumenta mi conformidad con esta etapa | - Que aceptaré lo que me depara el tiempo. | - Me ha aclarado idea sobre mi futuro. Sentimiento de paz y alegría. |
| | | - Paz y serenidad. |

3. ¿Qué es **lo que más me ha gustado?** (porque me ha sorprendido, ha sido un descubrimiento, he aprendido...)






- Compartir con los compañeros y escucharlos. Me ha gustado y agradezco la calefacción.
- Que hay que prepararse.
- El reconocimiento al anciano de su individualidad, de sus gustos, etc.
- Que todos estamos igual, temiendo pero tranquilos.
- Hoy creo que el taller me ha servido para conocer mejor mis dudas y aciertos.
- Que he descubierto cosas que estaban ocultas en mí.
- Que he disfrutado mucho en todos los temas.

El Reloj de la Vida



- El cuento del padre Damián.
- Afianzarme sobre mi futuro y agradecer lo que tengo. Me ha gustado el padre-cura y su relato.
- La parábola de Bartimeo

4. En resumen, esta sesión me ha parecido (señala con una X):

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 30%	<input type="checkbox"/> 70%
				
Muy Mala	Mala	Regular	Buena	Muy buena