

LÍNEA DE TIEMPO DEL ENCUENTRO CON EL MISTERIO

EN CLAVE DE ORACIÓN PERSONAL

Te recomendamos ubicarte en un lugar cómodo, donde puedas estar tranquila/o durante una hora, sin que nadie te interrumpa...

La primera tarea será preparar un soporte y un gráfico que represente tu tiempo de vida desde que naciste hasta el día de hoy.

Luego, dedicá unos minutos a serenarte y conectarte con vos misma/o. Un ejercicio que puede ayudarte es realizar varias respiraciones lentas y profundas, concentrándote en el aire que ingresa y sale de tu cuerpo

Una vez que hayas focalizado en tu centro, comienza lentamente a buscar en tu memoria aquellas experiencias que, en distintos momentos de tu vida, te pusieron en contacto con el Misterio, con Dios, con Jesús...

Cuando surja algún recuerdo, resumí la experiencia en una frase breve, y registrala en tu línea de tiempo...

Tal vez, alguno de los siguientes enunciados te ayude a recordar...

- Momentos en los que el asombro y la admiración inundaron mi ser (ante la inmensidad de un paisaje o en un lugar de extrema belleza)
- Momentos en los que me sentí profundamente amado/a - Personas que me han cuidado y amado
- Situaciones de profunda conexión interior que compartí con mi familia
- Experiencias de amistad donde me sentí comprendido/a, acompañado/a, valorado/a...
- Personas que me enriquecieron con su amistad
- La primera vez que recuerdo haber escuchado hablar de Dios
- El momento en que aprendí a rezar - Las personas que me enseñaron a rezar
- Vivencias de la catequesis que recuerdo con alegría y emoción
- Campamentos, convivencias o retiros en los que viví momentos de intensa profundidad interior (oración, meditación, autoconocimiento, etc.)
- Celebraciones significativas vividas en la Parroquia o en el Colegio
- La visita a un lugar sagrado que me impactó profundamente
- Experiencias de solidaridad donde me sentí útil, que tenía algo para dar; o me ayudaron a ejercitar la empatía, la compasión, la ternura...
- Situaciones dolorosas que me enfrentaron con las limitaciones de la vida (mudanzas, pérdidas imprevistas, accidentes o momentos de extremo peligro, enfermedades graves, muertes, etc.)
- Momentos en los que surgieron las dudas e interrogantes de fe
- Conductas, actitudes o mensajes que me alejaron de la religión formal

Cuando hayas completado tu línea de tiempo, vuelve a leer las experiencias y personas que allí aparecen, e intenta encontrar un “nombre”, una “imagen”, una “metáfora” que defina el modo en que Dios-Misterio se ha revelado en tu vida: *“en mi historia Dios se ha manifestado como...”*

(Recuerda que esta actividad es exclusivamente personal y NO se entrega ni se envía por e-mail)