

VACACIONES, CAMBIO DE ACTIVIDAD

I. INTRODUCCIÓN

Nos acompaña en el retiro, un tema muy humano que con frecuencia dejamos pasar, las vacaciones, sobre todo los Profesos perpetuos cuando el hogar de origen ya lo habitan los sobrinos.

Antes de la pandemia todo era correr, y más correr y nos preguntamos ¿quien le iba a poner freno a esa vida sin descanso? Fue un pequeño virus que nadie lo ha visto de tan pequeño y se llamó covid 19.

Nuestro Fundador nos dice: descanso no significa hacer nada, sino cambiar de actividad; las vacaciones son un cambio de actividad. Al cambiar de ambiente es suficiente para iniciar un descanso. Nuestros ojos, nuestro cuerpo se cansa de ver lo mismo todo el año, encontrarnos todos los días con las mismas personas. Cambiar de lugar, de actividad es sano porque se recuperan las energías físicas y espirituales. Se respira con mayor serenidad, se valora el cariño que recibimos todo el año y es una buena oportunidad para orar con más tranquilidad y sin horarios rígidos.

II. EL DESCANSO EN LA BIBLIA

“Terminó Dios en el día séptimo la obra que había hecho, y descansó en el día séptimo de toda la obra que había hecho. Y bendijo Dios el día séptimo y lo santificó, porque ese día descansó Dios de toda la obra que había realizado en la creación” (Gn 2, 1-3).

“Durante seis años sembrarás tus campos y durante seis años vendimiarás tus viñedos y recoger sus cosechas. Pero el séptimo será año de descanso solemne para la tierra, el descanso del Señor...” (Lev 25,4-5. Ex 23, 10).

“Durante seis días trabaja y haz tus tareas, pero el día séptimo es un día de descanso dedicado al Señor tu Dios” (Ex 20, 9).

“Si llamas al sábado tu delicia y honras el día consagrado al Señor, entonces el Señor será tu delicia...” (Is 58,13-14).

“Santifiquen el sábado como mandé a sus padres” (Jr 17, 22).

Jesús les dijo: —Vengan, vamos nosotros solos a descansar un poco en un lugar tranquilo... (Mc 6,30).



Jesús llamó a sus discípulos a descansar porque era tanto lo que iban y venían, que no tenían tiempo ni para comer (Mc 6,31).

III. EL DESCANSO EN LA RELIGIÓN

Los Musulmanes dedican el viernes para descansar y orar. (Coram 62,9). Creyentes, cuando sea realizado el llamado a las oraciones del día viernes, acudan al recuerdo de Dios, es lo mejor para ustedes.

Los Judíos dedican el sábado para descansar y orar. “El Señor le habló así a Moisés, Di a los israelitas: guardarán mis sábados, porque el sábado es la señal convenida entre mí y ustedes, por todas las generaciones, para que ustedes sepan que yo soy el Señor, que los santifica. (Ex 31,12-13).

El sábado es un día sagrado para el judío. Es día de alabar al Señor, e ir a la Sinagoga a leer la Torá y Cantar Salmos.

Los Católicos dedicamos el domingo para descansar y orar. El domingo es el día de la resurrección; es el día de los cristianos/católicos. “Un domingo que nos reunimos para la fracción del pan, Pablo que debía partir al día siguiente, se puso a hablar...”. (He 20,7). Lucas escribe ya del domingo para la fracción del pan.

“El domingo es el día de la resurrección; es el día de los cristianos; es nuestro día”. Ésta es efectivamente para los cristianos la “fiesta primordial...” (Sacrosanctum Concilium, 106).

El domingo es día sagrado para el cristiano/católico. El día de alabar al Señor, es día de ir a la parroquia a la Misa, a la catequesis.

IV. TRABAJO SIN VACACIONES, ES INHUMANO; VIDA SIN VACACIONES, ES INHUMANO

Cuando una sociedad alcanza niveles de trabajo inhumano, por la ausencia de vacaciones, la gente pierde el control de la vida y se convierte en inhumana. Cuando decimos, “tengo que salir de vacaciones, salir de la ciudad, cambiar de ambiente por unos días, significa que lo humano lo hemos maltratado y se expresa en estrés, nerviosismo, mal humor, maltrato, impaciencias, respuestas agresivas y fuera de lugar... En la pandemia afloraron estas situaciones.

El descanso

La llamada divina a trabajar incluye la necesidad del descanso. Como se deduce del relato de la creación, “la alternancia entre trabajo y descanso, propia de la naturaleza humana, es querida por Dios mismo” (San Juan Pablo II - *Dies Domini* - 31-V- 1998 - n.65).

“Terminó Dios en el día séptimo la obra que había hecho, y descansó en el día séptimo de toda la obra que había hecho. Y bendijo Dios el día séptimo y lo santificó, porque ese día descansó Dios de toda la obra que había realizado en la creación” (Gn 2, 1-3).

Por el afán de cumplir con las tareas del apostolado, maltratamos la vida, la esencia de ser hijos de Dios, de ser personas que necesitan de un sano equilibrio. El descanso es un derecho del hombre.

Es bueno dedicar el tiempo necesario al descanso en lo cotidiano y programar vacaciones, de no hacerlo, solo estamos provocando enfermedades por imprudentes, somos de carne y hueso que necesitamos reponer las fuerzas de nuestro cuerpo y espíritu.

En la carta “Día del Señor”, San Juan Pablo II, escribe, “si después de seis días de trabajo el hombre busca un tiempo de distensión y de más atención a otros aspectos de la propia vida, esto responde a una auténtica necesidad, en plena armonía con la perspectiva del mensaje evangélico” (31-V- 1998 - n. 67).

Con frecuencia surge en nuestra vida la necesidad de cuidar el camino de la vida, de pararse para rectificar el rumbo y poner a Dios en el centro, para volver a descubrir a Dios en los demás. Necesitamos momentos de encuentro, paseos comunitarios, con la familia, con el Grupo, necesitamos momentos de oración, tertulias, ferias, retiros espirituales, vacaciones..., todo esto y mucho más, está en consonancia con esa necesidad de descansar con sentido.

El activismo el dañino.

En la prepandemia por la velocidad del progreso nos cobró factura. Poco o nada atendíamos las vacaciones antes de la pandemia.

Llevamos una vida ajetreada peligrosa para la salud. Trabaja, trabaja, trabaja y más trabaja.

Atendimos el tener y olvidamos el ser.

Beneficios de las vacaciones

Recuperamos las energías perdidas por el apostolado, medio año o un año.

Recuperamos el sabor a la vida, la naturaleza.

Regresarle el tiempo de amor que no le dimos a la familia, a los amigos durante el año.

Revisar si nuestra parte humana está caminando hacia lo inhumano.

Verificar si se está dañado o dañamos nuestro amor.

Verificar el contenido de nuestra oración.

Dedicarle un tiempo a la familia.

Dedicarnos un tiempo a nosotros mismos. Necesitamos esos momentos.

Revisar el porqué de las amarguras de la vida que se van acumulando y que no están bien.

Revisar nuestros sentimientos, los afectos de consagrados.

Contemplar un río, el mar, las flores, los pájaros, la naturaleza que agradan al espíritu.

Respirar con serenidad en una montaña para oxigenar el cerebro.

Agradecerle al cuerpo su trabajo, a lo pies, a los ojos, al corazón, a las manos, decirles gracias por un año de trabajo. Darles masaje a los pies, diciéndoles gracias.

Contemplar la historia de la propia vida - agradecerle a Dios la vocación a la que nos llamó; a la familia agradecerle su apoyo, y su paciencia.

Verificar que nuestro camino sea hacia el reino de Dios.

Reorganizar la vida en unas vacaciones. elaborar con serenidad el proyecto del año.

Revisar la vocación que se nos entregó al inicio de la vida.

Gozar la calidad de nuestra respuesta a la vida consagrada.

Poner el orden documentos que nos quitan energías.

Cuando hay descanso o vacaciones

Somos cercanos a los hermanos, hermanas. Aflora nuestra calidad humana, se refuerza nuestra capacidad de escucha, perdón y armonía.

Produce comunidades o familias más serenas.

Las relaciones en la comunidad o en el hogar, son serenas, hay diálogo...

El descanso nos da la oportunidad para leer la organización, la planeación, las responsabilidades en nuestro lugar de apostolado.

Se ama, se acepta al otro tal como es, se comprende y se perdona.

El descanso nos regala momentos de silencio para darle a la mente unos minutos de serenidad.

Se comprende la necesidad de sentarse unos minutos ante el sagrario.

Significa que hay disciplina en la vida.

Se restituyen las energías.

Cuando le regalamos vacaciones o un día de descanso al cuerpo y a la mente, en nuestro interior suceden maravillas en la frecuencia cardiaca, en la presión sanguínea, la

respiración oxigena mejor el cerebro, y lo normaliza, el estado de ánimo cambia, nuestro mismo interior y exterior regresan a la normalidad.

Por estas maravillas y muchas más, la Familia Paulina merece vacaciones y descansos.

V. PARA REFLEXIONAR

Como católico, ¿dedico el domingo para descansar y orar? ¿cuál es mi forma de descansar el domingo? ¿cómo es mi orar el domingo?

Hago mi examen de conciencia y me pregunto ¿he dañado mi cuerpo física y espiritualmente por falta de descanso?

¿Cómo vivo mis vacaciones?

CENTRO DE ESPIRITUALIDAD PAULINA
MÉXICO-CUBA