

Archidiócesis de Madrid

Vicaría de Acción Caritativa

Delegación Episcopal de Pastoral de Mayores

“LA BENDICION DE UNA LARGA VIDA”

**Un proyecto de pastoral con personas mayores
para compartir y celebrar con ellos**

“A los que han recibido la bendición
de ver a los hijos de sus hijos
se les ha confiado una gran tarea”

(Papa Francisco en el encuentro internacional del 14-9-2014)

Introducción

UN DIA CON LOS MAYORES Y PARA LOS MAYORES

La Iglesia en general y nuestra Archidiócesis en particular bien pueden presentarse como ese ámbito de la sociedad en donde los mayores se muestran muy activos en la celebración de la fe, por su inserción en los diversos ministerios laicales, y a través de los voluntariados. De ese modo se comprometen en la *“Comunión y Misión en el Anuncio de la Alegría del Evangelio”* que nuestro Pastor diocesano enuncia como título del actual Plan Pastoral para el trienio 2015-2018.

En cuanto a los ancianos dependientes o enfermos ¿quién puede negar que están siendo agentes de evangelización y maestros de vida espiritual, mediante la oración y el sentido cristiano con que aciertan a enfocar sus diversas limitaciones? Su propia situación nos ofrece la oportunidad para un ejercicio cotidiano de la misericordia, a la que el Papa Francisco nos convoca con un Jubileo extraordinario, pues la misericordia *“es fuente de alegría, serenidad y paz... Es la ley fundamental que habita en el corazón de cada persona cuando mira con ojos sinceros al hermano que encuentra en el camino de la vida”* (Misericordiae Vultus, 2).

El día de san Joaquín y santa Ana, 26 de julio, está constituido ya en tradición para honrar a los abuelos en cuanto abuelos. Precisamente en esta fecha del año 2015 nuestro Arzobispo les dirigió un luminoso mensaje *“por todo lo que han hecho y significan para nosotros”...* El calor del verano en Madrid, sin embargo, impone sus leyes; y por eso hay parroquias y comunidades que celebran **“un día de los mayores”**, o incluso programan toda una semana, en fechas más propicias del curso. Sugerimos que el día 31 de Mayo, fiesta de la Visitación, podría ser un día oportuno. En todo caso, una ocasión distinta del “día del enfermo”, puesto que la vejez no es una enfermedad, sino otro período normal de la vida con características singulares.

Los mayores son un sector bien atendido en la pastoral general, pero hay situaciones que requieren respuestas propias, desde *“la apertura especial a la trascendencia que la tercera edad parece favorecer”*; y también para ayudar a *“purificar cierto fatalismo vinculado a las limitaciones, enfermedades y pérdidas*

asociadas a esta etapa de la vida... dando una perspectiva de esperanza a su fe” (“La dignidad del anciano” (Pontificio Consejo para Laicos, 1999).

Una **jornada** (o varias) **con los mayores** requiere administrar el tiempo sin agobios, poner especial cuidado en la acogida, y facilitar el intercambio de sus experiencias, preocupaciones o añoranzas. Esto en cuanto al formato. Y en cuanto al contenido, caminar orientados por el proyecto pastoral diocesano, con los objetivos específicos que esta Vicaría y Delegación proponen para la pastoral de la Tercera Edad, a saber:

- a) Acentuar la vocación de esta etapa de la vida como un camino de fidelidad perseverante y confiado desapego en las manos misericordiosas de Dios
- b) Fortalecer la virtud teologal de la esperanza “que ilumina el camino de la vida” ... (*Spe Salvi*).
- c) Fomentar la alegría cristiana como atributo y consecuencia de la fe y de la esperanza.

Pensando en ello hemos elaborado este material que consta de una parte formativa o catequética, y de otra celebrativa. La propuesta formativa no pretende agotar la materia, sino poner la vista en siete focos de interés o campos de actuación que nos parecen importantes para una pastoral específica de la edad avanzada, y desarrollarlos en diálogo. Y si la propuesta fuera demasiado extensa para una sola reunión con personas mayores, sugerimos desarrollarla en varias sesiones o elegir *ad libitum* el punto más oportuno.

Espacios para este encuentro serían: Parroquias, residencias u hogares para mayores, grupos de Vida Ascendente y otros grupos en donde se realiza esta pastoral. Durante una mañana o tarde que comprenda tres momentos: 1º, compartir en amistad; 2º, celebrar la alegría de la fe en el marco eucarístico; y 3º, confraternización espontánea con las otras generaciones.

Delegación episcopal de Mayores.

Madrid, trienio 2015-2018

I

COMPARTIR EN AMISTAD

(Para suscitar y enriquecer un diálogo)

1.- INICIO DE ORACIÓN EN GRUPO (Con el salmo 70)

A ti, Señor me acojo,
no quede yo derrotado para siempre;
Tú que eres justo, líbrame y ponme a salvo,
inclina tu oído y sálvame.

Sé tú mi roca de refugio,
el alcázar donde me salve,
porque mi peña y mi alcázar eres tú.

En el vientre materno ya me apoyaba en ti,
en el seno tú me sostenías,
siempre he confiado en ti.

No me rechaces ahora en la vejez;

me van faltando las fuerzas, no me abandones,
porque mis enemigos hablan de mí,
los que acechan mi vida celebran consejo.
Dicen: "Dios le ha abandonado;
perseguidlo, que nadie lo defiende.

Dios mío, me instruiste desde mi juventud,
y hasta hoy relato tus maravillas,
ahora en la vejez y en las canas no me abandones
hasta que hable de ti a la nueva generación,
de tus proezas y victorias excelsas.

Me hiciste pasar por peligros muchos y graves,
de nuevo me darás la vida,
me harás levantarme de lo hondo de la tierra.

Acrecerás mi dignidad,
de nuevo me consolarás, y yo te daré gracias,
te aclamarán mis labios, Señor,
mi alma que tú redimiste...

Gloria al Padre...

2.- PLANTEAMIENTO DEL TEMA (construyendo la vida)

En su camino hacia Compostela el peregrino se detuvo a descansar en una ciudad que por aquel año de gracia se afanaba en construir su bella catedral. Fascinado por la destreza de los artesanos se acercó al lugar donde tres escultores daban forma a bellos capiteles. Dirigiéndose al primero, le preguntó qué hacía, a lo que el hombre respondió algo malhumorado:

- Ya lo ves, peregrino; trabajo de sol a sol para mantener a mi numerosa familia

El caminante avanzó hasta donde un segundo escultor aplicaba con delicadeza el cincel sobre el mármol, alumbrando un hermoso rostro adolescente. Curioso, le preguntó lo mismo; y el artista, secándose el sudor, replicó con un brillo de satisfacción en la mirada:

- Yo intento sacarle un ángel a este bloque de mármol.

Después de admirar su pericia, el peregrino reparó en el tercer obrero que golpeaba igualmente la piedra. Como pareciese el más animado de los tres, quiso felicitarle:

- ¡Qué buen trabajo, amigo!... pero ¿puedes decirme qué haces?

El interpelado se tomó una pausa, levantó sus ojos ilusionados hacia la bóveda del templo y exclamó con inmensa alegría:

- ¿Yo? ¡Yo construyo una catedral!

Los tres realizaban idéntico trabajo, pero de una manera muy distinta, en dependencia de la proyección que cada uno le otorgaba. El primero se limitaba a la obligación de subsistir; el segundo se complacía en su vocación de embellecer; pero sólo el tercero se identificaba con la obra total del maestro arquitecto, dispuesto a coronarla hasta el final con gusto y alegría...

Se ha comparado el decurso de la vida humana con una singladura, desde el punto de salida hasta el puerto del destino. O con la duración de un día que empieza por el nacimiento del sol y acaba con su ocaso. Y también con una construcción que se va levantando piedra a piedra: *“Vosotros, abuelos, sois nuestra raíces, “nuestra roca” (Mt 7,24) sobre la que se edificó nuestro hogar y nuestra familia. Las dificultades no pudieron con sus cimientos...*(D. Carlos Osoro, Arzobispo de Madrid, a los abuelos, 2015).

Envejecer es el privilegio de los que llegan a cubrir aguas e izar bandera en la labor de edificarse a sí mismo. Y envejecer bien es alentar la convicción de que la vida merece ser construida hasta el final, manteniéndose firmes en todas las vicisitudes de la misma; con la mano

en los pequeños detalles con los que un escultor da forma a una sola escena, pero con los ojos puestos en el conjunto de un proyecto total en el que han de inspirarse las generaciones venideras para levantar su propio edificio.

Así como los escultores trabajaban con distinto talante, no todos los ancianos envejecen lo mismo. Los hay pacientes e impacientes, confiados y recelosos, exigentes y agradecidos, desprendidos y egoístas, malhumorados y joviales. En esto no se diferencian de los más jóvenes, tal vez porque la vejez suele ser un reflejo de cómo se ha vivido anteriormente. Con el agravante de que, ocupados y entregados siempre a los problemas de los demás, a los mayores no se nos suele preparar para vivir esta decisiva fase de la existencia...

Ahora bien, siempre se puede rectificar, avanzar, crecer y evaluar. La vejez no es una enfermedad, sino una etapa más de la existencia en la que se produce un desgaste por el paso del tiempo. No anula la capacidad de discernir, sino que la aumenta sin cesar. Ni la de aprender, pues se sigue aprendiendo con otro ritmo más lento y más seguro. Seguimos esculpiendo y construyendo mientras conservemos las facultades mentales en aceptable estado. Y si lo hacemos con la humildad que es propia de esta etapa de la vida, estaremos abiertos a la orientación fundamental del sumo arquitecto, cuya voluntad es la de que culminemos con gozo una bella catedral.

La fe es una fuente de satisfacción vital también para las últimas etapas de la vida. El 81% de los adultos europeos que se consideran creyentes declaran que obtienen consuelo y fuerza por medio de su fe. Y está comprobado que las personas mayores que frecuentan los sacramentos, oran y leen la Sagrada Escritura, demuestran un mayor grado de satisfacción vital que quienes no lo hacen. Los sociólogos explican este plus de calidad de vida de los creyentes en el apoyo social que experimentan a través de su vinculación a la Iglesia. Los psicólogos lo atribuyen más bien a que la fe da fuerzas para sortear las dificultades. En cualquier caso es evidente que las personas animadas por un sentido de trascendencia envejecen mejor porque saben para qué y para quién edifican.

Desde la fe y la esperanza que la anima podemos compartir con el Papa Francisco su expresión “La bendición de una larga vida” que para referirse a los mayores utilizó en su encuentro internacional de septiembre de 1914.

3.- DIÁLOGO (Siete pilares de la pastoral de mayores)

1º: UNA ESPIRITUALIDAD DE LA TERCERA EDAD

Una fe sin obras es una fe muerta. En una espiritualidad de la tercera edad, las obras de la fe están muy próximas a los dones del Espíritu Santo: *“Sabiduría, inteligencia, consejo, fortaleza, ciencia, piedad y temor de Dios...los cuales hacen a los fieles dóciles para obedecer con prontitud a las inspiraciones divinas”* (Catecismo de la Iglesia Católica, nº 1831).

Entre los frutos del Espíritu Santo san Pablo menciona la alegría sólo después del amor, que es el primero: *“El fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, paciencia, afabilidad, bondad, lealtad, modestia, dominio de sí (Ga 5, 22)”*. Estos dones que caracterizan a una espiritualidad propia de la Tercera Edad sólo pueden motivar una gran confianza en Dios y el consiguiente abandono en sus manos

¿Qué te está dando la fe en estos momentos de tu vida?

¿Cuáles serían sus resultados lógicos en el comportamiento ordinario de una persona de edad avanzada?

¿Cómo te gustaría que te recordaran tus nietos?

PUNTOS DE LUZ:

- *“La fe infunde serenidad en la vejez, no considerada y vivida ya como espera pasiva de un acontecimiento destructivo, sino como*

acercamiento prometedor a la meta de la plena madurez.. Son años para vivir con un sentido de confiado abandono en las manos de Dios, Padre providente y misericordioso; un periodo que se ha de utilizar de modo creativo con vistas a profundizar en la vida espiritual, mediante la intensificación en la oración y el compromiso de una dedicación a los hermanos en la caridad” (Carta de Juan Pablo II a los mayores, 1999).

- *La tercera edad es el tiempo de la sencillez, de la contemplación. Los valores efectivos, morales y religiosos que viven los ancianos constituyen un recurso indispensable para el equilibrio de las sociedades, de las familias, de las personas. Dichos valores abarcan desde el sentido la responsabilidad a la amistad, a la no búsqueda de poder, a la prudencia en los juicios, a la paciencia, a la sabiduría; de la interioridad al respeto por la Creación y a la edificación de la paz. El anciano capta muy bien la superioridad de ser respecto del hacer y del tener... (La dignidad del anciano... Pontificio Consejo para Laicos, 1999).*
- *La debilidad de la vejez deja vislumbrar mejor dónde está nuestra salvación. Quizá sea este el paso más importante en la vejez, el cambio de dirección interior: ya no soy yo quien puede dirigir mi vida; es Dios quien me puede salvar; me entrego a él confiadamente. Él ha de ser ahora más que nunca el centro de mi existencia... Este abandono en Dios lo vive el anciano de una forma humilde y sencilla, propia de su edad, cuando no se puede seguir el ritmo de los demás...Es el momento de recitar despacio los salmos de la confianza: ‘Mi corazón se alegra con tu salvación’ (Sal 13); ‘En ti confío, no quede defraudado’ (Sal 25); “Protégeme, que me refugio en ti” (Sal 16)”.*

Tiempo para relativizar, incluso con humor, tantas cosas que no tenían la importancia que les dimos a lo largo de la vida. Tiempo para recordar lo esencial. Tiempo para la quietud y la contemplación que convierta las largas horas de silencio, soledad y tal vez sufrimiento, en maduración confiada para el encuentro final con Dios... Tiempo para aprender a vivir no desde los propios méritos, sino desde la gracia de

ese Dios que nos hace esta promesa: ‘Hasta vuestra vejez yo seré el mismo, hasta las canas yo os sostendré’ (Is 46,4). (J. A. Pagola en “Dios en el atardecer de la vida”)

- *Os propongo algo muy importante: que superado el miedo, pongáis la confianza de vuestra vida y de la historia de esta humanidad en manos de Dios. El Dios que es bondad, es amor, es fidelidad, es encuentro, es fraternidad, es comunión, es horizonte. El Dios que nos da salida, que no nos deja andar a tientas, que es para nosotros luz. Hemos sido llamados para vivir en una confianza absoluta en Dios. Porque nos ama. Esto nos lo habéis enseñado vosotros. (D. Carlos Osoro, Arzobispo de Madrid, a los abuelos, 26-7-2015).*

Dios está siempre con nosotros. No nos abandona en las noches más oscuras de nuestra vida. No nos deja ni en la última noche ni en la última soledad cuando ya nadie puede acompañarnos (D. Carlos Osoro, en Carta “Vivir en la alegría de la confianza...”)

2º: LOS MAYORES EN LA COMUNIDAD CRISTIANA

La alegría de una Iglesia joven que se puso de manifiesto en la Jornada Mundial de la Juventud de 2011 en Madrid no se puede entender sin el hecho de la transmisión realizada en muchos casos por los abuelos de la actual generación juvenil. *“En todas las parroquias las personas mayores son los feligreses más numerosos y asiduos, pero necesitan una atención especializada en sus reuniones, con una participación más activa dirigida por ellos mismos”* (Carta de los obispos de la provincia eclesiástica de Madrid “Dignidad de los ancianos y misión apostólica” 1999).

- **¿Nos sentimos los mayores bien acogidos e integrados en nuestra comunidad creyente?**
- **¿En qué deberíamos mejorar para ser miembros vivos, comprometidos y activos de la misma?**

PUNTOS DE LUZ

- La Iglesia todavía se beneficia más de vuestro vigor espiritual , no sólo por los servicios que todavía prestáis dentro de ella, no solamente por el testimonio que dais a los jóvenes y a los menos jóvenes, sino por la reserva de fe y oración que representáis en el Cuerpo Místico de Cristo. Es claro que ha de hacerse todo lo posible para que las generaciones jóvenes ocupen su lugar en la Iglesia y lleguen a la plenitud de la fe; sin ellas la Iglesia se marchita, pero no muere mientras haya personas de edad avanzada que mantengan la llama...”*
(Juan Pablo II a Vida Ascendente, Roma 1982).
- La comunidad cristiana puede recibir mucho de la serena presencia de quienes son de edad avanzada... ¡En cuántas familias los nietos reciben de los abuelos la primera educación en la fe! ... El Espíritu actúa como y donde quiere, sirviéndose no pocas veces de medios humanos que cuentan poco a los ojos del mundo. ¡Cuántos encuentras comprensión y consuelo en las personas ancianas, solas o enfermas, pero capaces de infundir ánimo mediante el consejo afectuoso, la oración silenciosa, el testimonio del sufrimiento acogido con paciente abandono! Precisamente cuando las energías disminuyen y se reducen las capacidades operativas, estos hermanos y hermanas son más valiosos en el designio misterioso de la Providencia (Carta de Juan Pablo II a los ancianos de 1999, nº 17).*
- Habiendo llegado a la edad de la sabiduría, creo que estoy en el momento adecuado para cumplir mis sueños antes de que se me escape la vida... Es el mejor momento para decidir vivir para lo esencial...Sueño con juntarme con otros cristianos en mi parroquia, y que éste sea el punto de nuestros encuentros y la fuente de nuestra nutrición espiritual... Merece la pena tener una vida espiritual mayor y comprometerse en facilitársela a otros en tareas pastorales o sociales que aumenten la calidad y calidez de la vida... Podría contarse con personas mayores que se prepararan adecuadamente para servir a la comunidad con mayor dedicación que otros parroquianos...Y no me refiero a ese tipo de personas mandonas que se convierten en*

gobernantas... Lo que yo propongo es que haya unas presencias acogedoras que reciban con cariño y cercanía a los que van llegando, que pregunten por los ausentes, que generen calidez en las celebraciones... Formar un equipo de gente que anduvieran por el templo “atendiendo al Señor y a sus amigos”... compartiendo su experiencia de fe, acompañando a alguien en un ratillo de oración, escuchando un dolor... saludando a los niños... Podría haber unos grupos de salud en los que se trabajara aceptación de la enfermedad y la elaboración del duelo... Impartir formación sobre aprender a envejecer para otras personas vivieran esta etapa con amor y con humor, disfrutando y amando con toda su pasión y ternura... etc.” (Testimonio de Mari Patxi Ayerra en “Una nueva diaconía”).

- **4.-** *Oremos por nuestros mayores que tantas veces han tenido un papel heroico en la transmisión de la fe en tiempo de persecución. Cuando papá y mamá no estaban en casa, y también cuando tenían ideas extrañas que la política de aquel tiempo enseñaba, han sido las abuelas las que han transmitido la fe... También el cuarto mandamiento que es el mandamiento de la misericordia. Ser misericordiosos con nuestros antepasados. Pidamos hoy la gracia de custodiar, escuchar y venerar a nuestros mayores... (Papa Francisco, Homilía en santa Marta, noviembre de 2013)*

3ª: LA MISION DE LOS MAYORES EN EL MUNDO Y EN LA FAMILIA

Con la crisis económica en España se ha producido un curioso cambio en el rol de la “abuelidad”. Los abuelos ya no cuidan sólo de los nietos, sino que muchos atienden con su pensión a los hijos que se quedaron sin trabajo, o acogen en su hogar a los que perdieron su casa por impago de hipoteca. En otros casos se ven forzados a abandonar las residencias de mayores también por motivos presupuestarios. Así mismo cabe subrayar que las personas que cuidan a un familiar enfermo, incapacitado o muy anciano suelen ser personas mayores, generalmente mujeres... Por lo que

se ve, la desfavorable coyuntura económica añade otro protagonismo y otras tareas a las que siempre ejercieron

- **¿Testimoniamos eficazmente los mayores la alegría de la fe en el mundo de hoy y en la situación actual?**
- **¿Cómo colaborar desde nuestra condición creyente y de personas mayores a humanizar la familia y mejorar la sociedad?**

PUNTOS DE LUZ:

- *Los mayores tenéis una misión, una importante tarea que cumplir en el mundo actual humanizándolo como sembradores de paz y serenidad en las familias y en vuestros ambientes donde suele haber tantas tensiones y violencias (Carta de los obispos de la provincia eclesiástica de Madrid “Dignidad de los ancianos y misión apostólica” 1999).*
- *Cuán importante es que personas de vuestra edad ofrezcan una visión plenamente humana y cristiana de la vida, pongan de manifiesto la sabiduría de su experiencia, sean lazo de unión entre las distintas generaciones, den testimonio de amor fiel, don gratuito de sí, serenidad, alegría discreta y radiante, fortaleza en la prueba, interioridad y esperanza en el más allá de la vida, es decir, de cuanto pudiéramos llamar como carismas del atardecer de la vida (Juan Pablo II a Vida Ascendente, 7 octubre de 1982).*
- *Los mayores son percibidos más como receptores de ayuda, cuidado y apoyo económico que como cuidadores de otros, cuando los que necesitan ser cuidados no exceden del 10% o 15%. Los mayores prestan ayuda instrumental a sus hijos cuidando de los nietos, pero la más importante es la de carácter afectivo. Los mayores proporcionan sobre todo afecto, tiempo, protección, seguridad, experiencia, principalmente a la infancia y a la adolescencia...*

...La madurez destila una filosofía de la vida que puede servir de contrapunto a las ansiedades y prisas de las generaciones jóvenes. Al dar de lo que son, de lo que saben, los mayores coronan la vida con el noble oficio de maestro, quicio de la transmisión de valores humanos. Se llega a mayor cuando se sabe más... cuando se posee la llamada autoridad moral como consecuencia de haber vivido muchos años y, desde ahí, se ayuda a los más jóvenes con la escucha, el saber y el consejo... (Rosario Paniagua en "Las personas mayores, aproximación a una realidad", 2011).

- *Os invito a manifestar nuestra gratitud y afecto por lo que los abuelos han hecho por nosotros desde el don de la vida hasta el regalo de la fe, y por todo lo que significan para nosotros. Entre otras cosas: ... Los abuelos sois entronque de generaciones y enlace entre las mismas. Sabéis acoger, suavizar, complementar, entrelazar a mayores y pequeños... Vosotros regaláis los mejores dones que habéis recibido: el amor y la sabiduría de la experiencia. Mostráis con esa experiencia de la vida aquello por lo que merece la pena vivir; lo esencial de toda vida que conduce a la felicidad y a la plenitud. Y en definitiva, los abuelos sois puerta abierta para todos. Sois facilitadores del encuentro entre los hombres en nuestro mundo de hoy... (D. Carlos Osoro, Arzobispo de Madrid a los abuelos, Julio de 2015)*

4º: ACOMPAÑAR LA FE DE ANCIANOS DEPENDIENTES

Los ancianos dependientes acogidos a residencias representan aún una minoría, apenas un 2% en España. La mayoría permanecen en sus domicilios. La atención pastoral directa que pueda dispensárseles depende de la solicitud de las parroquias y comunidades, y de un voluntariado adecuadamente preparado para la visita domiciliaria. Este servicio ofrece hoy crecientes dificultades conocidas, y suele ser desempeñado también por personas jubiladas que disponen de más tiempo y mayor experiencia... En todo caso se trata de un asunto que ha de ser materia de gran interés y evaluación continua en las comunidades...

- **¿Reciben adecuadamente el consuelo de la fe y la atención espiritual los ancianos dependientes que ya no pueden acudir a nuestros encuentros y celebraciones litúrgicas?**

- **¿Son visitados y confortados con criterios acertados y oportunos?**
¿Existen, tal vez, situaciones de abandono o desamparo?

PUNTOS DE LUZ

- *La práctica religiosa ocupa un lugar destacado en la vida de las personas ancianas. La tercera edad parece favorecer una apertura especial a la trascendencia"... Lo confirma el cambio decisivo en muchos ancianos que se acercan nuevamente a la Iglesia después de años de alejamiento... Al participar en la oración litúrgica y sacramental de la comunidad y compartir su vida el anciano comprenderá que el Señor no permanece impasible ante el dolor ni ante el cansancio frente a la vida... Es deber de la Iglesia anunciarles la buena noticia de Jesús que se les revela como se reveló a Simeón y Ana, los anima con su presencia y les hace gozar interiormente por el cumplimiento de las esperanzas que han sabido mantener viva en sus corazones ("La dignidad del Anciano..." Pontificio Consejo para Laicos, 1999).*

- *El acompañamiento que hace el voluntario al anciano en cierta manera representando a la comunidad cristiana, significa el servicio de amor mutuo de hombres y mujeres que, en nombre de Cristo y con Cristo son sabedores de que tienen que ayudarse mutuamente a llevar las cargas (Ga 6,2) ... Para una efectividad real en el acompañamiento no se puede descuidar nada: el más pequeño gesto de interés, de respeto, escucharles, una pequeña y sencilla atención son el primer paso hacia una amistad; una palabra, un silencio, una sonrisa rompen la soledad, permiten una relación y ayudan al anciano a vivir mejor...*

El voluntariado que ha escogido el campo de las personas mayores para dar lo mejor de sí mismo tendrá en cuenta que su tarea es la de acompañar, que quiere decir estar cerca en el camino que hace el anciano, sin imposiciones, con todo respeto y ofreciéndole ayuda... Acompañar no significa aportar soluciones o explicaciones, sino sugerir datos para que la persona mayor encuentre por sí misma la respuesta a sus propios interrogantes, sin que tenga el sentimiento de haber sido manipulado... (Material formativo de Cáritas “Voluntariado y personas mayores” 2009).

- *Los momentos de celebración de los sacramentos son privilegiados. No son acciones puntuales, sino que tienen lugar en un contexto más amplio de la pastoral del final de la vida, donde los laicos tienen un papel fundamental formando equipo con el sacerdote. Los sacramentos de la reconciliación, la eucaristía y la unción de enfermos tienen una función sanadora... El encuentro sacramental va precedido de otros en los que se ha escuchado, dialogado y creado en el enfermo una relación de confianza. Celebrarlos así requiere una pastoral previa en la que los laicos acompañantes participan, y también una pastoral de seguimiento para que los sacramentos tengan el verdadero sentido de ser vividos en comunidad. (Rosario Paniagua en “Las personas mayores, aproximación a una realidad”).*
- *No siempre el anciano tiene una familia que pueda acogerlo. Y entonces, bienvenidos los hogares para ellos... con tal de que sean verdaderos hogares, y no prisiones. Y que sean para los ancianos, y no para los intereses de otras personas. No debe haber institutos donde los ancianos vivan olvidados, como escondidos. Me siento cerca de los ancianos que viven en estos institutos, y pienso con gratitud en quienes van a visitarlos y los cuidan. Los hogares para ancianos deberían ser los pulmones de humanidad en un país, en un barrio, en una parroquia; deberían ser santuarios de humanidad, donde los que son viejos y débiles son cuidados y custodiados como un hermano o una hermana mayor. ¡Hace tanto bien visitar a un anciano! Miren a nuestros chicos:*

a veces los vemos desganados y tristes; van a visitar a un anciano, y ise vuelven alegres!... Como cristianos y como ciudadanos estamos llamados a imaginar, con fantasía y sabiduría, los caminos para afrontar este reto. Un pueblo que no custodia a los abuelos y no los trata bien no tiene futuro: pierde la memoria y se desarraiga de sus propias raíces. (Papa Francisco).

5º: LA VIRTUD DE LA ESPERANZA EN LOS MAYORES

Dostoievski escribió: *“Poned a un hombre a llevar piedras sobre sus hombros para reforzar los muros de su prisión, y sobrevivirá... Ponedle a llevar carretillas de arena sin saber para qué, y morirá”*. Hablamos de motivaciones; hablamos de fe y de esperanza... Porque hay una progresión lógica entre la fe, la esperanza y la alegría, en el sentido de que la una conduce a la otra. La alegría cristiana sería como el termómetro de la fe; y la esperanza como el puente de unión entre ambas... Ahora bien, hay pequeñas esperanzas necesarias que ayudan a caminar, y una gran esperanza, virtud teologal, que orienta toda la vida dando proyección incluso al sufrimiento, a las pérdidas y a la enfermedad.

- **Sin distinguir todavía la gran esperanza de otros estímulos menores, ¿cuáles son los motivos pequeños o grandes que alegran la vida de los mayores?**

- **¿Puede hacerse una lectura en positiva de la ancianidad y dónde la podemos apoyar?**

PUNTOS DE LUZ

- *Hoy he pensado en tantos hombres y mujeres de la tercera edad que nos empeñamos en repetir las mismas quejas y lamentaciones... Pero tú, Señor, me pones al alcance de la mano alegrías que no sé agradecerte: una carta me demuestra que alguien se acuerda de mí; una conversación con un amigo de hace años o el encuentro con otro*

que acabo de conocer... Hay otras pequeñas alegrías que nos pasan inadvertidas porque las creemos corrientes y naturales: un cálido día de invierno o una fresca mañana que interrumpe el calor del mes de julio; unas gotas de agua que alivian la sequía... En esas fracciones de felicidad intermitente hay espacios repletos contenidos de alegría... Saboreo esos momentos y te pido, Señor, que en cualquier situación sepa encontrar el gozo de acercarme a ti con la inmensa confianza de sentirme hija tuya... (Testimonio de Amalia de Miguel, cofundadora de Vida Ascendente en España).

- *Está bien que no nos hagamos vanas ilusiones, pero sin irnos al extremo opuesto de la desilusión sistemática. En este sentido la fe tiene un sólido significado práctico con evidentes aplicaciones incluso terrenas. La fe y la realidad de la vida no han de contraponerse como si fueran dos voces, una seductora que nos susurra palabras alentadoras, pero sin fundamento, y otra gruñona que tratara de desalentarnos... La vejez puede ser algo que debemos celebrar. ‘Verás a los hijos de tus hijos’ (Sal 128,6) podría ser una de las mejores bendiciones sobre el ser humano, que suele tardar bastante en disfrutarse... Para contar con “viejos amigos” hace falta haber cultivado mucho tiempo la amistad... Saber más, haber visto más y poseer mayor experiencia en que apoyarse son beneficios que otorga el tiempo y que hasta los más brillante jóvenes no tienen más remedio que esperar a ser viejos para conseguirlos... La vejez puede ser la época adecuada para recoger una cosecha, el tiempo de una madurez quizás duramente ganada, de una serenidad y una experiencia que con propiedad llamamos sabiduría. (“Reflexiones sobre la experiencia de envejecer”, H. Oppenheimer, Concilium nº 235).*
- *A lo largo de su existencia el hombre tiene muchas esperanzas, más grandes o más pequeñas, diferentes según los periodos de la vida. A veces puede parecer que una de estas esperanzas lo llena totalmente y que no necesita de ninguna otra. En la juventud puede ser la esperanza de un amor grande; la esperanza de cierta posición en la profesión; la*

esperanza de uno u otro éxito determinante para el resto de la vida. Sin embargo, cuando estas esperanzas se cumplen se ve que en realidad esto no era todo. Está claro que el hombre necesita una esperanza que vaya más allá... (Benedicto XVI, Spe salvi, nº 30).

En este sentido, es verdad que quien no conoce a Dios, aunque tenga múltiples esperanzas, sin la gran esperanza que sostiene toda la vida en el fondo está sin esperanza. Pues la gran esperanza del hombre que resiste a pesar de todas las desilusiones sólo puede ser el Dios que nos ha amado hasta el extremo (Benedicto XVI en "Spe salvi" nº 27).

- *La esperanza es una espera confiada en el futuro basada en la Palabra de Dios y orientada hacia la construcción del Reino. Aunque esta esperanza dé un sentido a la vida de cada día, es sobre todo una virtud de la noche. Y es en la noche donde nuestra fe nos invita a hacer actos de esperanza. Cuando las ilusiones humanas se desvanecen, la esperanza continúa brillando y suele adquirir una nueva importancia. De ella es de donde proviene la confianza en que el Padre amoroso nos espera más allá de la muerte.*

Hay cristianos que confunden a veces su esperanza con sus ilusiones humanas. Pero eso supone limitar la esperanza cristiana, que consiste en vivir en amistad con Dios, reconciliarnos con nuestros hermanos y resucitar como Jesús. (Jean Monbourquette en "El precioso tiempo del final").

6º: DESCUBRIR ALEGRÍA Y CONSUELO EN MEDIO DEL DOLOR

Hay residencias de ancianos con nombres tan sugerentes como "El jardín de la alegría" y similares. Cifran su publicidad en la oferta de zonas ajardinadas, servicio de peluquería, terapia ocupacional y otros recursos por el estilo. Pintan un cuadro idealizado de de la "edad dorada" Y maquillan los aspectos menos amables de la ancianidad. En ocasiones ofrecen una visión parcial de las verdaderas necesidades de los mayores, omitiendo la atención espiritual y la posibilidad de obtener respuestas a los problemas del dolor, la dependencia, la soledad y el final de la vida. Tal

vez partan de la falsa idea de que el deterioro físico y el bienestar del alma son irreconciliables...

- **¿Cómo te ayuda la fe a integrar en una vida apacible las pérdidas, limitaciones y contrariedades que se van produciendo con el paso del tiempo?**

- **¿Pueden ser el dolor y la enfermedad ser ocasión de testimonio y evangelización?**

PUNTOS DE LUZ

- *Los ejemplos de los santos y personas de fe que lograron transformar el dolor en esperanza, y ésta en alegría, en modo alguno ensombrecen el valor de la vida terrena, que es bella a pesar de las limitaciones y sufrimientos, y ha de ser vivida hasta el final. Pero nos recuerdan que no es el valor último, de tal manera que el ocaso de la existencia terrena tiene los rasgos característicos de un paso o puente tendido desde la vida a la vida, entre la frágil e insegura alegría de esta tierra y la alegría plena que el Señor reserva a sus siervos fieles (Carta de Juan Pablo II a los ancianos, 1999).*

- *Nos acreditamos en todo como ministros de Dios, con mucha paciencia en tribulaciones, infortunios, apuros, en golpes, cárceles, motines, fatigas y días sin comer. Procedemos con limpieza, conocimiento, paciencia, y amabilidad... Somos tenidos por impostores siendo veraces; como moribundos que vivimos; como sentenciados nunca ajusticiados; como afligidos, pero siempre alegres (2 Co 6, 4-10).
Hasta hoy pasamos hambre y sed, falta de ropa y malos tratos, mientras andamos de un lugar para otro... La gente nos insulta y nosotros bendecimos; nos persigue, y todo lo soportamos; nos calumnia y respondemos con palabras de consuelo (1 Co 4,11).*

¿Quién nos separará del amor de Cristo? ¿La tribulación?, ¿la angustia?, ¿el hambre?, ¿la desnudez?, el peligro?, ¿la espada?... En todo esto venceremos de sobra gracias a aquel que nos ha amado (Rm 8,35-37).

- *“Yo, Pablo, encarcelado por el nombre de Cristo, os quiero explicar las tribulaciones en que me veo sumergido cada día, para que alabéis conmigo al Señor, porque es eterna su misericordia... Esta cárcel es un verdadero infierno: a las crueles suplicios (físicos) de toda clase hay que añadir el odio, las venganzas, las calumnias, palabras indecentes, peleas, actos perversos, juramentos injustos, maldiciones y, finalmente, angustias y tristezas. Pero Dios que en otro tiempo libró a los tres jóvenes del horno de fuego, está siempre conmigo, y me libra de las tribulaciones y las convierte en dulzura, porque es eterna su misericordia... En medio de estos tormentos que aterrorizan a cualquiera, por la gracia de Dios estoy lleno de alegría, porque no estoy solo, sino que Cristo está conmigo... Queridos hermanos, el escuchar esto llenos de alegría tenéis que dar gracias incesantes a Dios de quien procede todo bien... para que se unan vuestra fe y la mía. En medio de esta tempestad lanzo el ancla hasta el trono de Dios, esperanza viva de mi corazón.... (Carta desde la cárcel escrita por el mártir vietnamita Pablo Le-Bao Thin, + 1857, citada por Benedicto XVI en la “Spe salvi”).*
- *Los mayores enfermos también son agentes de pastoral desde el sufrimiento aceptado, ofrecido, pues cuanto más se ama mejor se reza, mejor se ofrece. Estas personas, desde el dolor, constituyen una vanguardia misionera desde la retaguardia, una fortaleza oculta para los que están en primera línea de misión. Recordarles esto les alienta en su debilidad. Son miembros de la comunidad y aportan desde su situación de dolor... (Rosario Paniagua en “Las persona mayores, aproximación a una realidad”).*

7º: PREPARARSE PARA LA PASCUA PERSONAL

Todos sabemos que esta vida no es eterna y que en cualquier momento puede ser truncada; pero sólo presentimos el fin como algo próximo a

medida que nos vamos adentrando en la edad avanzada. Experimentamos la propia caducidad cuando nos abandonan las fuerzas; cuando otras generaciones nos relevan en las labores ordinarias; cuando uno piensa si este viaje al extranjero será el último; cuando sentimos minada la salud por el desgaste natural... No basta entonces con aprender a envejecer bien... También hay que aprender a saber desprenderse de este mundo y a afrontar con paz de espíritu la hora de la partida.

- **¿Cómo afrontar el miedo natural a que cada día que pasa el fin es más cercano?**

- **¿Exploro con paz de espíritu los últimos artículos de credo cristiano?**

- **¿Podemos edificarnos con el testimonio de alguna muerte ejemplar que conozcamos?**

PUNTOS DE LUZ

- *Si uno no cree en la vida eterna, no es creyente... Si en mis creencias no estuviera incluido que yo sobreviva después de la muerte ¿qué importaría ser creyente o no? O, de otra manera, si después de la muerte no hay vida, Dios no me interesa...Por eso san Pablo dice que si Cristo no resucitó nuestra fe es inútil (1 Co 15,17)... Lo humano, con todas sus fuerzas, necesita sobrevivir. Por eso ya en la última glaciación enterraban los cadáveres en posición fetal, porque el hombre entiende que la tierra es un seno materno que engendra nueva vida... La vida es un sueño, y los muertos son los que despertaron de ese sueño. Morir es la experiencia más grande toda la vida, lo más grande y más nuevo que le puede suceder al hombre... El hombre no es la víctima de la muerte, es el sujeto, es decir el constructor y el autor de su muerte. El acto de morir no se padece, sino que se hace, se crea; y el único lugar posible donde la muerte puede ser creada es a lo largo del hilo de la vida... Por eso 'perder el tiempo' es dejar de crear la muerte"; y al revés, vivir*

creativamente es ganar la vida tras la muerte... (Diálogo con Antonio Oliver en “La muerte, plenitud de la vida”).

- *Un buen envejecer conlleva no ahuyentar el miedo, sino aceptar la muerte de una forma razonable. Así como a los auxiliares hospitalarios que cuidan enfermos terminales se les invita a meditar sobre la propia muerte para poder familiarizarse sin miedo con ella, cualquier persona mayor debería poder elaborar una idea clara del final de su vida... La fe en una vida con Dios después de la muerte podría acompañarle eficazmente y enriquecer su espiritualidad con nuevos acentos: la muerte hacia la que uno se encamina ya no es una caída en la nada, sino el paso hacia una vida indestructible, abandonándolo todo y confiando sólo en Dios (Bernhard Grom en “Una espiritualidad del envejecer”).*
- *A pesar de las limitaciones que me han sobrevenido con la edad conservo el gusto por la vida... Es hermoso poderse gastar hasta el final por el Reino de Dios.... Al mismo tiempo encuentro una gran paz al pensar en el momento en que el Señor me llame. Por eso a menudo me viene a los labios, sin asomo de tristeza alguna, una oración que el sacerdote recita después de la celebración eucarística: “In hora mortis meae voca me et iube me venire ad te: en la hora de mi muerte llámame y mándame ir a ti...”*

Es la oración de la esperanza cristiana que nada quita a la alegría de la hora presente, sino que pone el futuro en manos de la divina bondad... Concédenos, Señor de la vida, la gracia de tomar conciencia lúcida de ello y de saborear como un don rico de ulteriores promesas todos los momentos de nuestra vida... (Carta de Juan Pablo II a los ancianos, 1999).

- *Cuan triste, Dios mio,
la vida sin ti.
Ansiosa de verte
deseo morir.*
*La vida terrena
es continuo duelo;
vida verdadera
hay sólo en el cielo.
Permite, Dios mio,*

*Carrera muy larga
es la de este suelo,
morada penosa,
muy duro destierro.
¡Oh dueño adorado,
sácame de aquí!
Ansiosa de verte
deseo morir.*

*Oh muerte benigna,
socorre mis penas;
tus golpes son dulces,
que al alma liberan.
Qué dicha, mi amado,
estar junto a ti.
Ansiosa de verte
deseo morir*

*que viva yo allí.
Ansiosa de verte
deseo morir.*

*En vano mi alma
te busca, oh mi dueño,
tú siempre invisible
no alivias mi anhelo;
pero esto la inflama
hasta prorrumpir:
Ansiosa de verte
deseo morir.*

*Cuán triste, Dios mío,
la vida sin ti.
Ansiosa de verte
deseo morir*

(Santa Teresa)

4.- ORACION FINAL (Responsorial)

Señor, Dios de ternura,

Tú que eres el alba, el crepúsculo y el término de mi vida:

- ***Escucha mi oración.***

De una vejez apacible y serena

- ***Concédeme la gracia, Señor.***

De una vejez cuyas arrugas hablen de tu infinita bondad

- ***Concédeme la gracia, Señor.***

De una vejez siempre atenta a la felicidad de los demás

- ***Concédeme la gracia, Señor.***

De una vejez que sepa escuchar todavía el canto de los niños

- ***Concédeme la gracia, Señor.***

De una vejez replegada sobre sí misma y sus quejas inútiles

- **Líbrame, Señor.**

De una vejez amenazada por las faltas del pasado
que tu misericordia ya perdonó

- **Líbrame, Señor**

De una vejez nostálgica que ya no saborea las alegrías presentes

- **Líbrame, Señor.**

Cuando la duda me asalte y mi fe se debilite

- **Clarifícame, Señor.**

Si la cercanía de la muerte me angustia

- **Cálmame, Señor.**

Si la enfermedad ataca mi cuerpo

- **Fortifícame, Señor.**

Si la soledad entristece mi corazón

- **Visítame, Señor.**

Ya me sorprenda la muerte de pronto

o ya se acerque poco a poco a mí

- **No me dejes de tu mano, Señor**

Acepta la ofrenda de los años que me quedan por vivir,

transfórmalos en una sencilla oración,

y que hasta el último aliento

la esperanza luminosa de la resurrección alegre este pobre corazón

que has creado para tu eternidad, Señor...

II

EUCARISTIA DE ACCION DE GRACIAS POR LA ALEGRÍA DE LA FE

(Oraciones, lecturas y salmo de la fiesta de la Visitación, 31 de mayo)

MONICION PREPARATORIA

Los mayores nos sentimos especialmente favorecidos por el don de la perseverancia en lo que profesamos, vivimos y compartimos: la alegría de sentirnos hijos amados de Dios, y por Él visitados mediante la solicitud que la comunidad creyente nos dispensa. A lo largo de nuestras vidas hemos tratado de transmitir los contenidos de la fe a las generaciones siguientes. Damos gracias a Dios por habernos distinguido con esta vocación. Pero la misión aún no ha terminado. Como dice el salmo 91, en la vejez seguiremos dando fruto para proclamar que el Señor es bueno.

CANTO DE ENTRADA:

“Qué alegría cuando me dijeron...” (CLN nº 525)

ACTO PENITENCIAL

- Por haber desconfiado de tu providencia misericordiosa que visita, acoge y alegra la existencia... SEÑOR, TEN PIEDAD
- Por vivir más en el lamento por los males que en la alabanza y en la acción de gracias por los bienes... CRISTO, TEN PIEDAD.
- Por replegarnos demasiado en la nostalgia del pasado, en lugar de explorar nuevas oportunidades para serte fiel, SEÑOR TEN PIEDAD

PRIMERA LECTURA: Sofonías 3, 14-18

La “Hija de Sión” es una personificación de Jerusalén y del pueblo elegido al que los profetas suelen dirigirse para invitarle al optimismo y a la esperanza. En esta ocasión Sofonías nos insta a deponer los errores y culpas del pasado, apoyándose en muy buenas razones.

SALMO RESPONSORIAL

“Mi fuerza y mi poder es el Señor, Él es mi salvación”

(Alternando este estribillo cantado con las tres estrofas)

EVANGELIO: San Lucas 1, 39-56, y COMENTARIO HOMILÉTICO

Hemos proclamado un texto en el que se conjugan todos los valores y motivos de nuestra reunión: En el episodio de la Visitación hay, además de María, dos personas mayores, Isabel y Zacarías, que después de escudarse tras la edad para declarar acabado su proyecto de vida, acaban aceptando la propuesta divina. Hay también una fuerza que moviliza a los tres, y que consiste en una inmensa fe por la que experimentan que la voluntad de Dios se verifica a través de caminos inverosímiles. Y hay, en tercer lugar, un efecto de alegría desbordante que se materializa en el jubiloso himno del Magníficat: *“Mi espíritu se alegra en Dios mi salvador”* (Lc 1,47).

Se trata de una alegría sólidamente cimentada por asentarse en Dios. Es una alegría íntima que proviene del fondo del alma; pero no es intimista o puramente interna, sino muy expresiva y manifiesta. María siente que debe comunicarla, y elige a sus ancianos primos en la certeza de que ellos sabrán compartirla, ya que también han sido bendecidos con el don

singular del Precursor. Cuando esta pareja ya habían cerrado el ciclo de la productividad y la eficacia (*“Yo estoy viejo y mi mujer también”* Lc 1, 18) el Dios de las sorpresas les reclama para una utilidad en la que no cuentan los años. Henchida de entusiasmo, Isabel también constata en su saludo de respuesta a María la relación que existe entre felicidad y fe: *“Dichosa tú que has creído”* (Lc 1,45).

María *“se puso en camino a toda prisa”* (Lc 1,39) apremiada, sin duda, por la caridad y la atención que merecen dos personas mayores que no cuentan con otra ayuda familiar. Su deseo de ayudar al prójimo nace al mismo tiempo que el de glorificar a Dios, y ella los materializa simultáneamente. El Papa Francisco hace notar un tercer motivo: *“María viaja a la casa de su anciana pariente para ayudarla, para estar con ella, pero sobretudo y también para aprender de ella, que es ya mayor, una sabiduría de la vida”*

En el supuesto de que Jesús hubiese sido concebido en primavera como supone la tradición, la visita habría coincidido con la época en que madura el cereal, símbolo y afirmación de la maternidad que renueva la vida... Al llegar, podemos imaginar el abrazo de ambas madres, tal vez el más y mejor representado de la historia del arte. Como escribió Camón Aznar comentando un cuadro con este motivo: *“precipitadas en un abrazo se saludan con el gozo de una fecundidad que ha de fecundar los universos y los tiempos”...*

Apenas se encuentran, se produce un hecho sorprendente de gran fuerza significativa: estimulado por esa fuente de salud que brota del momento, Juan también “salta de gozo” en su estado prenatal. Se diría que María contagia alrededor su propio regocijo, desde la primera invitación a la alegría que el ángel de la Anunciación le hiciese: *“Alégrate, porque el Señor está contigo”* (Lc 1, 28). Quien lleva a Dios consigo y descansa en Él, necesariamente irradia luz y difunde paz. Sentirse por la fe un portador de Dios es razón suficiente para despejar el horizonte de melancolías profundas. Nunca está solo, indefenso ni desasistido quien vive en la presencia del Señor. Haciendo balance de su vida, santa Teresa escribió: *“Él me dio a entender cómo premia a los que le sirven: al punto experimenté un inmenso contento que desde entonces nunca me faltó”*

Dios no ha pensado la ancianidad como un tiempo de pesadumbres, lamentaciones e inactividad, sino de cooperación, iniciativa y relaciones humanas. Eligió a Abraham para que a los setenta y cinco años, junto con su esposa Sara, iniciara con ilusión nuevas fronteras, partiendo de la fe (Gn 12). Recompensó a Tobías (Tb 3,16) porque, aun ciego y de avanzada edad, ayudaba a los necesitados. Iluminó al anciano Simeón y a la profetisa Ana para que pudieran enfocar la última etapa con gozosa esperanza (Lc 2, 25-36). En el diálogo que Jesús mantuvo con Nicodemo, le instó a nacer de nuevo a pesar de ser ya viejo (Jn 3,4). Y en este texto de la Visitación inspiró a Zacarías, portavoz de un *“pueblo visitado y redimido”* (Lc 1, 68), un canto vibrante para conjurar *“las sombras de muerte y guiar nuestro pasos por el camino de la paz”* (Lc 1, 79).

Visitar al prójimo necesitado es una bellísima obra de misericordia. Dios también nos visita para llenar de paz nuestra existencia, si acertamos a interpretar todo lo que nos ocurra en la clave de su amorosa providencia. Desde el nacimiento de un nieto hasta una enfermedad molesta, todo cuanto se enfoque y depure a través del filtro de la fe nos servirá para hacernos más experimentados y modestos, sin que las limitaciones propias de los años nos afecten emocionalmente de modo negativo.

Incluso en situaciones de dependencia se puede mantener ese tono de positiva comunicación y jovial convivencia que refleja el relato de la Visitación. Cuando un anciano agradece que le ayuden o reconoce el trabajo de quienes le cuidan, aumenta el grado de satisfacción de esas personas, pues en el fondo considera que lo que hacen va más allá de una tarea remunerada en la línea de lo vocacional y gratuito. La gratitud es uno de los tesoros más preciados que la persona mayor puede regalar, contribuyendo de ese modo a generar ambientes sanos en los que se respire la bondad de Dios.

Para nosotros el modelo de toda acción de gracias es la eucaristía, porque reproduce la entrega sin reservas de Jesús. Cada vez que compartimos su pan de vida en comunión Él viene a visitarnos de manera íntima y personal. Al igual que Isabel, yo también puedo exclamar desde la humildad: *“¿Quién soy yo para me visites?”* (Lc 1,43). Sin embargo, a falta

de méritos propios, puedo ofrecerle la suma de mis años pasados y los que me resten. Se los presento resumidos en un acto de fe para recibir de Él esperanza, aliento y alegría.

INVITACIÓN AL CREDO:

Desde los remotos tiempos apostólicos la Iglesia ha sustentado su fidelidad a la revelación de Dios en la fórmula inalterada del Credo. Al proclamarlo una vez más en este Año de la Fe, tomamos especial conciencia de haber sido afortunados por la herencia recibida, prometiendo conservarla y trasmitirla a las generaciones posteriores.

ORACION DE LOS FIELES:

Con la gozosa expectación y la generosa caridad que desprende el episodio de la Visitación, celebramos el auxilio del Señor implorando su misericordia:

- Por la Iglesia universal, para que acierte a comunicar en el mundo la perfecta dicha de ser presencia suya y portadora de sus dones, **ROGUEMOS AL SEÑOR.**
- Por los pastores de la Iglesia, por los misioneros, por todos los que son enviados lejos de sus hogares a difundir el mensaje de que Dios ha visitado a su pueblo, **ROGUEMOS AL SEÑOR.**
- Por las personas e instituciones que tienen como función y tarea asistir y apoyar a los ancianos, para que acierten a ejercerla con vocación y agrado **ROGUEMOS AL SEÑOR**
- Por tantas personas mayores que de modo generoso y gratuito desempeñan labores de voluntariado y asistencia en la sociedad, en las familia y en las iglesias, **ROGUEMOS AL SEÑOR**
- Por los ancianos dependientes, por los que sufren enfermedades, soledad o ingratitud, para que no se sientan abandonados por Dios ni por la comunidad creyente, **ROGUEMOS AL SEÑOR**

- Por todos nosotros, para que, firmes en la fe, testimoniemos en todo momento y lugar la alegría de poder vivir y compartir el supremo gozo de la salvación, **ROGUEMOS AL SEÑOR.**

Padre nuestro, Tú que enviaste a Jesucristo al mundo en medio de signos de gozo, regocija hoy los corazones con tu visita, y permanece con nosotros hasta el último aliento de nuestra vida. Por CNS

CANTO DE OFERTORIO:

“Te ofrecemos Señor, este pan y este vino...” (CLN nº H8)

CANTO DE COMUNION:

“Oh buen Jesús, yo creo firmemente...” (CLN nº O9)

ACCIÓN DE GRACIAS (*Antes de la oración postcomunión*)

Señor, yo no soy digno de que entre en mi casa,
pero qué inmensa dicha la de recibirte.
Nuestra alma también salta de gozo
al sentir que nos amas como Padre
y nos visitas como Salvador.

Sólo Tú colmas nuestro deseo de felicidad
con tu promesa de que compartiremos
el abrazo que ya nunca nos separe de ti.
Por eso caminamos radiantes de esperanza
sin que tropiezos, achaques ni fracasos
nos arrebaten el interés por la vida.

Te damos gracias, Señor,
por los dones de la fe y de la alegría hoy celebrados,
por los hermanos que nos apoyan,
por los años vividos hasta ahora en tu casa,
por los servicios que todavía nos permites prestar
prestar a la sociedad, a la Iglesia y a las familias.

Nuestro agradecimiento hoy quiere traducirse
en un canto de gozo como el de María:
Con ella, que fue dichosa por haber creído,
cantamos incesante alabanza por tu misericordia.

CANTO FINAL

“Oh María, madre mía” (CLN nº 308)



ACTO DE CONFRATERNIZACIÓN

Se sugiere concluir esta jornada de los mayores con un acto festivo en el salón, para compartir con otros miembros de la comunidad, maduros, jóvenes y niños. Podría organizarse haber algo de comida, cantos, relatos y diversas habilidades, dando lugar a una creatividad que exprese, ante todo, la comunión intergeneracional y el aprecio que merecen nuestros mayores.

*Archidiócesis de Madrid
DELEGACIÓN DE PASTORAL DE MAYORES
Curso 2015-2016*