

## ***Aging Gracefully - An Invitation to Contemplation***

This week, for your consideration, is a summary of the discussion on wisdom, from Sr. Joan Chittister's book, *The Gift of Years – Growing Older Gracefully*. Following the summary are quotations on the burden and blessing of wisdom, a personal reflection, and a call to contemplate meaning in view of your own life, no matter where you happen to be on the journey.

### ***Wisdom***

Sr. Joan writes, "Understanding is the bedrock of a society." It is only with understanding that we continue to co-create a better world. The older generation has much to give – they have lived through difficult times and circumstances, gained wisdom through those experiences, and now have a responsibility to share their discoveries with the younger generation. The elders have something vital – the wisdom that comes with experience, wisdom that can help the current/younger generation from committing the same errors of the preceding generation. The world needs the hard-earned wisdom of its elders to revitalize and renew the manner in which we are choosing to live in this day and age.

### ***Burden and Blessing***

*"The burden of these years is to accept the notion that nothing can be done to save a people when a younger generation is in charge."*

*"The blessing of these years is to have the opportunity to take on the role of philosopher, of disputant, of interrogator, of spiritual guide in a world racing to nowhere, with no true human goal and no lived wisdom in sight."*

### ***Personal Reflection***

I am grateful for the time spent with my mother in her later years – I feel that I got to know her more deeply, and certainly, through the sharing of her wisdom, came to better understand her life and mine. All of us possess the ability to acquire wisdom, but few of us take the time to listen to those whose life has given them so much to share. Have you ever noticed how the older generation can focus on the heart of the matter in an instant? It is as Sr. Joan writes, "... they are really the only ones who are free to tell the truth... They have nothing to lose now: not status, not striving, not money, not power. They are meant to be the prophets of a society, its compass, its truth-tellers." I pray that all of us are able to listen to the Spirit and become witnesses to God's love in the world.

### ***Invitation to Personal Reflection and Contemplation***

What are the blessings that you experience?

How will you make your truth known for the benefit of future generations?

Warm regards,

*Barbara Szulc, Psy.D.*

Parish Counseling Services are available upon request. For an appointment, send an email to [BSzulc@HGAParish.org](mailto:BSzulc@HGAParish.org). There are no fees; however, Holy Guardian Angels Parish kindly accepts free-will offerings.

## ***Envejecer con gracia: una invitación a la contemplación***

Esta semana, para su consideración, hay un resumen de la discusión sobre la sabiduría, del libro de la Hna. Joan Chittister, *El regalo de los años: envejecer*. Después del resumen hay citas sobre la carga y la bendición de la sabiduría, una reflexión personal y un llamado a contemplar el significado en vista de su propia vida, sin importar dónde se encuentre en el viaje.

### ***Sabiduría***

Sor Joan escribe: “La comprensión es lo fundamental de una sociedad”. Es solo con comprensión que continuamos co-creando un mundo mejor. La generación anterior tiene mucho que dar: han vivido momentos y circunstancias difíciles, han adquirido sabiduría a través de esas experiencias y ahora tienen la responsabilidad de compartir sus descubrimientos con la generación más joven. Los ancianos tienen algo vital: la sabiduría que viene con la experiencia, sabiduría que puede ayudar a la generación actual/más joven a no cometer los mismos errores de la generación anterior. El mundo necesita la sabiduría ganada con esfuerzo de sus mayores para revitalizar y renovar la forma en que elegimos vivir en esta época.

### ***Carga y Bendición***

*“La carga de estos años es aceptar la noción de que no se puede hacer nada para salvar a un pueblo cuando una generación más joven está a cargo”.*

*“La bendición de estos años es tener la oportunidad de asumir el papel de filósofo, de disputador, de interrogador, de guía espiritual en un mundo que corre hacia ninguna parte, sin una verdadera meta humana y sin sabiduría vivida a la vista”.*

### ***Reflexión personal***

Estoy agradecida por el tiempo que pasé con mi madre en sus últimos años; siento que llegué a conocerla más profundamente y, ciertamente, al compartir su sabiduría, llegué a comprender mejor su vida y la mía. Todos poseemos la capacidad de adquirir sabiduría, pero pocos nos tomamos el tiempo de escuchar a aquellos cuya vida les ha dado tanto para compartir. ¿Alguna vez ha notado cómo la generación anterior puede enfocarse en el meollo del asunto en un instante? Es como escribe la Hna. Joan, “... ellos son realmente los únicos que son libres de decir la verdad... No tienen nada que perder ahora: ni estatus, ni esfuerzo, ni dinero, ni poder. Están destinados a ser los profetas de una sociedad, ser la brújula, que dicen la verdad”. Rezo para que todos seamos capaces de escuchar al Espíritu y seamos testigos del amor de Dios en el mundo.

### ***Invitación a la Reflexión y Contemplación Personal***

¿Cuáles son las bendiciones que experimenta?

¿Cómo dará a conocer sus verdades para el beneficio de las futuras generaciones?

Saludos cordiales,

*Psy.D.,*

Los Servicios de Consejería Parroquial están disponibles a solicitud. Para una cita, envíe un correo electrónico a [BSzulc@HGAParish.org](mailto:BSzulc@HGAParish.org). Es gratis; sin embargo, la Parroquia de los Santos Ángeles Custodios acepta ofrendas voluntarias.