

ESPIRITUALIDAD



YA LO HAGO
Y ESTÁ BIEN ASÍ



YA LO HAGO PERO PODRÍA
INSISTIR MÁS Y ME
PROPONGO HACERLO



NO LO HAGO Y ME
PROPONGO INCORPORARLO
EN MI VIDA



NO LO HAGO Y
ESTÁ BIEN ASÍ

Establezco en mi calendario momentos específicos para reencontrarme con mis propias convicciones sobre el amor, la justicia y la paz, y para detenerme a recuperar la profundidad de la vida y preguntarme por los fines y el sentido de todo.

Establezco en mi rutina momentos específicos de silencio, soledad, meditación y oración.

Busco momentos específicos para dedicarme a la contemplación del mundo y la naturaleza, a practicar una nueva reverencia ante la vida y, si soy creyente, a la adoración y alabanza del Creador.

Adopto medios que me ayuden al hábito de hacerme presente serenamente ante cada realidad y estar plenamente consciente en cada momento presente.

Me uno a otras personas con las que comparto sensibilidad e ideales para apoyarnos mutuamente y celebrar alegremente la vida y nuestra labor de cuidadores de la casa común.

Consciente de mi tendencia al individualismo, me propongo cauces concretos para salir de mí y cultivar sólidas virtudes que hagan posible la donación de sí en un compromiso ecológico.

