

Life of the Beloved

Spiritual Living in a Secular World

by Henri J. M. Nouwen

July 26, 2017

Becoming the Beloved

2. Blessed

People need blessings from others. A blessing is similar to affirmation. "To give a blessing is to affirm, to say yes to a person's Belovedness" (p. 69). With the problems that both we and the world have, it is sometimes as easy to feel cursed as it is to feel blessed. Yet, the blessing speaks truth and the curse speaks lies. We can claim our blessing in two ways: prayer and the "cultivation of presence" (p. 79) – that is, to be more and more focused on the small blessings that come our way in the present moment, in the routine of life. The work of prayer is a hard discipline, though, because it requires us "to become silent and listen to the voice that says good things about me" (p. 75).

Tú Eres Mi Amado

La vida espiritual en un mundo secular

por Henri J. M. Nouwen

26 de julio del 2017

Convertirse en el Amado

2. Bendecidos

La gente necesita bendiciones de los demás. Una bendición es similar a la afirmación. "Bendecir es afirmar, decir sí a la condición de amado de una persona" (p. 44). Con los problemas que el mundo y nosotros tenemos, a veces sentirse maldecido es tan fácil como sentirse bendecido. Pero la bendición habla verdad y la maldición habla mentira. Podemos reclamar nuestra bendición en dos maneras: la oración y "el cultivo de la presencia" (p. 51) – es decir, centrarnos más y más en las pequeñas bendiciones del momento actual, en la rutina de la vida. Sin embargo, el trabajo de la oración es una disciplina ardua porque nos requiere "hacer silencio y escuchar la voz que me dice cosas buenas sobre mí" (p. 49)."

Discussion Questions

1. Henri states, "To give someone a blessing is the most significant affirmation we can offer" (p. 68). How does a blessing differ from a compliment? Share an example of a blessing you have given to someone or a blessing you have received.
2. If it is so powerful to give a blessing to another and to feel the blessing from another, why don't we do it more often?
3. According to Henri, "the real work of prayer is to become silent and listen to the voice that says good things about me" (p. 75). Why is silence so difficult for Henri and for us? If you have used a sacred text as a part of praying, how has it helped you?
4. Why do prayer and "cultivating presence" seem so hard to implement in our daily lives? What can you do to overcome this difficulty?

Preguntas para reflexión

1. Henri dice, "Bendecir a alguien es la afirmación más significativa que podemos ofrecerle" (p. 44). ¿Cómo se diferencia una bendición de un elogio? Comparta un ejemplo de una bendición que ha dado a alguien o una que ha recibido.
2. Si es tan poderoso dar una bendición a otra persona y sentir la bendición de otra persona, ¿por qué no lo hacemos más a menudo?
3. Según Henri, "el trabajo real de la oración es hacer silencio y escuchar la voz que me dice cosas buenas sobre mí" (p. 49). ¿Por qué es el silencio tan difícil para Henri y para nosotros? Si ha usado un texto sagrado como parte de la oración, ¿cómo le ha ayudado?
4. ¿Por qué es tan difícil aplicar la oración y "el cultivo de la presencia" en nuestra vida diaria? ¿Qué puede hacer para superar esta dificultad?