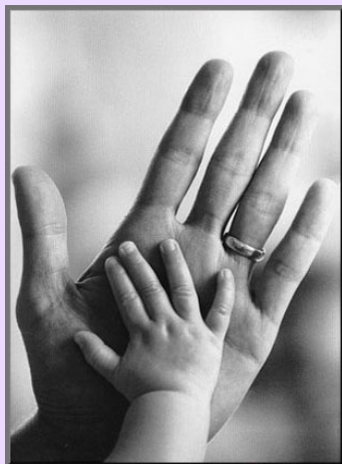


<<Pensé que necesitaba un poco de astucia para pescar con la mano. Debajo del agua la mano no tenía ni la misma fuerza ni la misma habilidad. Seleccionaba un pez en el montón. Trataba de agarrarlo. Y lo agarraba, en efecto. Pero lo sentía escapar de entre mis dedos, con una rapidez y una agilidad que me desconcertaban. Estuve así, paciente, sin apresurarme, tratando de capturar un pez. No pensaba en el tiburón, que acaso estaba allí, en el fondo, aguardando a que yo hundiera el brazo hasta el codo para llevárselo de un mordisco certero; hasta un poco después de las diez estuve ocupado en la tarea de capturar un pez. Pero fue inútil.>>

*"Relato de un naufrago." Gabriel. G. Márquez*

### JUNTAS



Se acercan a mi puerta suavemente  
recuerdos, de otro tiempo rodeados,  
arrullos y caricias en la frente  
por dar cabida al sueño en un abrazo.

Mi madre me sostuvo desde niña  
volcando su consejo en la mirada,  
tesoros que jamás se nos olvidan,  
lecciones que forjaron nuestra alma.

Sin más conocimientos que la Vida,  
trenzaste mi existencia con tu alma.  
Ahora, pon tu mano entre las mías...  
¡Que juntas nos encuentre la mañana!

*M<sup>a</sup> Teresa Cubas Escobar\**

El pasado 22 de Junio celebramos el Primer Encuentro Memorial de despedida de los familiares fallecidos en San Camilo. M<sup>a</sup> Teresa Cubas es hija de Aurelia Escobar, fallecida en la UCP. Dedicamos este poema a todos los que han sufrido pérdidas recientemente.

### PARA LEER...

CROSSAN, J.D., Jesús: vida de un campesino judío, Crítica, Barcelona 1994, 566 págs.

Servicio de Atención Espiritual  
-Centro San Camilo- Tres Cantos, Madrid  
xabier@sancamilo.org

## Recomendaciones para recorrer el camino de las lágrimas ✠

### 6.- Aplaza algunas decisiones importantes.

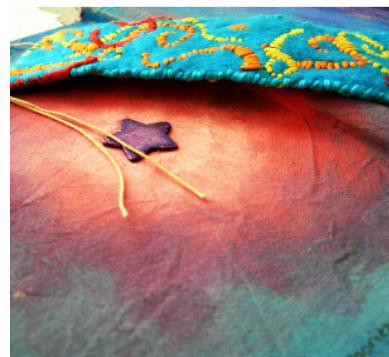
Decisiones como vender la casa, dejar el trabajo o mudarte a otro lugar son trascendentes, y se deben tomar en momentos de suma claridad; dado que un cierto grado de confusión es inevitable en el recorrido de este camino, sería preferible dejarlas para más adelante.

Con el mismo razonamiento sobre todo en los primeros tiempo inmediatos a la pérdida no parece conveniente iniciar una nueva pareja, decidir un embarazo, acelerar un casamiento.

### 7.- No descuides tu salud.

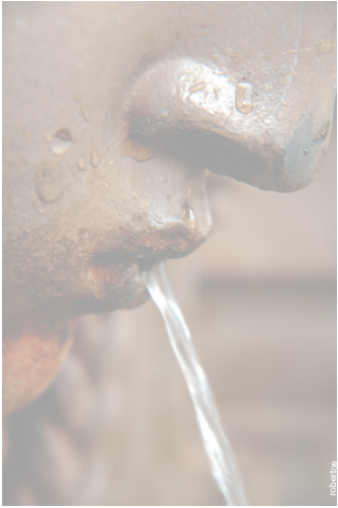
Muchos de los que recorren el camino están tan ocupados en su proceso interno, están tan atentos a su sentir penoso que no prestan atención a su propio cuerpo. Pasados los primeros días puede resultar muy útil que decidas por unas semanas imponerte un horario para levantarte, un horario para las comidas, una hora para acostarte...y lo sigas. Aliméntate bien y no abuses del tabaco, del alcohol ni de los medicamentos. De hecho si para ayudarte en estos momentos fuera necesario tomar algún medicamento, deberá ser siempre a criterio de un médico y nunca por los consejos de familiares, amigos y vecinos bien intencionados. De todas maneras es bueno no deambular "buscando" el profesional que acepte recetar los psicofármacos para "no sentir", porque lejos de ayudar puede contribuir a cronificar el duelo.

### 8.- Agradece las pequeñas cosas.



Es necesario valorar las cosas buenas que seguimos encontrando en nuestra vida en esta situación de catástrofe.

Sobre todo, algunos vínculos que permanecen (familiares, amigos, pareja, sacerdote, terapeutas), aceptadores de mi confusión, de mi dolor, de mis dudas y seguramente de mis momentos más oscuros. Para cada persona lo que hay que agradecer es diferente: seguridad, contención, presencia y hasta silencio.



### 9.- Anímate a pedir ayuda.

No interrumpas tu conexión con los otros, aunque ellos no estén hoy recorriendo este camino. Necesitas su presencia, su apoyo, su pensamiento, su atención. Dales la oportunidad a tus amigos y seres queridos de estar cerca. Todos lo que te quieren desearán ayudarte, aunque la mayoría no sabe cómo hacerlo.

### 10.- Procura ser paciente con los demás.

Ignora los intentos de algunas personas de decirte cómo tienes que sentirte y por cuánto tiempo; no todos comprenden lo que estás viviendo. Amorosamente intentarán que olvides tu dolor, lo hacen con buenas intenciones, para no verte triste, ten paciencia pero no te ocupes de complacerlos. Más bien apártate un poco

gentilmente y busca a quienes puedan permitirte "estar mal" o desahogarte sin miedo cuando lo sientas así.

## Oremos, pensemos, *Ecuménicamente*



Dios único de todas las criaturas humanas, tú creaste la tierra y el cosmos, en toda su variedad, su belleza y fragilidad.

También las diversas culturas y religiones te buscan apasionadamente, origen de todas las cosas.

Tú quieres que todos los seres no sean una amenaza sino una bendición recíproca.

El mundo debe ser, según tu voluntad, una casa pacífica y habitable para todos.

Escogiste el vecino Oriente para que él, junto con nosotros, hiciera conocer tu Nombre y tu Camino en numerosos lugares.

Abraham, Padre de la fe de los Hebreos, Musulmanes y Cristianos, escuchó tu llamada en la Región que se extiende entre el Éufrates y el Tigris, el actual Irak.

Prometiste de modo especial al antiguo y al nuevo Pueblo de Israel vida y futuro. Como mujeres y varones cristianos te agradecemos, sobre todo, por el Señor Jesucristo, nuestro Hermano. El es nuestra PAZ.

El vino a derribar los muros y a dar a todos, sin distinción.

Vida y futuro. Nos sentimos en comunión con las Iglesias del vecino Oriente.

Ellas dan testimonio del Evangelio de Jesús, de las fuerzas de la libertad sin violencia y de la certeza de la Resurrección.

Todos estamos de luto por las víctimas del odio y de la violencia. Nosotros te pedimos: ten misericordia de todas las víctimas y de todos los culpables. Amén.

## EVANGELIO (Mt 16, 13-19)

### Lectura del santo Evangelio según San Mateo

En aquel tiempo llegó Jesús a la región de Césaría de Felipe y preguntaba a sus discípulos:

¿Quién dice la gente que es el Hijo del Hombre?

Ellos contestaron:

Unos que Juan Bautista, otros que Elías, otros que Jeremías o uno de los profetas.

El les preguntó:

Y vosotros, ¿quién decís que soy yo?

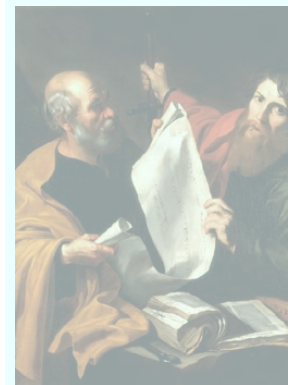
Simón Pedro tomó la palabra y dijo:

Tú eres el Mesías, el Hijo de Dios vivo.

Jesús le respondió:

¡Dichoso tú, Simón, hijo de Jonás!, porque eso no te lo ha revelado nadie de carne y hueso, sino mi Padre que está en el cielo. Ahora te digo yo: Tú eres Pedro, y sobre esta piedra edificaré mi Iglesia, y el poder del infierno no la derrotará. Te daré las llaves del Reino de los Cielos; lo que ates en la tierra, quedará atado en el cielo, y lo que desates en la tierra, quedará desatado en el cielo.

Y les mandó a los discípulos que no dijese a nadie que él era el Mesías.



### COMENTARIO

Pedro y Pablo fueron dos personalidades muy "singulares". Ambos eran hombres vulnerables, con una humanidad muy frágil y débil, con una historia llena de errores. Uno dejó solo a Jesús, cuando éste más necesitaba de él. El otro persiguió a la primera comunidad cristiana. En definitiva, nada tenían de lo que enorgullecerse. Sin embargo, ambos se convirtieron en personajes importantes para la Iglesia. ¿Qué es lo que ocurrió en ellos? ¿Cómo es posible que de lo débil y frágil brotase después tanta fuerza? Pedro y Pablo contaron más tarde su secreto: todo fue a causa de un "encuentro". Todo

cambió cuando alguien les miró con interés, escuchó sus problemas, y quiso contar con ellos para llevar a cabo un proyecto muy desafiante. Así empezaron a sentirse "vivos", sabiendo que ellos también podían crear VIDA a su alrededor. Este es tal vez el reto más importante del cristiano de hoy: mirar con sentimiento, escuchar con emoción y acoger con afecto allí donde el mundo, desde sus prejuicios, no ve nada interesante. ¿Por qué no creamos Vida con nuestros encuentros, miradas, gestos, actitudes...?

*Laura Steegmann Pascual*