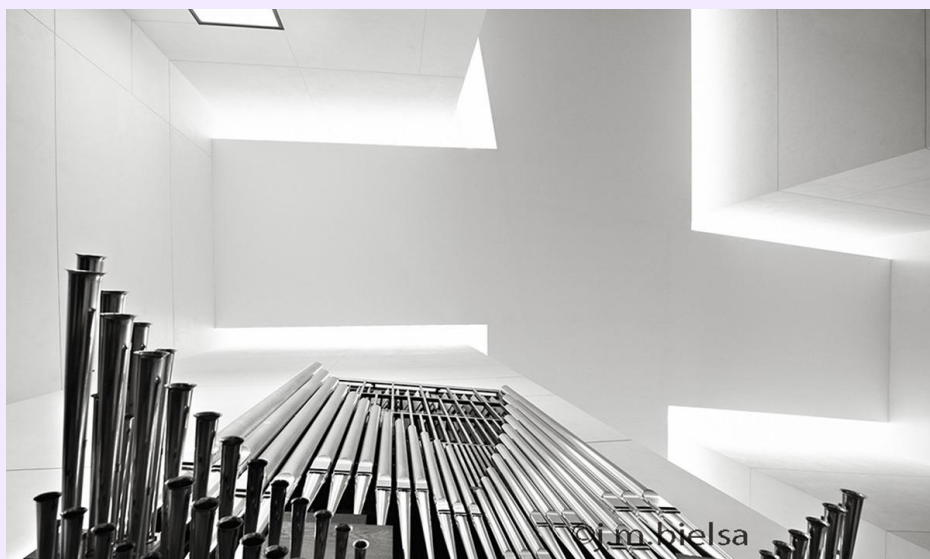


“Dios no es algo con lo que tratar al final de la vida, sino cada poro de la misma. Dios es la gracia, la energía, el momento creativo. Dios es la materia misma de la vida, no un objetivo que alcanzar ni un premio que merecer”

Joan Chittistter



Rafael Moneo, Parroquia del Iesu, Donostia.

PARA LEER...

BERMEJO, JC, *Acompañamiento espiritual en cuidados paliativos*. Sal Terrae, Santander 2009

Para recibir este material en tu casa escribe a
Servicio de Atención Espiritual
-Centro San Camilo- Tres Cantos, Madrid
xabier@sancamilo.org



Principios Básicos para la Oración



- 1) La oración es una práctica que, cuando se realiza adecuadamente, brinda una gozosa plenitud, y es legítimo buscar ese resultado
- 2) La oración es una parte muy importante de la vida religiosa, pero también debe serlo de la vida cotidiana, y en muchos casos es posible practicarla en lugares no tradicionales, fuera de la iglesia, la congregación o la familia.
- 3) Es muy importante sentirnos libres durante la oración, libre de dar una respuesta personal al llamado de Dios, sin imposiciones ni presiones, y dejándonos llevar sólo por la fe, la confianza, la devoción y los propósitos legítimos que impulsan a orar en cada circunstancia.
- 4) Es necesario no sólo aprender a hablar a Dios en la oración, sino también aprender a escucharlo.
- 5) Llegar a la contemplación de Dios a través de la oración no es un privilegio minoritario de unos pocos místicos, sino un derecho elemental de todo cristiano (o no).
- 6) Además de su función espiritual, la oración tiene un efecto psicológico terapéutico y sirve de ayuda para desarrollar la personalidad de quien la practica.
- 7) Uno de los principales enemigos de la oración es la tensión nerviosa; la relajación y la quietud interior son condiciones imprescindibles para orar.
- 8) Las técnicas que utilizan otras tradiciones espirituales como son el yoga, el zen..., con objeto de lograr la relajación, así como para “meditar” y -eventualmente- alcanzar la “iluminación”, no sólo son aceptables y válidas para la práctica de la oración cristiana, sino que son sumamente útiles e incluso necesarias.



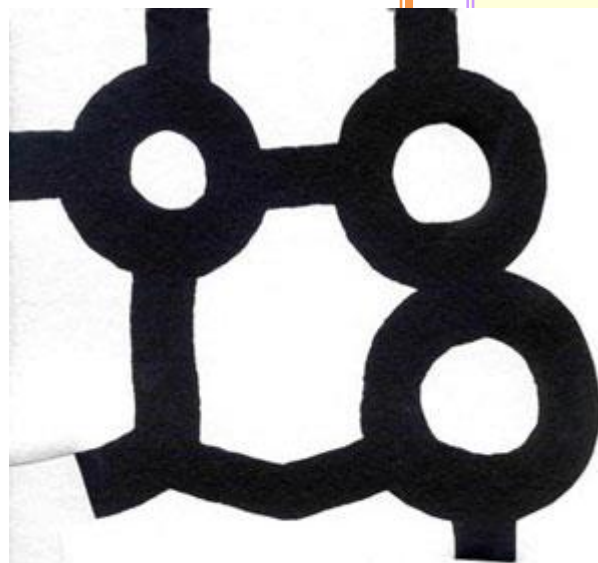
BESOS

Un beso abrevia la vida humana en 3 minutos, afirma el Departamento de Psicología del Western State Collage, Gunnison (Col.).

El beso provoca tales palpitaciones que el corazón trabaja en 4 segundos más que en 3 minutos.

Las estadísticas demuestran que 480 besos acortan la vida en un día, que 2.360 besos privan de una semana y que 148.071 besos, son sencillamente un año perdido.

Pero más acorta la vida pasar por ella sin dar un solo beso.



A los enfermos hay que hablarles en voz baja, y a los sanos en voz alta.

¡A jugar! ¡A aprender!

Busca 10 palabras de más de cuatro letras que aparecen en el evangelio de hoy: Mc 12,38-44. Con las letras que sobran obtendrás una frase. Si la descubres, envía la frase a este correo: frases@frases.com



J	E	E	S	U	S	A	P	P	V	V
R	O	T	V	E	C	O	H	A	I	C
U	A	N	L	Q	B	U	I	V	U	E
R	M	E	O	R	M	E	I	N	D	T
O	P	G	E	A	E	R	R	A	A	H
H	A	B	E	L	A	I	R	D	O	E
L	O	A	I	J	M	P	D	I	R	O
R	T	N	E	A	A	N	L	A	E	C
I	A	S	O	D	E	P	L	A	N	S
C	U	O	S	R	M	A	O	S	I	P
S	E	Q	U	A	E	Ñ	A	R	D	S

Frase anterior: Jesús nos dice que el amor de Dios y el amor al prójimo están íntimamente unidos.

EVANGELIO (Mc 12,38-44)

del santo Evangelio según San Marcos:

En aquel tiempo, Jesús, instruyendo al gentío, les decía:

«¡Cuidado con los escribas! Les encanta pasearse con amplio ropaje y que les hagan reverencias en la plaza, buscan los asientos de honor en las sinagogas y los primeros puestos en los banquetes; y devoran los bienes de las viudas y aparentan hacer largas oraciones. Esos recibirán una condenación más rigurosa».

«Jesús sentado enfrente del tesoro del templo, decía a la gente que iba echando dinero: muchos ricos echaban mucho; se acercó una viuda pobre y echó dos monedillas, es decir, un cuadrante.»

Entonces Jesús dijo a sus discípulos, les dijo:

«En verdad os digo que esta viuda pobre ha echado en el arca de las ofrendas más que nadie. Porque los demás han echado de lo que les sobra, pero esta, que pasa necesidad, ha echado todo lo que tenía para vivir».

Los relatos anteriores de Marcos (que no se han leído en las misas del domingo) hablan de una serie de personas y grupos que se presentan ante Jesús para discutir con él las cuestiones más diversas: de dónde procede su autoridad, si hay pagar tributo al César, si hay resurrección de los muertos, cuál es el mandamiento principal, etc. Al final aparece esta viuda, que no se preocupa de cuestiones teóricas ni teológicas, ni siquiera se interesa por Jesús; sólo le preocupa saber que hay gente pobre a la que ella puede ayudar con lo poco que tiene.

La viuda es un símbolo magnífico de tantas personas de hoy día que no tienen relación con Jesús, pero que se preocupan por la gente necesitada e intentan ayudarlas, sin considerarse ni ser cristianos. Pero es importante advertir que la preocupación de la viuda no es de boquilla, entrega todo lo que tiene.

Jesús, que no llama a la viuda para dialogar con ella ni pedirle que pase a formar parte del grupo de sus discípulos, nos puede servir de ejemplo para la actitud que debemos adoptar ante esas personas. No hay que intentar convertirlas a toda costa.

En los tiempos que corren, de tanta necesidad para tanta gente, el evangelio de este domingo nos da mucho que pensar y que rezar.