

PARA SABOREAR DURANTE LA SEMANA...

**“Amar a un extraño como a sí mismo entraña como contrapartida: amarse a sí mismo como a un extraño”**

*Simone Weil*



*Omar Ortíz, Naranja, 2005*

**PARA LEER...**

BERMEJO, J.C., *La esperanza en tiempos de coronavirus, Sal Terrae, Madrid 2020*

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



# De domingo a domingo

Año XII. HOJA nº 356 - Del 8 al 14 de Noviembre de 2020

## ¿Aporta algo el dolor?



Henri Nouwen, maestro de espiritualidad comparte estas palabras: “El gran desafío es experimentar y sobrevivir a tus heridas en vez de pensarlas. Es mejor llorar que preocuparse, mejor sentir profundamente tus

heridas que tratar de entenderlas, mejor dejarlas entrar en tu silencio que hablar sobre ellas. La opción que afrontas constantemente es si estás llevando tus daños a tu cabeza o a tu corazón. En tu cabeza, los analizas, encuentras sus causas y consecuencias e inventas palabras para hablar y escribir sobre ellas. Pero ninguna curación final es probable que venga de esa fuente. Necesitas dejar que tus heridas bajen a tu corazón. Entonces puedes experimentarlas y descubrir que no te destruirán. Tu corazón es más grande que tus heridas”. Aunque no sea muy popular decir esto y sin promover el dolorismo de épocas anteriores, sabemos que las heridas pueden ablandar tu corazón, como también pueden endurecerlo y helarlo. ¿Dónde está la clave para que ocurra una cosa y no la otra? La clave está en la sensibilidad.

Esta competencia personal, la sensibilidad, tiene dos caras. En su aspecto positivo su ventaja es permitir sentir las cosas más profundamente aunque su desventaja suele ser que dispara en nosotros sentimientos de ansiedad y culpa por sentir no estar a la altura. En su aspecto positivo nos permite ser comprensivo con los errores de los demás aunque, negativamente, al precio de dejar salirse con la suya a los demás mientras tú aguantas firmemente cuando tus propias necesidades no están logradas y entonces asumes las consecuencias.

La sensibilidad genera heridas reales. Aquel niño que un día fuimos, es un niño herido que se ha hecho adulto y uno puede cambiar su pasado. No podemos volver a vivir nuestra vida. Sólo podemos movernos hacia adelante en la vida de modo que vivamos más allá de nuestras heridas. Y hacemos esto lamentándonos de todas aquellas circunstancias que nos acaecido en la vida.

La tarea psicológica y espiritual de la segunda mitad de la vida, que es cuando adquirimos conciencia de esto es la de llorar, dolernos de nuestras heridas hasta que los mismos cimientos de nuestras vidas se tambaleen lo suficiente como para que pueda haber transformación.

Una profunda cicatriz psicológica es lo mismo que tener alguna parte de tu cuerpo dañada permanentemente en un accidente. Nunca estarás de nuevo completo y nada puede cambiar eso. Pero puedes ser feliz de nuevo; tal vez más feliz de lo que has sido antes. Pero esa falta de integridad debe ser lamentada o se manifestará en ira, amargura y lamentos celosos.

El compositor de música y escritor espiritual jesuita Roc O'Connor hace la misma observación, con el añadido comentario de que el proceso del dolor también exige una gran paciencia en la que necesitamos esperar bastante tiempo para que la curación pueda ocurrir según sus propios ritmos naturales. Necesitamos -dice- abrazar nuestra humanidad herida, pero no actuar. Lo provechoso -sugiere- es lamentarnos de nuestras limitaciones humanas. Entonces podemos soportar el hambre, la vaciedad, el desánimo y la humillación sin buscar una solución rápida, o una solución de todas maneras. No deberíamos tratar de llenar nuestra vaciedad demasiado rápidamente sin suficiente espera.

*Las cargas se acomodan caminando (Camilo de Lelis)*

**¡A jugar! ¡A aprender!**

Busca 10 palabras de más de cuatro letras que aparecen en el evangelio de hoy: Con las letras que sobran obtendrás una frase.

LLORE EN EL CODO, LAS EMOCIONES SON CONTAGIOSAS.



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

**Frase Anterior:** Hoy la Iglesia celebra a todos los que han vivido el sermón de la montaña.

## EVANGELIO (Mt 25,1-13)

### Lectura del santo Evangelio según San Mateo

En aquel tiempo, dijo Jesús a sus discípulos esta parábola:

«Se parecerá el reino de los cielos a diez doncellas que tomaron sus lámparas y salieron a esperar al esposo. Cinco de ellas eran necias y cinco eran sensatas. Las necias, al tomar las lámparas, se dejaron el aceite; en cambio, las sensatas se llevaron alcuza de aceite con las lámparas. El esposo tardaba, les entró sueño a todas y se durmieron. A medianoche se oyó una voz: "¡Que llega el esposo, salid a recibirlo!" Entonces se despertaron todas aquellas doncellas y se pusieron a preparar sus lámparas. Y las necias dijeron a las sensatas: "Dadnos un poco de vuestro aceite, que se nos apagan las lámparas." Pero las sensatas contestaron: "Por si acaso no hay bastante para vosotras y nosotras, mejor es que vayáis a la tienda y os lo compréis." Mientras iban a comprarlo, llegó el esposo, y las que estaban preparadas entraron con él al banquete de bodas, y se cerró la puerta. Más tarde llegaron también las otras doncellas, diciendo: "Señor, señor, ábrenos." Pero él respondió: "Os lo aseguro: no os conozco."

Por tanto, velad, porque no sabéis el día ni la hora.»

Nos acercamos al final del año litúrgico, que terminará el 22 de noviembre. Como si nos aproximáramos al final de curso y tuviéramos que hacer un examen, la Iglesia quiere que nos preparemos a fondo y con tiempo. Para ello, en estos tres últimos domingos del año (32-34º), se leen tres parábolas que se complementan: las diez muchachas, los talentos, el Juicio Final. Estas parábolas solo se encuentran en el evangelio de Mateo, que las añade con un fin muy concreto. El evangelio de Marcos termina la enseñanza de Jesús con el discurso sobre el fin del mundo. Era un final consolador, que promete la vuelta del Señor y nuestra victoria. Pero Mateo añadió estas tres parábolas, que animan a tomarse la vida muy en serio.

La parábola se ha interpretado en dos líneas principales. Una concede especial importancia al aceite, viéndolo como imagen de la fe, del fervor, de las buenas obras, de lo que debemos estar provistos cuando llegue el esposo, Cristo. Otra no presta atención al aceite; lo importante es estar preparados ya, y no retrasarlo hasta un momento que resulte demasiado tarde. Esta segunda línea parece la más exacta, Si decimos: «Lo importante es estar preparados», ¿en qué consiste la preparación? «En llevar aceite de repuesto». Y ¿qué es el aceite? Mateo dejará claro dentro de dos domingos, en la parábola del juicio final, que el aceite del que debemos estar provistos son las buenas obras: dar de comer al hambriento, de beber al sediento, vestir al desnudo, etc.