

TEXTOS DE APOYO

DE LA ESCRITURA

EL BUEN SAMARITANO

Un hombre bajaba de Jerusalén a Jericó. Tropezó con unos asaltantes que lo desnudaron, lo hirieron y se fueron dejándolo medio muerto. Coincidió que bajaba por aquel camino un sacerdote y, al verlo, pasó de largo. Lo mismo un levita, llegó al lugar, lo vio y pasó de largo. Un samaritano que iba de camino llegó a donde estaba, lo vio y se compadeció. Le echó aceite y vino en las heridas y se las vendó. Después, montándolo en su cabalgadura, lo condujo a una posada y lo cuidó. Al día siguiente sacó dos denarios, se los dio al posadero y le encargó: Cuida de él, y lo que gastes de más te lo pagaré a la vuelta. ¿Quién de los tres te parece que se portó como prójimo del que cayó en manos de los asaltantes? Contestó: El que lo trató con misericordia. Y Jesús le dijo: Ve y haz tú lo mismo. (Lucas 10, 30-37)

SUS HERIDAS NOS HAN CURADO

Cristo padeció por nosotros, dejándonos un ejemplo para que sigamos sus huellas. Él no cometió pecado ni encontraron engaño en su boca; cuando lo insultaban, no devolvía el insulto; en su pasión no profería amenazas; al contrario, se ponía en manos del que juzga justamente. Cargado con nuestros pecados, subió al leño, para que, muertos al pecado, vivamos para la justicia. Sus heridas nos han curado. (1 Pedro 2, 21b-24)

LA FE SANA HERIDAS

Una mujer que llevaba doce años padeciendo hemorragias, que había gastado en médicos su entera fortuna y que nadie le había podido sanar, se le acercó por detrás y le tocó la orla del manto. Al punto se le cortó la hemorragia. Jesús preguntó: ¿Quién me ha tocado? Y, como todos lo negaban, Pedro dijo: Maestro, la multitud te cerca y te apretuja. Pero Jesús replicó: Alguien me ha tocado, yo he sentido que una fuerza salía de mí. Viéndose descubierta, la mujer se acercó temblando, se postró ante él y explicó delante de todos por qué lo había tocado y cómo se había sanado inmediatamente. Jesús le dijo: Hija, tu fe te ha salvado. Vete en paz. (Lucas 8, 43-48)

LAS MARCAS DE JESÚS

Hermanos: Dios me libre de gloriarme si no es en la cruz de nuestro Señor Jesucristo, en la cual el mundo está crucificado para mí, y yo para el mundo. Pues lo que cuenta no es circuncisión o incircuncisión, sino criatura nueva. La paz y la misericordia de Dios vengán sobre todos los que se ajustan a esta norma; también sobre Israel. En adelante, que nadie me venga con molestias, porque yo llevo en mi cuerpo las marcas de Jesús. La gracia de nuestro Señor Jesucristo está con vuestro espíritu, hermanos. Amén. (Gálatas 6, 14-18)

DE LA LEYENDA MENOR DE SAN BUENAVENTURA

Francisco, fiel siervo y ministro de Cristo, dos años antes de entregar su espíritu a Dios, habiendo iniciado en un lugar elevado y solitario, llamado monte Alverna, la cuaresma de ayuno en honor del arcángel san Miguel -inundado más abundantemente que de ordinario por la dulzura de la suprema contemplación y abrasado en una llama más ardiente de deseos celestiales-, comenzó a experimentar un mayor cúmulo de dones y gracias divinas.

Elevándose, pues, a Dios a impulsos del ardor seráfico de sus deseos y transformado, por el efecto de su tierna compasión, en aquel que, en aras de su extremada caridad, aceptó ser crucificado, una mañana próxima a la fiesta de la Exaltación de la Santa Cruz, mientras oraba en uno de los flancos del monte, vio bajar de lo más alto del cielo así como la figura de un serafín, que tenía seis alas tan ígneas como resplandecientes. En vuelo rapidísimo avanzó hacia el lugar donde se hallaba el varón de Dios, deteniéndose en el aire. Y apareció no sólo alado, sino también crucificado: tenía las manos y los pies extendidos y clavados a la cruz, y las alas dispuestas, de una parte a otra, en forma tan maravillosa, que dos de ellas se alzaban sobre su cabeza, las otras dos estaban extendidas para volar, y las dos restantes rodeaban y cubrían todo el cuerpo.

Ante tal visión quedó lleno de estupor y experimentó en su corazón un gozo mezclado de dolor. En efecto, el aspecto gracioso de Cristo, que se le presentaba de forma tan misteriosa como familiar, le producía una intensa alegría, al par que la contemplación de la terrible crucifixión atravesaba su alma con la espada de un dolor compasivo. Al desaparecer la visión después de un arcano y familiar coloquio, quedó su alma interiormente inflamada en ardores seráficos y exteriormente se le grabó en su carne la efigie conforme al Crucificado, como si a la previa virtud licuefactiva del fuego le hubiera seguido una cierta grabación configurativa.

Al instante comenzaron a aparecer en sus manos y pies las señales de los clavos, viéndose las cabezas de los mismos en la parte interior de las manos y en la superior de los pies, mientras que sus puntas se hallaban al lado contrario.

Asimismo, el costado derecho –como si hubiera sido traspasado por una lanza– llevaba una roja cicatriz, que derramaba con frecuencia sangre sagrada.

Y, luego que este hombre nuevo Francisco fue marcado con este nuevo y portentoso milagro –singular privilegio no concedido en los siglos pretéritos–, descendió del monte el angélico varón llevando consigo la efigie del Crucificado, no esculpida por mano de algún artífice en tablas de piedra o de madera, sino impresa por el dedo de Dios vivo en los miembros de su carne.



PARA ORAR

DIOS-CON-NOSOTROS

Con nosotros, aunque no siempre te veamos.
Con nosotros, llorando en cada crío arrojado a la desnudez de la noche.
Riendo en la mesa compartida, cuando el afecto permite bajar la guardia.
Sanando heridas viejas y nuevas inclemencias.
Repitiendo, en tus nuevos profetas, palabras que encienden oscuridades.
Con nosotros, sosteniéndonos para afrontar cada batalla interior,
cada caída inesperada, cada rendición anticipada.
Promesa en el horizonte, alianza en la historia, presencia interior, motivo cotidiano.
Gracias por seguir siendo el Dios con nosotros.

(Rezandovoy)

VOCACIÓN DE SANAR

Solo en ti encuentro mi descanso.
Tú eres, Señor,
el aceite y bálsamo en mis heridas,
el árbol que me regala su sombra,
el agua fresca en mis sequedades.
Tú eres la mano que me levanta y sostiene,
las raíces por donde empiezan a crecer nuevas flores,
las alas que me hacen volar en libertad.
El mundo anda enfermo y cabizbajo.
Odio, injusticia, pobreza y violencia
son sus principales dolencias.
Sigue llamando a hombres y mujeres
que tengan como vocación primera sanar:
sanar tristezas, sanar historias,
sanar familias, sanar la iglesia,
sanar heridas, sanar la tierra.
A ti levanto mis ojos,
buen Médico del alma.
En ti espero y pongo toda mi confianza.

(Fermín Negre)

CONFÍA TU HERIDA

Confía tu herida a un cirujano experimentado.
Las moscas se agolpan en la herida. La cubren,
esas moscas de tus sentimientos de autoprotección,
de tu amor por lo que crees que es tuyo.
Deja que un maestro espante las moscas
y ponga una cataplasma en la herida.
No vuelvas la cabeza.
Sigue mirando la herida vendada.
Es ahí por donde te entra la luz.
Y ni por un momento creas
que eres tú quien te curas a ti mismo.

(Rumi, maestro sufí)

VETE (inspirado en Lc 9, 1-6)

Vete, no tengas miedo del mal y de otras lógicas que seducen y envuelven a la gente. Yo te doy autoridad, la autoridad del amor, de la verdad, de la fe y de una palabra sincera.

Hay muchas enfermedades alrededor, físicas y espirituales. Hay odio, y violencia, hay egoísmo e indiferencia, hay rencor y rechazo, hay abusos de los más inocentes, hay pobreza injusta. Pero yo te envío para sanar corazones y vidas heridas.

No creas que tienes que tener un arsenal de recursos para el camino. No esperes a armarte de sabiduría, de títulos, de bienes, de seguridad y confirmaciones. No acumules ropas, bienes u objetos para la misión. Vete ya.

No todos te recibirán. Muchos se reirán de tu palabra y mi proyecto. Acepta ese fracaso, y sigue caminando. Que hay mucha gente dispuesta a recibir la buena noticia.

Y no vayas solo, sino con otros, que la misión es horizonte común.

(Rezandovoy)

LLAGAS DE AMOR

Esta luz, este fuego que devora.
Este paisaje gris que me rodea.
Este dolor por una sola idea.
Esta angustia de cielo, mundo y hora.

Este llanto de sangre que decora
lira sin pulso ya, lúbrica tea.
Este peso del mar que me golpea.
Este alacrán que por mi pecho mora.

Son guirnalda de amor, cama de herido,
donde sin sueño, sueño tu presencia
entre las ruinas de mi pecho hundido.

Y aunque busco la cumbre de prudencia
me da tu corazón valle tendido
con cicuta y pasión de amarga ciencia.

(Sonetos del amor oscuro, Federico García Lorca)



REFLEXIONES

1. CURAR HERIDAS

"Yo veo claramente qué es lo que más necesita la Iglesia hoy: la capacidad de curar las heridas y de calentar los corazones de los fieles, la cercanía y la proximidad. Yo veo a la Iglesia como un hospital de campo después de una batalla. ¡Es inútil preguntarle a un herido grave si tiene alto el colesterol o el azúcar! Hay que curar sus heridas. Después podremos hablar de lo demás. Curar las heridas, curar las heridas... Y hay que comenzar desde abajo".

Papa Francisco

TUS HERIDAS SON MEDICINAS PODEROSAS

Un gran maestro llamado Héctor Aristizábal, hace talleres para trabajar con víctimas de la guerra de Irak, pandilleros de Nueva York y ex guerrilleros en Colombia. En un encuentro con él, nos mencionaba que todos hemos venido al mundo con una medicina para compartir. Y esa medicina se encuentra escondida en nuestras heridas más profundas.

Cuánta gente que ha pasado cánceres fuertes se convierten en esperanza para los nuevos pacientes de quimioterapias. Cuántas jóvenes que no se podían levantar de sus camas, hoy son motivación para que otras levanten sus alas y se atrevan a volar. Cuántos ex adictos a las drogas se convierten en caminos de libertad para jóvenes que están cayendo en esos vicios.

Cuántas mujeres víctimas de relaciones tóxicas hoy son luz para otras. ¡Recuerda! En tus heridas más profundas, en tus decepciones más dolorosas, en tus derrotas más fuertes, en tus lágrimas más tristes, en tus caídas más inesperadas. ¡Hay medicina para otros!

Eres muy valioso porque tu historia está configurada para que sea camino, verdad y vida ¡para muchos! Eres necesario... ¡Muy necesario! ¡No escondas ese regalo por favor.

catholic-link.com

RESILIENCIA

Cuando nos herimos físicamente con algún objeto cortante o material peligroso, ¿cómo tratamos las heridas? Lejos de agredirlas, maltratarlas o dejar que pudieran infectarse, hacemos todo lo posible por que mejoren y cicatricen lo mejor posible, dejando incluso que la cicatriz sea lo más estética posible. ¿Por qué tanto esmero en lo físico y, en ocasiones, no hacemos lo mismo en lo emocional? ¿Por qué no intentar curar y sanar las heridas que hemos sufrido en la travesía de la vida? Si no lo hacemos, lo único que conseguiremos es que profundice nuestro dolor y aumente nuestra angustia. Acercarnos a aquello que nos duele, que grita en nuestro interior, escucharlo, atenderlo y tratarlo con respeto, porque es tuyo y de tu historia, es el mejor modo de curar, sanar, cicatrizar. Hay personas que incluso de una experiencia traumática han logrado desarrollar capacidades para la vida, sin deformar su vida. A esta capacidad se le ha llamado, desde hace unos años, "resiliencia". Término que viene de la física, como una característica de algunos materiales de retomar su forma original, tras haber sufrido alguna deformación debida a la aplicación de alguna forma de presión.

buenastareas.com

LA MEDICINA MÁS EFICAZ

1º) Validar la voz del dolor. Escucharla, atender el grito de dolor que está en nuestro interior y que se expresa en nuestro actuar o en nuestro cuerpo. No evitar el dolor y el enfado,

sino atravesarlo y aprender a manejarlo para que no nos haga más daño. La agresividad es angustia no liberada adecuadamente.

2º) Mirar y contemplar nuestras heridas. No acusar, no reprochar... Aceptar y asumir que así fue, que lo que sucedió ocurrió y nos lastimó. Dejar que el llanto y las lágrimas nos invadan, para que fluyan los sentimientos y emociones congelados durante años.

3º) Perdonar, reconciliarse con la historia vivida de cada uno/a. Hay que pasar por el pasado, pero no para quedarnos en él, sino para sanarlo. Perdonar no es olvidar, no es justificar, no es minimizar ni reconciliarse. Perdonar es un proceso personal sin esperar nada del otro. Es un acto que hacemos por nosotros para no quedarnos estancados en el pasado. Perdonar es avanzar y no dejar que lo malo del pasado nos afecte en el presente.

Bernardo Stamateas

ESTAMOS LLAMADOS A LA FELICIDAD

Ésta es la vocación de todo ser humano, a la que está llamada toda persona. Es lo que Dios quiere para cada uno de nosotros. Y nuestra responsabilidad, para con nosotros mismos y ante Dios, es responder, desde la libertad, adecuadamente a esta vocación. Todo esfuerzo, energía, trabajo realizado en este sentido cuenta con la fuerza de su Espíritu. Nada hay que temer. Valentía, coraje y determinación son necesarios para sanar nuestras vidas, especialmente de experiencias traumáticas que vivimos y que nos ocasionaron dolor y sufrimiento. Todos merecemos vivir en armonía, con paz interior, con sentido, libres de cargas y angustias. Esa es su voluntad.

Antonio Ríos Sarrió

SANADOR HERIDO

Jesús fue herido en todas las formas en que tú y yo podemos estarlo; y, además de eso, fue herido infinitamente por su pasión y muerte en la cruz precisamente porque amaba al Padre y porque nos amaba a nosotros con todo su corazón. Él experimentó la profundidad del sufrimiento y la miseria humanos; su cuerpo, su corazón e incluso su fe en el Padre se rompieron por completo cuando clamó desde la cruz, "Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado?"

Y, en esa cruz, Jesús llevó no solo sus propias heridas, no solo nuestros pecados, sino que también cargó con todas nuestras heridas. Por lo tanto, él se convirtió en nuestro sanador herido y nos trajo la curación divina que solo él podía dar. Pero aún más que eso, por su sufrimiento, muerte y resurrección, y por el Espíritu Santo, Jesús nos ha dado la capacidad de convertirnos nosotros mismos en sanadores heridos, la capacidad de compartir su curación divina con otros.

Mis hermanos y hermanas, el verdadero amor siempre nos herirá; pero el verdadero amor eventualmente también nos sanará. Y ampliará nuestros corazones, nos hará más compasivos, más conscientes de nuestra necesidad de Dios y hará que nuestro amor y fe imperfectos sean más auténticos y más como el amor y la fe de Jesús. En el Evangelio de hoy, Jesús nos invita a ti y a mí a llevar nuestra propia cruz y convertirnos en sus discípulos. Jesús no nos pide que hagamos nada que él mismo no haya hecho; al contrario, por sus llagas somos sanados, y por sus llagas podemos sanar a otros. Jesús es el Sanador Herido que nos invita a amar como él ama. Él nos dice a cada uno de nosotros: "¿Me seguirás y te permitirás ser herido por amor y convertirte en un sanador herido para otros?"

Roberto Corral

CURANDO HERIDAS

Jesús no cura nunca de manera arbitraria o por puro sensacionalismo. Cura movido por la compasión, buscando restaurar la vida de esas gentes enfermas, abatidas y rotas. Son las primeras que han de experimentar que Dios es amigo de una vida digna y sana.

Jesús no insistió nunca en el carácter prodigioso de sus curaciones ni pensó en ellas como receta fácil para suprimir el sufrimiento en el mundo. Presentó su actividad curadora como signo para mostrar a sus seguidores en qué dirección hemos de actuar para abrir caminos a ese proyecto humanizador del Padre que él llamaba “reino de Dios”.

El Papa Francisco afirma que “curar heridas” es una tarea urgente: “Veo con claridad que lo que la Iglesia necesita hoy es una capacidad de curar heridas y dar calor, cercanía y proximidad a los corazones... Esto es lo primero: curar heridas, curar heridas”. Habla luego de “hacernos cargo de las personas, acompañándolas como el buen samaritano que lava, limpia y consuela”. Habla también de “caminar con las personas en la noche, saber dialogar e incluso descender a su noche y oscuridad sin perderse”.

Al confiar su misión a los discípulos, Jesús no los imagina como doctores, jerarcas, liturgistas o teólogos, sino como curadores. Su tarea será doble: anunciar que el reino Dios está cerca y curar enfermos.

José Antonio Pagola

KINTSUGI

El ‘kintsugi’ es una técnica centenaria de Japón que consiste en reparar las piezas de cerámica rotas y que ha acabado convirtiéndose en una filosofía de vida. Frente a las adversidades y errores, hay que saber recuperarse y sobrellevar las cicatrices.

En una época dominada por el consumismo y la obsolescencia programada, lo más probable es que si una mañana te levantas con el pie cambiado y, en un tropiezo, se te cae la taza del desayuno, te resignes a recoger sus pedazos y los tires a la basura sin más. Algo impensable en Japón. Hace cinco siglos, surgió en el lejano Oriente el kintsugi, una apreciada técnica artesanal con el fin de reparar un cuenco de cerámica roto. Su propietario, el sogún Ashikaga Yoshimasa, muy apegado a ese objeto indispensable para la ceremonia del té, lo mandó a arreglar a China, donde se limitaron a asegurarlo con unas burdas grapas. No contento con el resultado, el señor feudal recurrió a los artesanos de su país, que dieron finalmente con una solución atractiva y duradera. Mediante el encaje y la unión de los fragmentos con un barniz espolvoreado de oro, la cerámica recuperó su forma original, si bien las cicatrices doradas y visibles transformaron su esencia estética, evocando el desgaste que el tiempo obra sobre las cosas físicas, la mutabilidad de la identidad y el valor de la imperfección. Así que, en lugar de disimular las líneas de rotura, las piezas tratadas con este método exhiben las heridas de su pasado, con lo que adquieren una nueva vida. Se vuelven únicas y, por lo tanto, ganan en belleza y hondura. Se da el caso de que algunos objetos tratados con el método tradicional del kintsugi -también conocido como “carpintería de oro”- han llegado a ser máspreciados que antes de romperse. Así que esta técnica se ha convertido en una potente metáfora de la importancia de la resistencia y del amor propio frente a las adversidades.

Marta Rebón