

Quemarse
en el
trabajo

página 4



El Bautismo del Señor
7 enero 2024

Hoja Dominical

SEMANARIO DE LA IGLESIA EN ALBACETE



La Pastoral del encuentro

Hace unos años hablar de primer anuncio era una cuestión de expertos o de publicaciones muy centradas en temas catequéticos o de evangelización. Sin embargo, hoy en día, podríamos decir, que es un tema de actualidad y de moda, no sólo en el ámbito catequético, sino también en otros ambientes y foros teológicos y pastorales. El porqué de este cambio, se debe principalmente, a que por fin nos damos cuenta que no hay fe si no hay anuncio, que la fe es un don de Dios, pero esa fe tiene que descubrirse, despertarse, desearse.

En tiempos pasados este despertar, este descubrimiento de la fe, se hacía de manera natural y espontánea principalmente en la familia y en otros ámbitos como la escuela, el trabajo etc. Hoy en día el anuncio de la fe se está limitando al ámbito pa-

roquial y al terreno de lo privado. Es cierto que desde hace mucho tiempo hay experiencias concretas de primer anuncio como los Cursos de Cristiandad y que ahora proliferan experiencias nuevas que están dando, en un primer momento, buenos resultados. Pero existe el peligro de que se queden en experiencias meramente afectivas, sin continuidad, ni arraigo en la comunidad cristiana. Y es que el primer anuncio después de ser acogido necesita un crecimiento, formación y acompañamiento, para que sea realmente eficaz.

Pero a todo esto ¿qué es el primer anuncio? Es sencillamente el anuncio explícito del **kerigma**, es decir de lo más fundamental y básico de la fe: que Cristo entregó la vida por nosotros, murió, resucitó y está presente y vivo entre nosotros. En definitiva, es despertar en la persona el don

de la fe, para que sienta el deseo de conocer y de tener un encuentro profundo con el Señor. Para realizar esta tarea **todos somos agentes de este primer anuncio**, como paso primero para despertar la fe de una persona, donde la **acogida inicial** y el **testimonio de nuestra propia vida son elementos fundamentales para propiciar el encuentro con el Señor.**

Yo estoy seguro que, de este primer anuncio, depende la eficacia de la iniciación cristiana, de la evangelización en todas sus facetas y de la revitalización de nuestras comunidades cristianas.



José Antonio Pérez
Delegado de Catequesis
y catecumenado

¡MAGNIFICAT!

Así fue la vida de Juan Miguel Romero López, sacerdote, que nos dejaba el viernes 1 de diciembre. Así fue su vida, un Magnificat, un canto de alabanza gozoso al Dios de la vida. Él, muchas veces dirigió el canto en nuestras celebraciones, un canto, que los que lo conocimos, sabemos que brotaba de las entrañas de un corazón profundamente enamorado y agradecido.

Con sus raíces en Pozo Cañada, pueblo donde nació, supo seguir echando raíz en los pueblos donde sirvió como sacerdote, “haciéndose todo a todos para ganar algunos”, como decía San Pablo.

Supo hacerse astilla de la cruz de Alpera, su primer pueblo en el ministerio sacerdotal, y de esta cruz pasó a los brazos de otra cruz, los del Santísimo Cristo del Sahuco. En este pueblo de Peñas de San Pedro, puso, como dice la canción, alma, vida y corazón. Andarán del Cristo y alma de la tradición, coloniante en campamentos de jóvenes, en los que supo encender la alegría del evangelio.

Tras su paso por Peñas, se hizo rodeño, dulzura de crema fina del miguelito que siempre está los momentos de gozo. La Roda, con el Divino Salvador, imagen de Cristo Transfigurado, que según reza en su himno, “ilumina la senda que nos guía a la fe, la esperanza y el amor”, y

así, su vida iluminó para los rodenses esta senda, bajo la mirada atenta de la Virgen de los Remedios.

Y finalmente paso a los brazos de la Madre, de Santa María de Villarrobledo. Su último destino como párroco, donde terminó después de una vida entregada, en los brazos de la Virgen. Orgulloso de la Madre que intervino en las Bodas de Caná, supo convertir tinajas de agua sosa e insípida, en tinajas de fiesta y alegría, haciendo de su parroquia el lugar donde María seguía siendo interesadora de aquel milagro eterno.

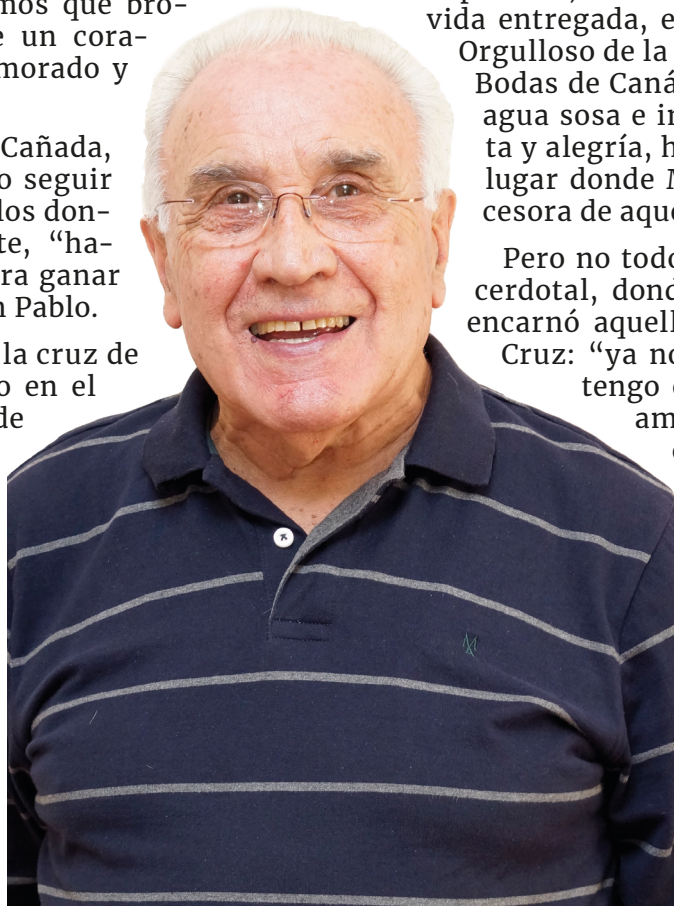
Pero no todo quedó ahí, en la casa sacerdotal, donde vivió sus últimos años, encarnó aquella frase de San Juan de la Cruz: “ya no guardo ganado, ni ya no tengo otro oficio, que ya sólo en amar es mi ejercicio”. Y así,

con el alma poeta que él tenía, le fue encomendado el Carmelo, capellán de Carmelitas Descalzas. Y es que Juan Miguel, era un místico contemplativo. Muchas veces le pudimos ver, con nuestra Hospitalidad de Lourdes, mirar a la Gruta con los mismos ojos llenos de vida con los que pudo mirar Bernardita.

Y pasó un viernes, día de la cruz, a los brazos de Dios, y del viernes de

la cruz lo despedíamos en sábado, día de Santa María. Y así, en el silencio que madura la espera, no necesitó del Adviento, pues el amor, no soporta la espera.

Juan Molina
Párroco de El Bonillo



GRACIAS
se escribe con X

Más de **8,7 millones de personas** marcaron este año la 'X' de la Iglesia en su declaración de la renta, **209.218 más que el ejercicio anterior**. ¡Gracias de corazón!

Marcando la casilla de la Iglesia en tu declaración de la renta te sumas a la gran familia Xtantos, siempre al servicio de toda la sociedad.

portantos.es
Instagram X Facebook YouTube

X TANTOS



Carta del Obispo
Mons. Ángel Fernández Collado

Miembros vivos y comprometidos

El Bautismo del Señor cierra el ciclo de Navidad e inaugura la primera semana del tiempo ordinario. Por eso es también un domingo de transición, el domingo que da paso al tiempo durante el año. Con el bautismo culmina la manifestación de Jesús como Hijo de Dios que hemos celebrado a lo largo de todo el tiempo navideño. Se nos presenta un Jesús ya adulto, dispuesto a iniciar su ministerio público. La celebración subraya cómo Jesús quiere recibir el bautismo de conversión que administraba Juan en el Jordán. Con este gesto se hace solidario con los pecadores aunque él no necesita purificación alguna.

Jesús, a partir del bautismo, comienza la predicación del reino y el anuncio de la salvación a los hombres para la que había sido enviado por el Padre. La celebración de la fiesta del bautismo de Jesús nos recuerda y evoca nuestro propio bautismo como un acontecimiento realmente importante en la vida de todo cristiano. Pues por el bautismo hemos sido hechos hijos de Dios y miembros vivos de la gran familia de los hijos de Dios que es la Iglesia.

La condición e identidad de hijos de Dios que adquirimos por el bautismo, comporta para los bautizados unos compromisos serios de vivir en la vida los compromisos que adquirimos en el bautismo. La identidad de hijos de Dios que adquirimos en el bautismo nos compromete a vivir como auténticos hijos de Dios y como miembros de su familia, la Iglesia. Son estos dos compromisos los que resumen la esencia de nuestra identidad como "misioneros apóstoles de

Cristo y su Evangelio" como nos dice el lema de este curso pastoral 2023-2024 en nuestra Diócesis.



El bautismo es un gran don de Dios, pero este don comporta también una gran responsabilidad. Lo enseña el mismo Concilio: «Los fieles, incorporados a la Iglesia por el bautismo [...] tienen el deber de confesar delante de los hombres la fe que recibieron de Dios por medio de la Iglesia» (LG 11,1). Esta es una misión a la que somos llamados desde el bautismo: anunciar la salvación de Dios a todos, proclamar sus maravillas y su Palabra y celebrar los misterios de la vida de Cristo y actualizarlos en la sagrada liturgia.

La identidad de hijos de Dios que adquirimos por el bautismo nos compromete a vivir como auténticos hijos de Dios y como miembros de su familia, la Iglesia

Hoy sería bueno recordar nuestro Bautismo con algún gesto como ir a besar la pila bautismal donde fuimos bautizados, rezar el Credo frente a esa pila, o cada uno lo que creas conveniente, y al recordar nuestro propio bautismo, hemos de preguntarnos si vivimos como verdaderos hijos de Dios, si Dios es tan importante para nosotros como lo debe ser siempre un padre para un hijo o más bien Dios es para nosotros un padre del que no nos acordamos,

del que desconfiamos, al que no queremos porque vivimos al margen de lo que Él nos pide.

Como bautizados hemos de preguntarnos por nuestra misión de ser testigos en nuestro mundo. ¿Somos realmente sus testigos, o el estar bautizados significa realmente casi nada para nosotros? ¿Somos miembros vivos de la familia de los hijos de Dios que es la Iglesia, somos miembros muertos porque vivimos en la indiferencia respecto a Dios y a la Iglesia?

Asumamos y actualicemos nuestros compromisos bautismales y hagamos de ellos la norma principal de nuestra vida porque solo así seremos realmente hijos de Dios y miembros vivos y comprometidos de su familia.

+ Ángel F. Collado

El síndrome de quemarse en el trabajo puede afectar a cualquier profesión

Hace unas semanas se publicaba en la revista de psicología *Journal of Religion and Health* de Estados Unidos un estudio del sacerdote albaceteño Damián Picornell sobre el síndrome de quemarse en el trabajo, el síndrome de burnout. Hablamos hoy con Damián, párroco de San Roque de Almansa y psicólogo, para conocer algo más sobre un síndrome cada vez más frecuente.



¿En qué consiste este síndrome de burnout y cuáles son sus síntomas?

El burnout es resultado de un estrés laboral continuo que no se ha gestionado bien. Se manifiesta en el agotamiento emocional, o sensación de estar sobrepasado, sin recursos para afrontar el trabajo; la despersonalización, con reacciones negativas y hostiles ante otras personas; y la baja satisfacción y competencia respecto al trabajo.

¿Desde cuándo se conoce este síndrome de burnout?

Las primeras investigaciones se realizaron en los años 70 en California (Estados Unidos), por la psicóloga Christina Maslach, a partir de sus trabajos de campo. A lo largo de estos 50 años, el concepto se ha aplicado a profesiones muy variadas y en distintos contextos socioculturales. La Organización Mundial de la Salud lo incluyó en la última edición de la Clasificación Internacional de Enfermedades, como uno de los principales riesgos laborales de tipo psicosocial.

¿A qué profesiones puede afectar?

En los primeros años de la investigación, se hablaba de burnout solo en profesiones que requieren un contacto personal directo y constante, como ocurre, por ejemplo, en las profesiones sanitarias y educativas. Pero poco después se constató que puede afectar a cualquier profesión, por

ejemplo, en los empleados cuyo trabajo es burocrático, o realizan tareas manuales repetitivas, los autónomos, e incluso al clero de diversas confesiones religiosas.

¿Hasta qué punto se conocen los factores que influyen en la aparición del burnout?

Por una parte, están los factores de tipo individual. Se ha comprobado que un estilo de personalidad inestable emocionalmente, rígido en la forma de pensar y propenso a la ansiedad y la depresión, es más vulnerable al burnout. Por otra parte, están los factores del entorno laboral y de la organización (institución o empresa), entre los que destacan la carga de trabajo (excesiva o limitada), los horarios que no favorecen la conciliación, la conflictividad en el lugar de trabajo y la baja atención a los empleados por parte de la organización. En cualquier caso, el síndrome se desarrolla lentamente.

Antes mencionabas que el burnout puede darse también en los sacerdotes. Hace poco has publicado un artículo sobre el tema en una revista de psicología de Estados Unidos.

El burnout en el clero de otras confesiones religiosas se empezó a estudiar en los años 90, y en el caso de la Iglesia Católica, a partir del año 2000. La mayoría de los estudios se han realizado en Estados Unidos, Reino Unido, Italia,

Latinoamérica y África. El burnout en los sacerdotes tiene rasgos particulares, porque su ministerio no es un mero empleo que puede separarse del resto de su vida. Mi trabajo es la primera revisión sistemática sobre el tema, y consiste en una recopilación de las principales aportaciones de estos estudios. Se ha publicado en la revista *Journal of Religion and Health* y puede verse en: <https://rdcu.be/dlHd4>

¿Estás trabajando en algún proyecto más relacionado con este tema?

Hace poco terminé una investigación sobre el burnout en los sacerdotes de España, en la que han participado 116 sacerdotes de 24 diócesis. Ahora estoy preparando varios artículos para difundir los resultados obtenidos, además de impartir formación sobre este tema, que me parece de total actualidad.

Para terminar, ¿qué aspecto consideras clave para prevenir este síndrome?

Sin duda, el cuidado de la persona, que no es solo un empleado o un miembro de una organización. Es indispensable promover un buen clima laboral, cargas de trabajo razonables y una comunicación directa y eficaz a todos los niveles.