

Sembradores de *esperanza*

JUAN INIESTA

Celebrábamos hace unos días, el miércoles 25, la solemnidad de la Anunciación del Señor, fiesta que, en la Iglesia, tradicionalmente viene asociada con la jornada por la vida.

El lema de este año quería poner de manifiesto, con una descripción del discípulo tan evangélica como que somos “sembradores de esperanza”, una verdad que en esta ocasión quería centrarse en una fase concreta de la vida, la de su época final. Así, todos estamos llamados a ser protectores, al menos acompañantes, de quienes por edad o enfermedad se saben (¡o no!) llamados a participar con Cristo del paso de la muerte a la vida.

La Iglesia siempre ha tenido y debe seguir teniendo como sus favoritos a los desamparados, a los desfavorecidos, a los que sufren... Y siempre ha sido objeto de su oración y su preocupación la atención a los moribundos. Ejemplos como el de Santa Teresa de Calcuta nos hacen ver muy claramen-

te cómo nunca es tarde para acercarse al doliente, para acompañarle manifestando la ternura del Dios que nos envía a él, y para acabar por reconocer su dignidad (no devolverle, porque uno nunca la pierde; toda persona tiene su valor único y su dignidad a los ojos de Dios por el hecho de serlo). En el trasfondo de esta jornada por la vida, de ese ser Sembradores de esperanza, había y hay una preocupación profunda por la atención a nuestros mayores cuando, desde diversos estamentos, se aboga por “soluciones” más drásticas y se pretende legislar a favor de actos tan deshumanizadores como la eutanasia o el suicidio asistido. Deshumanizan a toda la sociedad, y no sólo a la persona que lo practica o a la que lo sufre, movidos por una falsa o errónea piedad que no abre las

puertas a otras soluciones, éstas sí verdaderas, que mantienen plenamente la calidad del cuidado del paciente desde un punto de vista integral.

Esta integridad nos permite ser sembradores de esperanza en cualquier ocasión y circunstancia. También, en estos tiempos en que la pandemia de coronavirus parece que limitase enormemente nuestro campo de actuación. También, ahora, podemos ser remedio a la soledad en la que viven sumidos nuestros mayores. ¿Cómo puedo vencer a esta cultura del descarte y de la soledad? ¿Cómo puedo aportar mi granito contra ese anhelo de eutanasia o de muerte que, paradójicamente, lastra la vida de muchos? Acércate a ellos. Todos conocemos casos. Si no físicamente, sí a través de alguna llamada, de recordarles que nos importan y preocupan. Es más, que ellos también, con su testimonio de fidelidad al don de la vida, son sembradores de esperanza en un mundo tan necesitado de ella.



LA PALABRA

1ª: Ez. 37,12-14 | Salmo: 129
2ª: Ro. 8,8-11 | Evangelio: Jn. 11,3-7.17.20-27.33b-45

En aquel tiempo, las hermanas de Lázaro mandaron recado a Jesús, diciendo: «Señor, tu amigo está enfermo.» Jesús, al oírlo, dijo: «Esta enfermedad no acabará en la muerte, sino que servirá para la gloria de Dios, para que el Hijo de Dios sea glorificado por ella.» Jesús amaba a Marta, a su hermana y a Lázaro. Cuando se enteró de que estaba enfermo, se quedó todavía dos días en donde estaba. Sólo entonces dice a sus discípulos: «Vamos otra vez a Judea.»

Cuando Jesús llegó, Lázaro llevaba ya cuatro días enterrado. Cuando Marta se enteró de que llegaba Jesús, salió a su encuentro, mientras María se quedaba en casa. Y dijo Marta a Jesús: «Señor, si hubieras estado aquí no habría muerto mi hermano. Pero aún ahora sé que todo lo que pidas a Dios, Dios te lo concederá.» Jesús le dijo: «Tu hermano resucitará.» Marta respondió: «Sé que resucitará en la resurrección del último día.» Jesús le dice: «Yo soy la resurrección y la vida: el que cree en mí, aunque haya muerto, vivirá; y el que está vivo y cree en mí, no morirá para siempre. ¿Crees esto?» Ella le contestó: «Sí, Señor: yo creo que tú eres el Mesías, el Hijo de Dios, el que tenía que venir al mundo.»

Jesús sollozó y, muy conmovido, preguntó: «¿Dónde lo habéis enterrado?» Le contestaron: «Señor, ven a verlo.» Jesús se echó a llorar. Los judíos comentaban: «¡Cómo lo quería!» Pero algunos dijeron: «Y uno que le ha abierto los ojos a un ciego, ¿no podía haber impedido que muriera éste?»

Jesús, sollozando de nuevo, llega al sepulcro. Era una cavidad cubierta con una losa. Dice Jesús: «Quitad la losa.» Marta, la hermana del muerto, le dice: «Señor, ya huele mal, porque lleva cuatro días.» Jesús le dice: «¿No te he dicho que si crees verás la gloria de Dios?» Entonces quitaron la losa.

Jesús, levantando los ojos a lo alto, dijo: «Padre, te doy gracias porque me has escuchado; yo sé que tú me escuchas siempre; pero lo digo por la gente que me rodea, para que crean que tú me has enviado.» Y dicho esto, gritó con voz potente: «Lázaro, ven afuera.» El muerto salió, los pies y las manos atados con vendas, y la cara envuelta en un sudario. Jesús les dijo: «Desatadlo y dejadlo andar.»

Y muchos judíos que habían venido a casa de María, al ver lo que había hecho Jesús, creyeron en él.

¡Lázaro, sal fuera!

JUAN INIESTA

La experiencia de estos días, con el confinamiento a causa de la pandemia de covid-19, nos tiene a todos un poco desconcertados. Es la reacción lógica ante una experiencia inédita para un número tan masivo de personas.

Resultaría, por ello, fácil hacer un paralelismo simplón entre nuestro encierro y el paso por el sepulcro de Lázaro, el amigo del Señor. Deseamos, fuertemente, escuchar de labios de la autoridad un «¡sal afuera!» parecido al que escuchó él.

Lázaro permaneció cuatro días en el sepulcro para que la magnitud del milagro que iba a realizar Jesucristo fuera más evidente a los ojos de la gente. Lo nuestro son más de cuatro días de encierro, de (entiéndase la imagen, sin exageraciones) paso por el sepulcro social de cortar temporalmente muchas relaciones. Continuamos en el tiempo de Cuaresma, tiempo de preparación para la alegría de la resurrección de la Pascua. Sigue siendo tiempo de desierto, tiempo de soledad, tiempo de invitación a una inusitada intimidad con el Mesías,

con el que viene a traernos la verdadera salvación: no la de quien se ve en la calle después de un tiempo de sepulcro, sino la de quien resucita de esas pequeñas muertes que le van restando vitalidad en el día a día.

La invitación, ante esta situación tan extraordinaria y que tanto nos trastoca, no puede ser otra: métete en lo escondido de tu corazón, pero no a solas, sino con «el que ve en lo escondido», háblale al corazón a Aquél que está deseando adentrarse en el tuyo, preséntale tus dolores, tus temores, tus muertes (pecados), a Aquél que tiene el poder de sanarlos y de iniciar proyectos nuevos donde antes sólo había un sepulcro. Así, en el momento en el que, espiritualmente, escuches esa invitación a resucitar, a salir del sepulcro para testimoniar, ya no por oídas sino en primera persona, la grandeza del amor revitalizador de Cristo, entonces, serás un verdadero testigo de la resurrección que está por llegar, pero que se puede hacer realidad ya en las pequeñas cosas que nos arrancaban (ojalá podamos hablar en pasado) la vida a jirones.

GESTO DE CÁRITAS
Cuaresma 2020

"Morir para dar vida"

Señor, quisiéramos tener tus ojos para poder compadecernos con las muertes de este mundo, la pobreza, el dolor, la soledad, la incomprensión, la enfermedad, el desprecio, el hambre, el no tener un trabajo... Y poderles traer de nuevo a la vida, a una vida digna.

Por eso, queremos recordar en este camino cuaresmal que podemos llegar desde la muerte a la vida, que es posible porque Tú mismo lo hiciste. Te encaminaste hacia donde te necesitaban, aún sin haber sido llamado, te compadeciste, sufriste con ellos y devolviste la vida a aquel que la había perdido, preludio de tu pasión y muerte para luego resucitar a la verdadera Vida.

Nos has enseñado que no se puede engendrar vida sin dar la propia. Que no es posible vivir de verdad si no se está dispuesto a desvivirse por los demás.

El gesto que os proponemos, desde Cáritas, en este V Domingo de Cuaresma, es que os atreváis a **morir a vosotros mismos**, a vuestras comodidades, a vuestros egoísmos, a vuestros miedos..., para dar vida a todos aquellos que mueren, aun estando vivos, cada día, a nuestro lado.



La psicóloga y miembro del movimiento de Cursillos de Cristiandad, Amparo Vizcaíno, nos ofrece unas pistas para afrontar estos días

Cómo vivir la realidad que vivimos

AMPARO VIZCAÍNO

La tribulación que nos acecha era algo unimaginable para cualquiera de nosotros. Un ser microscópico ha puesto en jaque a todo el Planeta. Esta situación puede llevarnos a tener sentimientos y emociones de miedo, temor, confinamiento, encierro, impotencia, incertidumbre, preocupación, asedio, frustración, desesperación, dolor, sufrimiento, etc. Todo esto nos puede derivar a dos estados anímicos diferentes: El primero, un estado rumiante de pensamientos negativos avocados a la depresión y/o ansiedad. El segundo, un estado espiritual de esperanza, buscando la propia paz interior y volviendo nuestra mirada a Dios, ya que Él es el único capaz de infundirnos la paciencia y la fuerza, que necesitamos en estos difíciles momentos de purificación, penitencia, conversión y Gracia. Nosotros elegimos cómo decidimos vivir esta complicada realidad. Con paz o con desasosiego.

Si elegimos la primera opción, ahí van algunas pautas que nos ayudarán a conseguirlo:

1. **Mantente alegre.** El solo hecho de sentirte amado por Dios es motivo más que suficiente.
2. **Mensajes positivos.** Piensa que esta situación es pasajera y cada día superado es un motivo más de esperanza.
3. **Ríe, no dejes de reír.** Cuenta chistes, recuerda y comparte con los tuyos episodios alegres, riéte hasta de ti mismo si es necesario. Que la risa forme parte de tu día a día. De esa forma tu organismo liberará endorfinas y dopamina, que contribuirán a reducir el estrés y la ansiedad que la cuarentena pueda producirte.
4. **Márcate un horario y mantente ocupado.** Aprovecha para dedicarte tiempo a ti mismo.
5. **Comunícate con el exterior.** Pero ¡cuidado con las redes sociales!, no vaya a ser que te vuelvas un adicto.
6. **Haz ejercicio físico cada día.** No necesitas tener un gimnasio en casa para cuidar tu cuerpo sanamente.

7. **Establece una rutina para tu vida de piedad.** Intensifica tu relación con Dios, ahora dispones de todo tu tiempo.
8. **No caigas en excentricidades** y vive tu espiritualidad con naturalidad. Los aspavientos y derrotismos no te hacen bien ni a ti, ni a los demás.
9. **Evita la gula** o cualquier conducta alimentaria que se le asimile. Estamos en Cuaresma, teniendo el frigorífico y la despensa constantemente a mano, el sacrificio es mayor.
10. **Quiérete,** ofrece a los demás lo mejor de ti mismo y no dejes de confiar en Dios. “Venid a mí todos los que estáis cansados y agobiados, y yo os aliviaré” (Mt 11,28).

Sí, realmente esta Cuaresma es muy especial y dista mucho de la que, sin duda alguna, teníamos pensada. Pero no por ello debemos vivirla con menor intensidad. Espiritualmente, los cristianos nos sentimos unidos en un solo corazón. El corazón latente del mismo Jesucristo y de Nuestra Santa Madre la Iglesia. Ese Corazón es el que lucha junto al sanitario que se desvive por salvar vidas; el que sufre junto al enfermo asustado y dolorido; el que da coraje al policía que arriesga la suya por los demás; el que infunde fuerzas al trabajador que cumple con su horario, sin remedio. Es el corazón que anima a tantísimos héroes anónimos, en esta durísima prueba. En cada uno de ellos, está Dios. En ti y en mí también. Porque Él nos ama a todos y no nos desea ningún mal.

Agradecemos a Dios cada nuevo amanecer. Mantengamos nuestra esperanza puesta en el Redentor. Cuando, atrapada por mi debilidad, siento ganas de quejarme, recuerdo la preciosa oración del Cristo del Calvario: “¿Cómo explicarte a ti mi soledad, cuando en la Cruz alzado y solo estás?... Huyeron de mí todas mis dolencias. El ímpetu del ruego que traía se me ahoga en la boca pedigüeña. Y sólo pido no pedirte nada. Estar aquí junto a tu imagen

muerta. Ir aprendiendo que el dolor es sólo la llave de tu Santa puerta”. Estas palabras me confortan y elevan mi espíritu para darle Gloria al Señor y sentir que Dios es Amor. No existe nada que pueda igualar ese Amor. Algunas personas preguntan: ¿Por qué si Dios es Amor, permite esta pandemia? No tengo la respuesta. Ni tan siquiera me la cuestiono. Durante largo tiempo intenté entender a Dios. Aprendí que jamás lo conseguiría. A Dios hay que amarlo con toda la intensidad que uno pueda. Pero nunca lo llegaremos a entender. Él es Dios y yo sólo soy una pobre neoconversa, que se enamoró de Jesucristo en un Cursillo de Cristiandad. Vivencia que recomiendo a todo el mundo sin excepción. “Yo sé de Quien me he fiado”. (2 Tim. 1,12).

En este Domingo de Pasión, Jesús nos dice: “Yo soy la resurrección y la vida” (Jn. 11,25). Pongamos nuestra esperanza y nuestra fe en Sus palabras. Continuemos utilizando el arma más poderosa que existe: La oración. “Todo cuanto pidáis en la oración, creed que os lo han concedido y lo obtendréis” (Mc. 11,24). Agarremos nuestros rosarios e imploremos la poderosa intercesión de la Santísima Virgen María, para que vuelva a nosotros sus ojos misericordiosos, protegiéndonos bajo Su Manto y librándonos de todo mal.

Permanezcamos alegres en Cristo Jesús. No permitamos que el desaliento enturbie nuestros corazones y sigamos siempre adelante. Abracemos con fuerza nuestra cruz y miremos a Jesucristo, al Todopoderoso, al Salvador del mundo. No perdamos nunca la esperanza y recordemos las palabras de San Pablo: “A los que aman a Dios todo les sirve para el bien” (Rm. 8,28).

Sigamos todos unidos en oración. ¡De Colores, hermanos!



El Papa concede indulgencia plenaria a los afectados por el Coronavirus

El Vaticano ha publicado un decreto por el que se conceden Indulgencias plenarias a los enfermos por coronavirus, siempre que cumplan unas condiciones. También a los fieles que recen, también con unos requisitos, “para implorar a Dios Todopoderoso el fin de la epidemia”.

Las condiciones de los **enfermos** serían las siguientes:

“Se concede la Indulgencia plenaria a los fieles enfermos de Coronavirus, sujetos a cuarentena por orden de la autoridad sanitaria en los hospitales o en sus propias casas si, con espíritu desprendido de cualquier pecado, se unen espiritualmente a través de los medios de comunicación a la celebración de la Santa Misa, al rezo del Santo Rosario, a la práctica piadosa del Vía Crucis u otras formas de devoción, o si al menos rezan el Credo, el Padrenuestro y una piadosa invocación a la Santísima Virgen María, ofreciendo esta prueba con espíritu de fe en Dios y de caridad hacia los hermanos, con la voluntad de cumplir las condiciones habituales (confesión sacramental, comunión eucarística y oración según las intenciones del Santo Padre), apenas les sea posible”.

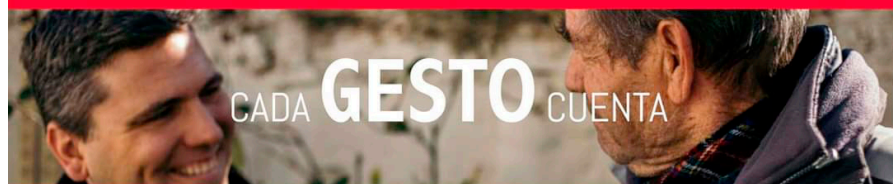
También, con las mismas condiciones, la obtendrán **aquellos que se exponen al contagio por los demás:**

“Los agentes sanitarios, los familiares y todos aquellos que, siguiendo el ejemplo del Buen Samaritano, exponiéndose al riesgo de contagio, cuidan de los enfermos de Coronavirus según las palabras del divino Redentor: “Nadie tiene mayor amor que éste: dar la vida por sus amigos” (Jn 15,13), obtendrán el mismo don de la Indulgencia Plenaria en las mismas condiciones”.

Las condiciones de los **fieles** que no estén enfermos serían estas:

“Aquellos fieles que ofrezcan la visita al Santísimo Sacramento, o la Adoración Eucarística, o la lectura de la Sagrada Escritura durante al menos media hora, o el rezo del Santo Rosario, o el ejercicio piadoso del Vía Crucis, o el rezo de la corona de la Divina Misericordia, para implorar a Dios Todopoderoso el fin de la epidemia, el alivio de los afligidos y la salvación eterna de los que el Señor ha llamado a sí”

ante el **CORONAVIRUS**



Caritas
Diocesana de Albacete

DONA

967 22 26 00
www.caritasalbacete.org
ES75 2048 4000 1734 0000 0139

LA DIÓCESIS SIGUE MUY CERCA ESTOS DÍAS CON INICIATIVAS EN INTERNET Y REDES SOCIALES



En la diócesis de Albacete, son muchas las iniciativas que van surgiendo para animar a los fieles a la oración a través de los medios de comunicación y redes sociales. Esta semana, nuestro obispo, D. Ángel, impartía una charla cuaresmal, en directo, a través del Facebook diocesano (Diócesis de Albacete) y son muchas las oraciones o vigiliadas que podemos encontrar en la página web de la diócesis. www.diocesisalbacete.org

Por otro lado, la delegación de jóvenes PjAlbacete ha creado un Vía Crucis en este tiempo de coronavirus y cada día se reza una estación. En su web ya se pueden ir descargando todas las estaciones, www.pjalbacete.org.

Al igual que son muchas las parroquias en las que se retransmite la misa en directo a través de las redes o algunos actos de piedad. Las cuentas de Facebook de algunas parroquias donde podemos seguir la retransmisión de la misa a diario son: Peñas de San Pedro, La Roda, Tarazona de la Mancha, San Sebastián de Villarrobledo, San Pablo, Fátima, La Asunción y Padres Paúles de la capital. Los domingos tenemos retransmisiones en San Blas de Villarrobledo, La Solana, El Bonillo, Yeste y la Unidad Pastoral Juan XXIII. Además, podemos rezar cada tarde el Rosario, a las 19:30 h. desde la Catedral a los pies de la patrona la Virgen de los Llanos.

Asimismo, son muchas las parroquias que, por medio de las redes sociales, están al tanto de sus feligreses (mandando vídeos, oraciones...), y teniendo un contacto personal con los miembros de la comunidad.

A lo largo de esta situación, se irán multiplicando iniciativas por lo que, os pedimos que si conocéis alguna o queréis compartirla, nos la hagáis llegar a nuestro correo electrónico (mcs@diocesisalbacete.org) para poder darle difusión en nuestras redes sociales.