

Ressò

maig 24



El magisteri de la fragilitat



vidaCreixent

MOVIMENT CRISTIÀ
DE GENT GRAN

Jesucrist, el bon pastor

En el temps de Pasqua contemplem Jesús ressuscitat, que ha vençut la mort, el Bon Pastor (Joan 10,11-18), aquell que dóna la vida per les seves ovelles. A través d'aquesta imatge, Jesús ens revela la seva profunda dedicació i el seu gran amor per nosaltres, els seus deixebles.

Com a gent gran, podem trobar-nos en moments de fragilitat i incertesa. Potser ens trobem confrontant desafiaments de salut, pèrdues personals o una sensació de soledat. En aquests moments, Jesús, el Bon Pastor, ens ofereix confort i seguretat. El Bon Pastor coneix cada una de les seves ovelles de manera íntima. No som mers números desconeguts en la seva presència; som estimats i coneguts amb amor. Enmig de les nostres angoixes, podem trobar pau en saber que Jesús ens cuida personalment i ens guia amb tendresa.

La promesa de Jesús de donar la seva vida per les seves ovelles ressona profundament en els nostres cors. En la creu, Jesús va sacrificar-se per nosaltres, demostrant el seu amor incondicional i la seva fidelitat fins a la mort. A través del seu sacrifici, tenim la salvació i la vida eterna. A més, Jesús ens assegura que Ell no només és el Bon Pastor, sinó que també coneix les altres ovelles que no són d'aquesta cleda. Això ens recorda la universalitat del seu amor i la seva missió de portar la salvació a tots els pobles i nacions.

En els moments de dubte i temor, podem confiar en la promesa de Jesús: «Jo he vingut perquè tinguin vida, i la tinguin a desdir» (Joan 10,10). En Ell, trobem la plenitud de la vida, la força per afrontar els desafiaments i la esperança per al futur. Com a gent gran, som convidats a seguir el Bon Pastor amb confiança i devoció. Que les paraules de Jesús ens recordin sempre la seva presència constant i el seu amor etern en les nostres vides. Que sigui el Bon Pastor qui ens guïi i ens guardi en tot moment.

*Mn. Joaquim Meseguer García, pvre.,
consiliari diocesà de Terrassa de Vida creixent.*

Salm 22. Déu meu, per què m'has abandonat?

La Creu dona sentit al mal del món:

Quan Jesús, des de la Creu, deia aquest salm, no sols descrivia la seva pròpia passió, sinó que en demanava al Pare el perquè. El perquè de les seves sofrències i de les nostres. La resposta és la segona part del salm.

Segona part

Però tu, Senyor, no t'allunyis;
força meva, cuita a defensar-me.
Allibera la meva vida de l'espasa,
que no mori entre les grapes del gos;
salva'm de la gola del lleó,
guarda'm de les banyes del brau.
Senyor, m'has escoltat!
Anunciaré el teu nom als meus germans,
et lloaré enmig del poble reunit:
«Fidels del Senyor, lloeu-lo,
fills de Jacob, glorifiqueu-lo,
reverencieu-lo, fills d'Israel!
Perquè no ha rebutjat ni menyspreat
el pobre desvalgut;
no l'ha privat de la seva mirada
i quan cridava auxili l'ha escoltat.»
En tu s'inspirarà el meu cant
davant de tot el poble;
davant dels fidels oferiré el que vaig
prometre.

Els humils en menjaran fins a saciar-se,
lloaran el Senyor els qui el cerquen
i es diran: «Que tingueu llarga vida!»
Ho tindran present i tornaran al Senyor
tots els països de la terra,
es prosternarà davant seu
gent de totes les nacions.
Perquè la reialesa és del Senyor:
ell és el sobirà dels pobles.
Els qui estan plens de vida l'adoren,
s'agenollen davant d'ell els moribunds
i el qui ja no es pot revifar.
Una descendència donarà culte al
Senyor;
parlaran d'ell a aquesta generació.
Vindran a anunciar la seva bondat
al poble que ha de néixer,

Libros

Biología de la gentileza, seis decisiones cotidianas para mejorar la salud, el bienestar y la longevidad. Daniel Lumera y Inmaculata De Vivo, Editorial Diana (Planeta), 2022, Barcelona.

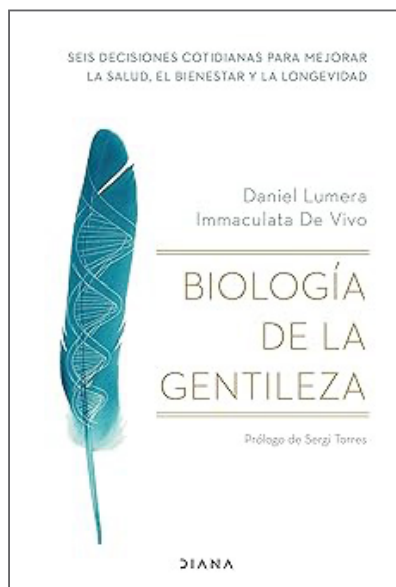
Hoy, de nuevo, os quiero poner en contacto con un libro. Daré unas pinceladas, explicaré de qué tipo es y me centraré en un par de capítulos.

Llegué al autor, Daniel Lumera, a través de una videoconferencia, emitida desde Valencia, y a la que me invitaron. La charla resultó un **elogio a la gentileza**.

El autor es italiano que se expresa en un perfecto castellano, supongo que por sus contactos con América Latina a los que aludió. La palabra que emplea, **gentileza**, es lo que para nosotros se define como **amabilidad**; las dos palabras nos son válidas, sabiendo que hay algunos matices..., matices que enriquecen. Me gustó y busqué alguno de sus libros. Encontré el que me pareció más interesante, ***Biología de la gentileza***, escrito junto con la doctora Inmaculata De Vivo. Me hizo gracia la palabra **biología** y despertó mi curiosidad. Y como la curiosidad, ya se sabe, es el comienzo de la investigación, me puse a ello.

Aviso para navegantes: no es un libro para leer seguida y continuamente; es un libro para tomar reposadamente, despacio, buscando las temáticas que en cada momento nos apetezcan o nos parezcan necesarias, al margen del lugar que ocupen en el libro. Recomendando empezar por el prólogo y, a partir de ahí, ir al índice y elegir.

Yo diría que es un libro para educadores, monitores, animadores..., deseosos de ampliar conocimientos, compartirlos y, tal vez, hacerlos servir de apoyo a otras temáticas personales y en grupo. Los temás, además, son de tratamiento doble. Pongo un ejemplo.



Me sitúo en la página 83: Perdón y gratitud, escrito por Daniel Lumera. Y a continuación en la página 103: La ciencia del perdón y la gratitud, escrito por los dos autores Daniel e Inmaculata. En el primer capítulo, Daniel en 20 páginas aporta reflexiones, salpicándolas con textos zen o sufís y experiencias reales de nuestro tiempo, como la de Eva Mozes Kor tras pasar por Auschwitz. Termina ofreciendo siete afirmaciones que cambian la vida: Me perdono, te perdono // Me libero, te libero // Me quiero, te quiero // Gracias // Uno en el Uno // Uno en la Paz // Uno en la Luz.

En el siguiente y complementario capítulo, en ocho páginas, presenta la experiencia, investigación y propuesta del perdón entre la ciencia y la moral. Hay modelos de tratamiento de dos psicoterapeutas para ayudar a personas que sufren agravios. Da noticia de estudios y experiencias llevadas a cabo en diversos años de este siglo y acaba ofreciendo los siete beneficios de la **gratitud**: Abre la puerta a más relaciones // Mejora la salud física // Mejora la salud psicológica // Desarrolla la empatía // Mejora el sueño // Aumenta la autoestima // Disminuye el estrés y desarrolla la resiliencia.

A veces un simple “gracias” salido del corazón y acompañado por una sonrisa sorprende por sus resultados.

Al final del libro hay una extensa bibliografía, como corresponde a un libro de apoyo y estudios.

Me divertí al encontrar, casi al final, una receta para una empanadilla muy especial: Pita de hierbas silvestres, al parecer una receta tradicional griega...

No me alargo más, a quien le gusten los libros de este tipo, les irá bien. A los demás nos vendrá bien saber que existe.

Amables y gozosos con la primavera.

Nos veremos en Montserrat.

María Jesús Ramos Narro

Espai de reflexió i pregària

Aturar-se. Cicle B.

La ventada

La por és avui una realitat molt freqüent. Fins i tot el suau aleteig d'un ocell ens esvera. Sempre anem per la vida a la defensiva. I així anem trampejant. Perquè l'amor és incompatible amb el temor. Sols quan tenim el cor obert, nien en nosaltres els coloms de la pau i de la seguretat. Sols quan aconseguim alliberar-nos de les tensions, dels complexos, de les caretes i dels propis protagonismes, vindrà a nosaltres voleiant el colom de l'Esperit Sant. Els coloms fugen de les reixes.

Avui celebrem el dia de la Pentecosta, el "Fermall d'or" del Temps Pasqual; la Ventada de l'Esperit, l'ànima de l'Església naixent; la festa de l'Esperit que ve a reunir tots els dispersos per la Babel del pecat d'orgull i de l'enemistat.

L'Esperit és força, calor, fortalesa, i malgrat tot, que poc conegut! L'Esperit és la força que pot transformar el món. És la Ventada que pot desbrossar tota la fullaraca que tots ja coneixem i que fa angúnia repetir-la.

L'Esperit va transformar els esporuguits apòstols en una comunitat de profetes i de màrtirs. És l'Esperit el qui ha mantingut a peu dret l'Església durant vint segles, i és l'Esperit el qui obre les fronteres de fraternitat entre els homes i dones sense cap mena de distinció. Tot allò que, en el món, disgrega, separa, desuneix, entristeix l'Esperit.

Llengua, foc i vent: tres imatges; llengua i nous missatges, foc que crema l'egoisme; vent que ens porta a la unitat des d'Occident a l'Orient.

Deixem-nos arrabassar per l'Esperit!.

Mn. Pere Arribas-diaca

Catequesi del Papa: “L’anunci és l’Esperit Sant”

El Papa Francesc continua parlant-nos del zel apostòlic del creient.

“Sense l’Esperit Sant qualsevol zel és falsament apostòlic, seria només nostre i no donaria fruit.”

A l’*Evangelii gaudium* es pot llegir: “Jesús és el primer evangelitzador i el més gran. En qualsevol forma d’evangelització la primacia és de Déu, el qual va voler cridar-nos a col·laborar amb Ell i impulsar-nos amb la força del seu Esperit” (n 12). Per això el Senyor compara el dinamisme del Regne de Déu a un home que “sembla la llavor a la terra: tant si dorm com si està despert, de nit i de dia, la llavor germina i creix, sense que ell sàpiga com (Mc 4, 26).

L’Esperit és el protagonista, precedeix sempre els missioners i fa sortir els fruits. Aquesta consciència ens consola molt: l’Església no s’anuncia a ella mateixa, sinó que anuncia una gràcia, un do, i l’Esperit Sant és precisament el do de Déu, com va dir Jesús a la samaritana (cf. Jn 4, 10).

Jesús, abans de pujar al cel, els va dir: “Rebreu una força que us farà testimonis meus a Jerusalem, a tot Judea, a Samaria i fins a l’extrem de la terra” (Ac 1, 8). El Senyor no ens ha deixat quaderns de teologia, sinó l’Esperit Sant.

L’Esperit ens porta al “primer anunci”, ens fa creure en Jesucrist, que amb la seva mort i resurrecció ens revela i ens comunica la misericòrdia infinita del Pare.

Aquest és el primer anunci: **“Jesucrist t’estima, et va donar la seva vida per a salvar-te, i ara està viu al teu costat cada dia, per a il·luminar-te, per a enfortir-te, per a alliberar-te”**.

Deixem-nos captivar per l’Esperit Sant i invoquem-lo cada dia: que ell sigui el principi del nostre ser i del nostre obrar; que sigui l’inici de qualsevol activitat, encontre, reunió i anunci. Ell vivifica i rejoveneix l’Església. Ell és la nostra força, l’alè del nostre anunci, la font del zel apostòlic.

Veniu Esperit Sant!

Fem nostres aquestes paraules del Papa Francesc.

M. Dolors Coscojuela

Agenda

Juny

Dijous 6:

Reunió d'animadors a les 17:00h.
"Siervas de Maria",
Carrer Enric Granados, 16
(entre València i Aragó).
Tema X. Maria, model i exemple.

Dissabte 8:

TROBADA FINAL DE CURS DE VIDA CREIXENT

A les 11h: el frare caputxí Fra
Josep Manuel Vallejo ens parlarà de
Jesucrist.

A les 12h: Eucaristia.

Lloc: Parròquia de Sant Ignasi de
Loiola, C/ Provença 544, Barcelona.
COM ARRIBAR HI?

Pots arribar-hi en transport públic.
O bé en METRO (L2 Encants i L5
Sant Pau i Dos de Maig) o bé en
BUS (línies H10, 33, 34, 50, 51, 92
i D50)

Trobada oberta a tothom.



TEMARI DEL CURS 2023-2024

"Aliança entre generacions"

Com a suport a les reflexions
de grup, podeu descarregar els
materials del temari al nostre web:
www.vidacreixent.org/temari



Podeu contactar amb
nosaltres a través del
telèfon:
682 835 093



© Vida Creixent
C/València 218, 1r 2a Esquerra, Barcelona
08011 Barcelona - Tel. 93 412 21 20
info@vidacreixent.org - www.vidacreixent.org
Secretaria:
Tardes, dilluns i dimecres de 17:00 a 19:00 h

Text de la fotografia de portada: El magisteri de
la fragilitat.

Dipòsit legal: B. 8.204-2007
Disseny: Dfinis Design
Maquetació: David Albarracin