



full DOMINICAL

ANEU MAR ENDINS

† JOSEP ÀNGEL SAIZ MENESES
Bisbe de Terrassa

«Em veig amb cor per a tot, gràcies a Aquell que em dona forces» (Flp 4,13)

La crisi del coronavirus ens posa a prova com a individus i com a societat. Tot i que hem tornat a la «nova normalitat», davant el futur experimentem una certa por i incertesa. A més, quan sembla que la pandèmia està sota control, es produeixen rebrots que fan saltar les alarmes i tornen a generar temor i ansietat. En aquests moments és molt important la capacitat d'adaptació i resiliència tan pròpia de l'ésser humà per tal d'ensortir-se enfront de les adversitats i quedar reforçat.

Sant Pau ens ofereix un text molt il·luminador en la carta que escriu als cristians de Filipis trobant-se a la presó, possiblement a Roma, bo i sentint propera la seva mort. «No vull pas dir que en aquests moments passi necessitat, perquè ja he après a acontentar-me en qualsevol situació.

Sé viure enmig de privacions i sé viure igualment en l'abundància. Estic avesat a tot: a menjar bé i a passar fam, a tenir de tot i a trobar-me mancat d'allò que necessito. Em veig amb cor per a tot, gràcies a aquell que em dona forces» (Flp 4,11-13).

El text fa referència a la seva total disponibilitat i adaptació a les diferents circumstàncies que li ha tocat de viure. I això ho fa no per un pur autocontrol, com els filòsofs estoics de la seva època, sinó per a predicar l'evangeli. Esdevé un bon exemple de com el cristià no s'ha d'instalar en la comoditat, no s'ha d'acomodar a una forma determinada de vida, ni tampoc distreure's amb els miratges del



Sant Pau, el Greco. Museu d'Art de Sant Lluís (EUA)

desert, o paraitzar-se davant les dificultats, que també hi són.

La clau del text es troba en el verset 13: «Em veig amb cor per a tot, gràcies a aquell que em dona forces». I això s'aplica a tot arreu, en qualsevol moment, en tots els sentits tant si és per a viure amb poques coses o per a no deixar-se enlluernar per l'abundància. L'important és la presència de Crist, que conforta i ajuda; per això cal recolzar-se en Ell, no en una determinada manera de vida com si aquesta fos decisiva per ella mateixa.

En els moments de desgràcies i de reconstrucció és bo recuperar el concepte de resiliència. Fa referència a la capaci-

tat de la persona per a sobreposar-se als contratemps, per a fer front a les adversitats de la vida, adaptar-se, superar-les i, fins i tot, sortir-ne enfortit. No es tracta només de resistir davant de les dificultats, sinó prendre un nou impuls per a arribar a ser millors i més forts. La resiliència es compon de resistència davant l'adversitat i de capacitat per a forjar un comportament vital positiu.

Des de l'àmbit de la psicologia els experts ens fan diverses recomanacions per a potenciar la resiliència: establir relacions sòlides, evitar veure els problemes com si fossin obstacles insuperables, acceptar que el canvi forma part de la vida, proposar-se unes fites i avançar-hi, dur a terme accions decisives, no perdre mai l'esperança, tenir una visió positiva d'un mateix i tenir cura d'un mateix, eixamplar l'horitzó vital per a relativitzar les causes del dolor, etc.

nir cura d'un mateix, eixamplar l'horitzó vital per a relativitzar les causes del dolor, etc.

El creient, principalment, construeix i reconstrueix la vida sobre el fonament que és Crist, des de la fe, l'esperança i l'amor, des de la voluntat de treballar per un futur millor. Ara estem vivint un moment especialment dolorós a causa de la crisi sanitària i econòmica, que deixa moltes persones i famílies en una situació precària. Que no ens falti la fermesa per a superar les dificultats, la capacitat d'adaptació a les noves situacions i la confiança en el Senyor, perquè sabem que amb Ell serem capaços de superar totes les proves encara que semblin dures.



ENTREVISTA

Calidoscopi eclesial



LAURA MOR

La pandèmia i el confinament han portat a situacions excepcionals i doloroses, i també a històries de solidaritat i d'humanitat úniques. En el món d'Església se n'han protagonitzat moltes. El documental *Església confi(N)ada. Ser cristià en temps de coronavirus*, produït per Animaset i dirigit per la periodista Laura Mor, mostra els testimonis de dotze persones compromeses des de diverses realitats eclesials, i el degoteig d'accions; «un calidoscopi de com han viscut els cristians a Catalunya aquest temps».

Quina Església t'has trobat en aquest confinament?

Una Església que ha sabut acompanyar les persones en moments de dificultat. Ha superat els límits del confinament amb confiança i creativitat. S'ha aprofundit en la fe. Moltes famílies han pregat a casa. Cadascú amb el seu tarannà s'ha sentit part d'un tot més gran. Això no s'improvisa d'un dia per l'altre. El treball en equip que fa possible teixir xarxes ve de lluny.

Què és el que més t'ha sorprès?

Soc de llàgrima fàcil i vaig plorar amb més d'una entrevista. Com amb la infermera Carme Vila, que va tornar a l'hospital quan ja estava prejubila. Pura vocació; ningú no la va obligar. Els testimonis de fe a peu pla són molt potents, tothom pot ser com ells! També són interessants les veus que ofereixen reflexió teològica i pastoral: ajuda a comprendre el sentit del que hem viscut i a orientar el futur.

Per què tenim motius per a l'esperança?

Acostumem a menystenir la capacitat de contagi de la feina ben feta. És un error! Els cristians contribueixen a millorar la vida de les persones de forma concreta, real i constant. Malgrat les misèries i petiteses individuals, l'acció comunitària, si és generosa, demostra que tot és possible.

Òscar Bardaji i Martín

GLOSSA

ENRIC PUIG JOFRA, SJ
Secretari general de la FECC

Pregar i ser bona persona

Un noi de quinze anys, prop de setze, ha viscut el traspàs de l'avi, de noranta-tres, qui feia un temps que havia anat perdent mobilitat. L'estiu passat ja la tenia molt limitada. Estant de vacances tota la família al poble d'on és originària, el noi es va adonar que vetllar per la higiene personal de l'avi, canviar-lo, assegurar-lo a la seva butaca de sempre o posar-lo al llit superava les possibilitats de l'àvia. Cada dia, matí, migdia i vespre, es va fer càrrec d'aquest ritual i retornats a casa, després de les vacances, cada vespre, a dos quarts de nou, anava a casa els avis i feia el mateix servei. Una vegada al llit, l'àvia i el net al seu voltant, l'avi convidava a resar el parenostre. Ell i la seva esposa l'havien resat sempre, des que es varen casar, agafats de la mà i després se senyaven, abans d'adormir-se. Quan l'avi ja no pogué senyarse sol, el net li agafava la mà i amb delicadesa l'ajudava a fer els moviments que acompanyen les paraules. «No em rebutgis, doncs, al temps de la vellesa; ara que decau el meu vigor no m'abandonis» (Sl 71,9).

L'avi ja no hi és. El net, però, cada vespre segueix anant a veure l'àvia i, quan

passa per davant del mosaic de sant Francesc d'Assís, a la paret de l'entrada, ho fa resseguint l'espai desgastat que l'avi generà de tant passar-hi la mà, cada vegada que sortia de casa. «No refusis el que contenen els ancians, que ells també ho van aprendre dels seus pares; d'ells aprendràs a tenir seny i a donar una resposta quan més calgui» (Sir 8,9).

Resta el record d'aquell home bo, d'actituds positives, inquiet, fill de la cultura pairal de la qual heretà un codi educatiu en què es formà. Era un home abocat a una família que va iniciar, fa cinquanta-sis anys, amb la seva esposa i amb els fills que s'hi afegiren. Professiò i família: els seus grans eixos vitals. Creient, cristià de convicció i pràctica, amb una espiritualitat descoberta i acollida en els seus anys escolars, valors que li oferiren nord i sentit a la vida: pregar i ser bona persona. Estimava el Déu de Jesús amb una fe profunda, arrelada. Va estimar i es va sentir estimat perquè estimava la vida i les persones, ni l'una ni les altres li eren indiferents. Seguint el seu mestratge, el seu net prega i és bona persona.

LEX ORANDI, LEX CREDENDI

Papa Francisco: «Cabeza, corazón y manos»

HNA. M. DE LOS ÁNGELES MAESO ESCUDERO

Franciscana de los Sagrados Corazones

Al inicio del mes de junio, en el día Mundial del Medio Ambiente, el Santo Padre se unió al encuentro virtual de jóvenes, docentes y padres, organizado por *Scholae*. Intervino al final del evento con un videomensaje, manifestando su «gran alegría» de poderlos llamar «comunidad: comunidad de amigos, comunidad de hermanos y hermanas».

Transmitía un mensaje de esperanza «en esta nueva crisis que hoy enfrenta la humanidad». Exclamaba, de forma sorprendente quizás: «¡Pobre de la humanidad sin crisis! Sería una humanidad dormida», y alertaba sobre la necesidad de seguir el «consejo de los sabios, hasta para las pequeñas crisis personales, matrimoniales, sociales: nunca te adentes solo en la crisis, anda acompañado.»

Su mensaje se enunciaba en términos de responsabilidad humana y de educación: «Escuchando, creando y celebrando la vida. Esa nueva cultura poéticamente habitando esta tierra. Armonizando el lenguaje del pensamiento con los sentimientos y las acciones. Cabeza, corazón y manos creciendo armónicamente.»

Por eso, Francisco, animaba a que se abran «las puertas de la *universidad del sentido*. Porque educar es buscar el sentido de las cosas. Reuniendo el sueño de los niños y los jóvenes con la experiencia de los adultos y los ancianos. Ese encuentro tiene que darse siempre, si no se da, no hay humanidad».

Que nuestra Señora nos ayude a caminar unidos forjando una comunidad de encuentro.

Lectures de la missa diària i santoral

29. ■ Dilluns (lit. hores: 1a setm.) [Ac 12,1-11 / Sl 33 / 2Tm 4,6-8,17-18 / Mt 16,13-19]. Sant Pere (o Quefes), de Betsaida, i sant Pau (o Pol), de Tars, apòstols, puntals de l'Església (s. I). Santa Maria, mare de Joan-Marc; sant Cir, bisbe de Gènova.

30. ■ Dimarts [Am 3,1-8; 4,11-12 / Sl 5 / Mt 8,23-27]. Sants proto-màrtirs de Roma, en temps de Neró (s. I); sant Marçal de Lletmotges, bisbe; santa Emília, vg.

1. ■ Dimecres [Am 5,14-15,21-24 / Sl 49 / Mt 8,28-34]. Sant Domicià, abat; sant Aaró o Aaron, germà de Moisès i primer sacerdot de l'antiga aliança (s. XIII aC); santa Elionor (Leonor), mr.

2. ■ Dijous [Am 7,10-17 / Sl 18 / Mt 9,1-8]. Sants Procés i Martirià, mrs.; sants Bernadí Realiño, Joan-Francesc Regis i Francesc Gerónimo, i els beats Julià Maunoir i Antoni Balducci, preveres jesuïtes i mrs.

3. ■ Divendres [Ef 2,19-22 / Sl 116 / Jn 20,24-29]. Sant Tomàs, anomenat Didim (el Bessó), apòstol, venerat a Edessa (s. VI). Sant Heliodor, bisbe; sant Jacint, cambrer imperial mr.; sant Lleó II, papa (sicília, 682-683). Beata Maria Anna Mogas Fontcuberta, vg. (de Corró de Vall, les Franqueses del Vallès, 1827-1886), fund. Franciscanes Missioneres de la Mare del Diví Pastor.

4. ■ Dissabte [Am 9,11-15 / Sl 84 / Mt 9,14-17]. Santa Isabel de Portugal (1271-1336), princesa catalano-aragonesa, neta de Jaume I. Sant Laureà, bisbe de Sevilla; santa Berta, vg.; sant Valentí Berriochoa, bisbe i mr.

5. ■ † Diumenge vinent, XIV de durant l'any (lit. hores: 2a setm.) [Za 9,9-10 / Sl 144 / Rm 9,9,11-13 / Mt 11,25-30]. Sant Antoni-Maria Zaccaria (1502-1529), prev., fund. Barnabites a Milà (B). Sant Miquel dels Sants (1591-1625), prev. trinitari a Valladolid, nat a Vic i patró d'aquesta ciutat. Santa Filomena, vg.



Intencions del Sant Pare per al mes de juliol

Perquè les famílies actuals siguin acompanyades amb amor, respecte i consell.



DIUMENGE XIII DE DURANT L'ANY



COMENTARI

Lectura del segon llibre dels Reis (2Re 4,8-11.14-16a)

Un dia Eliseu passava per Sunam. Hi havia allà una dona benestant que l'obligà a quedar-se a menjar a casa seva. Des d'aquell dia, cada vegada que Eliseu hi passava, s'hi quedava a menjar. Llavors ella digué al seu marit: «Estic convençuda que l'home de Déu que passa sempre per casa nostra és un sant. Fem-li una petita habitació d'obra a la terrassa, posem-hi un llit, una taula, una cadira i un llum, i cada vegada que vingui podrà retirar-se allà».

El dia que Eliseu hi anà, es retirà en aquella habitació i s'hi quedà a dormir. Llavors Eliseu digué a Guihezí, el seu criat: «¿Què podem fer per aquesta sunamita?» Guihezí li respongué: «Mira, no té fills, i el seu marit ja és gran». Eliseu li va dir: «Crida-la». Guihezí la cridà, i ella es presentà i es quedà a l'entrada de l'habitació. Eliseu li digué: «L'any que ve, per aquest temps, amanyagaràs un fill».

Salm responsorial (88)

R. *Senyor, cantaré tota la vida els vostres favors.*
Senyor, cantaré tota la vida els vostres favors, / d'una generació a l'altra anunciaré la vostra fidelitat. / Vos heu dit: «El meu favor és indestructible, / mantinc la fidelitat en el cel». R.

Senyor, feliç el poble que us aclama. / Caminarà a la llum de la vostra mirada. / Tot el dia celebrarà el vostre nom, / enaltirà la vostra bondat. R.

Ve de vós la glòria del seu poder, / alcem el front perquè vos ens estimeu; / el nostre rei és el Sant d'Israel, / és del Senyor l'escut que ens protegeix. R.

Lectura de la carta de sant Pau als cristians de Roma (Rm 6,3-4.8-11)

Germans, tots els qui hem estat batejats en Jesucrist, hem estat submergits en la seva mort. Pel baptisme hem estat sepultats amb ell en la mort, perquè, tal com Crist, gràcies al poder admirable del Pare, va ser ressuscitat d'entre els morts, també nosaltres emprenguem una nova vida. I si hem mort amb Crist, creiem que també viurem amb ell. I sabem que Crist, un cop ressuscitat d'entre els morts, ja no mor més, la mort ja no té cap poder sobre ell. Quan ell morí, morí al pecat una vegada per sempre, però ara que viu, viu per a Déu. Igualment vosaltres, penseu que sou morts pel que fa al pecat, però viviu per a Déu en Jesucrist.

✠ Lectura de l'Evangeli segons sant Mateu (Mt 10,37-42)

En aquell temps, Jesús digué als seus apòstols: «Qui estima el pare o la mare més que a mi, no és bo per venir amb mi. Qui estima els fills o les filles més que a mi, no és bo per venir amb mi. Qui no pren la seva creu i m'acompanya, no és bo per venir amb mi. Els qui vulguin guardar la vida en poder seu, la perdran, però els que per causa meva l'hauran perduda, la retrobaran. Qui us acull a vosaltres, m'acull a mi, i qui m'acull a mi, acull el qui m'ha enviat. Qui acull un profeta perquè és profeta, tindrà la recompensa dels profetes, qui acull un just perquè és just, tindrà la recompensa dels justos, i tothom qui doni un vas d'aigua fresca a un d'aquests petits, només perquè és el meu deixeble, us ho dic amb tota veritat, no quedarà sense recompensa».

Lectura del segundo libro de los Reyes (2Re 4,8-11.14-16a)

Pasó Eliseo un día por Sunén. Vivía allí una mujer principal que le insistió en que se quedase a comer; y, desde entonces, se detenía allí a comer cada vez que pasaba. Ella dijo a su marido: «Estoy segura de que es un hombre santo de Dios el que viene siempre a vernos. Construyamos en la terraza una pequeña habitación y pongámosle arriba una cama, una mesa, una silla y una lámpara, para que cuando venga pueda retirarse».

Llegó el día en que Eliseo se acercó por allí y se retiró a la habitación de arriba, donde se acostó. Entonces se preguntó Eliseo: «¿Qué podemos hacer por ella?». Respondió Guejazí, su criado: «Por desgracia no tiene hijos y su marido es ya anciano». Eliseo ordenó que la llamase. La llamó y ella se detuvo a la entrada. Eliseo le dijo: «El año próximo, por esta época, tú estarás abrazando un hijo».

Salmo responsorial (88)

R. *Cantaré eternamente las misericordias del Señor.*

Cantaré eternamente las misericordias del Señor, / anunciaré tu fidelidad por todas las edades. / Porque dijiste: «La misericordia es un edificio eterno», / más que el cielo has afianzado tu fidelidad. R.

Dichoso el pueblo que sabe aclamarte; / caminará, oh, Señor, a la luz de tu rostro; / tu nombre es su gozo cada día, / tu justicia es su orgullo. R. Porque tú eres su honor y su fuerza, / y con tu favor realizas nuestro poder. / Porque el Señor es nuestro escudo, / y el Santo de Israel nuestro rey. R.

Lectura de la carta del apóstol san Pablo a los Romanos (Rom 6,3-4.8-11)

Hermanos: Cuantos fuimos bautizados en Cristo Jesús fuimos bautizados en su muerte. Por el bautismo fuimos sepultados con él en la muerte, para que, lo mismo que Cristo resucitó de entre los muertos por la gloria del Padre, así también nosotros andemos en una vida nueva. Si hemos muerto con Cristo, creemos que también viviremos con él; pues sabemos que Cristo, una vez resucitado de entre los muertos, ya no muere más; la muerte ya no tiene dominio sobre él. Porque quien ha muerto, ha muerto al pecado de una vez para siempre; y quien vive, vive para Dios. Lo mismo vosotros, consideraos muertos al pecado y vivos para Dios en Cristo Jesús.

✠ Lectura del santo Evangelio según san Mateo (Mt 10,37-42)

En aquel tiempo, dijo Jesús a sus apóstoles: «El que quiere a su padre o a su madre más que a mí, no es digno de mí; el que quiere a su hijo o a su hija más que a mí, no es digno de mí; y el que no carga con su cruz y me sigue, no es digno de mí. El que encuentre su vida la perderá, y el que pierda su vida por mí, la encontrará. El que os recibe a vosotros, me recibe a mí, y el que me recibe, recibe al que me ha enviado; el que recibe a un profeta porque es profeta, tendrá recompensa de profeta; y el que recibe a un justo porque es justo tendrá recompensa de justo. El que dé a beber, aunque no sea más que un vaso de agua fresca, a uno de estos pequeños, solo porque es mi discípulo, en verdad os digo que no perderá su recompensa».

Qui no pren la seva creu no és bo per venir amb mi



JORDI LATORRE, SDB

Director de l'ISCR Don Bosco

La perícopa evangèlica d'avui constitueix la quarta i última part del llarg discurs de la Missió, que l'evangelista Mateu posa en boca de Jesús (c. 10). Després d'oferir el contingut i la metodologia missionera i d'haver advertit de la persecució que espera al missioner, Jesús ens exhorta ara al seguiment radical.

L'anunci de l'Evangeli des dels seus inicis provoca l'acceptació d'uns pocs i el rebuig de molts. D'aquesta manera l'Evangeli és causa de divisió entre les persones i entre les famílies. Uns s'adhereixen, altres ho rebutgen.

Jesús es converteix en signe de contradicció, segons vingui considerat. Acceptar-lo a ell implica col·locar-lo per sobre dels vincles i dels afectes familiars, fins i tot els més estrets i sagrats: «Qui estima el pare o la mare més que a mi no és bo per venir amb mi... Qui no pren la seva creu i m'acompanya, no és bo per venir amb mi... Qui perdi la seva vida per mi la retrobarà.»

La radicalitat de l'Evangeli obre la porta a la realitat de la fe. I la fe és, sobretot, assumpció de la persona de Jesucrist i del seu missatge de salvació, l'Evangeli. Un missatge que il·lumina la pregonesa del cor del creient, que pel baptisme s'ha apartat de les tenebres de l'error i ha esdevingut fill de la llum, a imatge de Jesucrist.

Però, al mateix temps, Jesús s'identifica amb la persona del deixeble i amb el seu destí: «Qui us acull a vosaltres m'acull a mi... Qui doni un vas d'aigua fresca a un d'aquests petits, només perquè és el meu deixeble... no quedarà sense recompensa.»

I és que, per la fe i el baptisme, ens identifiquem amb Jesucrist i amb el seu destí de passió i de glòria; i ell s'identifica amb nosaltres, fins al punt que, en nosaltres, es fa present als altres.

Per això ens resulta important i imprescindible alimentar-nos cada matí de la Paraula i del Cos de Jesús, per poder ser per al món signes i portadors del seu Evangeli de salvació.



VIDA DIOCESANA

Activitats del Sr. Bisbe

Aquest diumenge, 28 de juny. Presideix la celebració de l'Eucaristia a la Catedral.

Dilluns 29, a les 19 h. Missa patronal a la parròquia de Sant Pere de Terrassa.

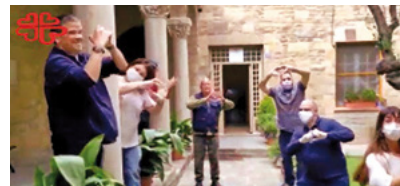
Diumenge 5 de juliol, a les 12 h. Missa a la Catedral en honor dels sants patrons de Terrassa: Sant Pere, Sant Cristòfor i Sant Valentí.

Notícies

Jornada sacerdotal a la diòcesi de Terrassa. El divendres 19 de juny, solemnitat del Sagrat Cor de Jesús, a les 12 del migdia, Mons. Saiz Meneses va presidir a la Catedral la Missa, concelebrada pel seu Bisbe auxiliar



i el clergat diocesà. Els preveres varen renovar les promeses sacerdotals, que no es pogueren fer en la Missa Crismal. El Sr. Bisbe va recordar els dos preveres morts a causa de la Covid-19: Mn. Narcís Ribot Trafí i Mn. Albert Torrent Pérez. Es va homenatjar i felicitar els preveres que enguany celebren el seu jubileu sacerdotal de 50 i 25 anys d'ordenació. Celebra les Noces d'Or: Mn. Ramon Gracia Miquela; i les Noces d'Argent: Mn. Jordi Fàbregas Oliván, Mn. Josep Gassó Lécera i Mn. Josep Monfort Mengod.



Centre Sara. El Centre Sara, ubicat a Sabadell, és un centre residencial per a persones en situació sense llar afectades pel VIH-sida depenent de Càritas. Durant el temps d'alarma, tècnics i participants han mantingut una bona convivència, malgrat que han hagut de deixar de fer algunes tasques en no poder sortir al carrer. Després del temps de confinament, han pogut sortir i han celebrat Sant Joan amb una revetlla alegre i fes-

tiva seguint les mesures preventives per la Covid-19.

En la pau de Crist

La Gna. Remei Carré Soler, Germaneta de l'Assumpció, morí a Terrassa el 19 de juny de 2020, als 91 anys d'edat.

Agenda

Fundació Mare de Déu de la Salut. El dimecres 1 de juliol, a les 18 h, Mons. Saiz Meneses presideix la reunió del Patronat de la Fundació Mare de Déu de la Salut que vetlla pel funcionament i les activitats del santuari diocesà.

Fundació d'Escoles Diocesanes i Parroquials. El dijous 2 de juliol, a les 12 h, Mons. Saiz Meneses presideix la reunió del Patronat de la Fundació d'Escoles Diocesanes i Parroquials, que agrupa les escoles de la diòcesi.

Missa dels sants patrons de Terrassa. El diumenge 5 de juliol, a les 12 h, Mons. Saiz Meneses presidirà la Missa

en honor a Sant Pere, Sant Cristòfor i Sant Valentí, patrons de la ciutat de Terrassa.

Ordenació de diaques. El diumenge 12 de juliol a les 18 h, a la Catedral, Mons. Saiz Meneses conferirà el sagrat orde del Diaconat als seminaristes Enric Catalán, Gustavo Lezama, Jean Damascène Rutaysire i Àlex Serra.

Ordenació de Prevere. El diumenge 19 de juliol a les 19 h, a la parròquia de la Mare de Déu del Carme de Terrassa, Mons. Saiz Meneses ordenarà de Prevere, Fra Bladimir Ramos Ramos, O. Carm.

Jornada de pregària pels afectats de la pandèmia. Seguint la proposta de la Comissió Executiva de la Conferència Episcopal Espanyola, la diòcesi de Terrassa celebrarà una jornada pels afectats de la pandèmia. Serà de pregària pels difunts, d'agraïment per tot el treball i el sacrifici de tantes persones durant aquest temps, i de solidaritat davant la crisi social i econòmica que ha provocat aquest flagell. Amb aquest motiu, Mons. Saiz Meneses presidirà la Missa a la Catedral, el diumenge 26 de juliol a les 20 h.

REMAD MAR ADENTRO

† JOSEP ÀNGEL SAIZ MENESES
Obispo de Terrassa

«Todo lo puedo en Aquel que me conforta» (Flp 4,13)

La crisis del coronavirus nos pone a prueba como individuos y como sociedad. Aunque hemos vuelto a la «nueva normalidad», no dejamos de experimentar ante el futuro un cierto miedo e incertidumbre. Además, cuando parece que la pandemia está bajo control, se producen rebrotes que hacen saltar las alarmas y vuelven a generar temor y ansiedad. En estos momentos es muy importante la capacidad de adaptación y resiliencia de la que ha hecho siempre gala el ser humano para superar las adversidades y, además, salir fortalecido.

San Pablo nos ofrece un texto muy iluminador en la carta que escribe a los cristianos de la ciudad de Filipos mientras se encuentra en la cárcel, posiblemente en Roma, sintiendo ya próxima su muerte. Agradece a aquella comunidad la ayuda que le ha procurado en diversas ocasiones, y lo hace con un

mensaje muy profundo. Dice así: «Aunque ando escaso de recursos, no lo digo por eso; yo he aprendido a bastarme con lo que tengo. Sé vivir en pobreza y abundancia. Estoy avezado en todo y para todo: a la hartura y al hambre, a la abundancia y a la privación. Todo lo puedo en aquel que me conforta» (Flp 4,11-13).

El texto habla de su total disponibilidad y adaptación a las distintas circunstancias que le han tocado vivir. No lo hace por puro autocontrol, al estilo de los filósofos estoicos de su época, sino para predicar el evangelio. Es un buen ejemplo de cómo el cristiano no debe instalarse en la comodidad, no debe acomodarse en una forma determinada de vida, ni tampoco despistarse con los encantos del camino, o paralizarse ante las dificultades, que también se harán presentes.

La clave del texto está en el versículo 13: «Todo lo puedo en aquel que

me conforta». Y esto se aplica en todos los lugares, en cualquier momento, en todos los sentidos, ya sea para vivir con poco o para no dejarse deslumbrar por lo mucho. Lo importante es la presencia de Cristo, que conforta y ayuda; por eso es preciso poner el punto de apoyo en Él, no en una forma determinada de vida como si esa forma fuera decisiva por sí misma.

En los momentos de desgracias y reconstrucción es bueno recuperar el concepto de resiliencia. Se refiere a la capacidad de las personas para sobreponerse a los contratiempos, para hacer frente a las adversidades de la vida, adaptarse, superarlas e, incluso, salir fortalecidos. No sólo es resistir ante las dificultades, sino tomar un nuevo impulso para llegar a ser mejores y más fuertes. La resiliencia se compone de resistencia ante la adversidad y de capacidad para for-

jar un comportamiento vital positivo.

Desde el ámbito de la psicología los expertos hacen diversas recomendaciones para potenciar la resiliencia: establecer relaciones sólidas, evitar ver los problemas como obstáculos insuperables, aceptar que el cambio forma parte de la vida, poner metas y avanzar hacia ellas, llevar a cabo acciones decisivas, no perder nunca la esperanza, cultivar una visión positiva de sí mismo y cuidarse, ensanchar el horizonte vital para relativizar las causas del dolor, etc.

El creyente, por encima de todo, construye y reconstruye su vida sobre el cimiento de Cristo, desde la fe, la esperanza, y el amor, desde la voluntad de trabajar por un futuro mejor. Ahora estamos viviendo un momento especialmente doloroso a causa de la crisis sanitaria y económica, que deja muchas personas y familias en una situación precaria. Que no nos falte, pues, la firmeza para superar las dificultades, la capacidad de adaptación a las nuevas situaciones, y la confianza en el Señor, porque sabemos que con Él seremos capaces de superar todas las pruebas por difíciles que parezcan.