



Llega el final del año, y desde el Servicio de Atención Espiritual y Religiosa de la Clínica queríamos ofrecer una visión positiva de la vida. Seguramente han sido muchos acontecimientos vividos a lo largo de estos meses, algunos son recordados con cariño e ilusión y otros, quizás no son tan buenos. Pero todos han formado parte esta etapa nuestra vida. En este último mes del año, queremos hacernos eco de la Carta del Superior General Jesús Etayo O.H a todos los que formamos parte de la Familia Hospitalaria y deseamos a todos una FELIZ NAVIDAD y un PRÓSPERO AÑO NUEVO.

www.nuestraseñoradelapaz.es

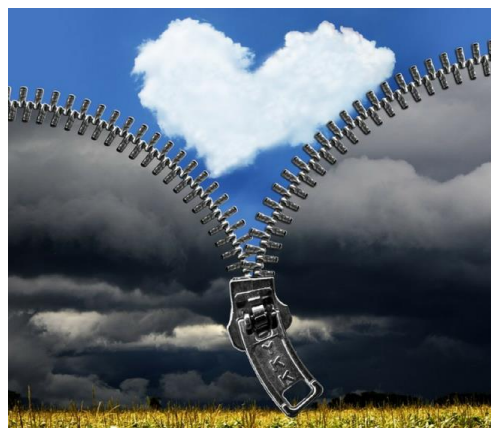
PENSAMIENTO POSITIVO

Un niño a quien se le manda el mensaje de que es malo, tendrá muchas dificultades para verse a sí mismo en positivo. Las relaciones (positivo vs. negativo), (lado oscuro vs. lado brillante) no tienen por qué ser diametralmente opuestas, sino que pueden estar conectadas íntimamente a través de un proceso de tesis-antítesis-síntesis. La idea de **buena vida**, no implica solo cultivar la gratitud u otras fortalezas del carácter, desarrollar optimismo o tener experiencias de plenitud, sino que también tiene que ver con el **afrentamiento positivo** mediante el tratamiento de la culpa, el disgusto o la envidia, aceptando estas emociones pero comprometiéndose, a seguir teniendo metas congruentes con los propios valores para tener una vida plena y con significado.

Caminar en positivo implica: mejora de la educación infantil, haciendo un mayor uso de la motivación intrínseca, afecto positivo y la creatividad dentro de las escuelas; mejora de la psicoterapia mediante el desarrollo de enfoque que hace hincapié en la esperanza, significado y autocuración; mejora de la vida familiar por una comprensión de la dinámica del amor y el compromiso; mejora de la satisfacción del trabajo durante toda la vida por ayudar a las personas a encontrar gratificaciones auténticas en el trabajo, la experiencia de estados de flujo, y a realizar buenas aportaciones; mejorar las organizaciones y la sociedad descubriendo qué condiciones aumentan la confianza, la comunicación y el altruismo de las personas. Pensar en positivo ayuda a conocerse mejor a sí mismo y a progresar en la dedicación a los demás en sus vulnerabilidades y limitaciones...

Todos somos conscientes que las situaciones que vivimos diariamente tienen diferentes lados, caras. Aunque seguramente no todos somos conscientes de cómo realmente son todos esos lados. Normalmente nos quedamos con el lado bueno y el lado malo. En función de cada uno y de la actividad, daremos más peso a uno o a otro. Aunque es bastante habitual tratar de eliminar el lado malo. Admitimos diversidad de versiones o rostros. Seguramente tanto buenos como malos, aunque seguramente el etiquetarlos sea el primer error que muchos cometemos.

Estamos habituados a hablar y oír hablar de ellos. Pero, en toda situación, hay algo de positivo. El cubo tiene seis caras, suele apoyarse en la inferior, por lo tanto es preciso saber aceptar la base del cubo, aunque no se vea como las otras. Pensar en positivo es aceptarse y aceptar. Pensar en positivo es **ser hospitalarios** y poseedores de una gran dosis de humanización.



ACEPTARSE PARA ACEPTAR

FELIZ NAVIDAD 2017



A TODOS LOS MIEMBROS DE LA FAMILIA DE SAN JUAN DE DIOS

Mis queridos Hermanos, Colaboradores, Voluntarios y amigos:

Cercana la Navidad quiero enviaros mi felicitación y mis mejores deseos de salud y de paz a toda la Familia Hospitalaria de San Juan de Dios en todo el mundo. Dios renueva su compromiso de luz y esperanza con todos los seres humanos, encarnándose en el seno de la Virgen María y naciendo en una familia humilde que le acogió con profunda fe y hospitalidad. (...)

La Familia de Nazaret es un modelo y un ejemplo para todas las familias, pero sin idealizaciones. Seguramente sus padres tuvieron momentos en los que les costó entender a su hijo y cómo es lógico pensar, pasarían las dificultades propias de cualquier familia. Quiero recordar en esta Navidad a todas las familias del mundo y en concreto a la de cada uno de nosotros. A todas las invito a mirar a la Familia de Nazaret, sin idealizaciones, con realismo, con fe y sobre todo con amor verdadero, el que pone siempre delante al otro, al hijo, al esposo, a la esposa. Que saben afrontar los momentos difíciles anclados en ese amor, que están abiertos a la vida, especialmente a cuidar, educar y amar a los hijos con su ejemplo y testimonio, que es lo que verdaderamente educa. Gracias a todas las familias que así intentan vivir cada día, incluso en medio de situaciones complicadas y de sufrimiento producido por cualquier tipo de causa.

En esta Navidad deseo hacer una mención especial a nuestra Familia Hospitalaria de San Juan de Dios, para la cual también la Familia de Nazaret es un espejo en el que mirarnos y un ejemplo a seguir. Convocados por el carisma y la misión de la hospitalidad de San Juan de Dios, somos llamados como María y José a acoger al Niño Dios que quiere nacer en cada uno de nosotros y en cada una de nuestras Obras para dar luz y esperanza a los enfermos y a los que sufren. Este es el plan de Dios para nuestra Familia. Esta es la aportación que la Iglesia y el mundo espera de nosotros. Gracias a todos por vuestro empeño y por hacer posible que la buena nueva que nos trae la Navidad, se refleje cada día en la vida de nuestra Orden y de nuestra Familia Hospitalaria. (...)

Deseo para todos, Hermanos, Colaboradores, Voluntarios, Bienhechores y amigos de la Orden, enfermos y asistidos en nuestros Centros, unas felices fiestas de Navidad y un próspero año nuevo 2018. Igualmente para todas vuestras familias. Para todos los Hermanos y Colaboradores que estos días estaréis junto a los enfermos y a las personas asistidas también el Día de Navidad, mi más sincero agradecimiento y felicitación.

¡En nombre de toda la Familia Hospitalaria de San Juan de Dios de la Curia General, Hermanos y Colaboradores, os deseo a todos una Feliz Navidad llena de Hospitalidad!

Fra Ferrn Etayo

Superior General

PARA PENSAR

Lo positivo va más allá de lo puramente placentero. Lo positivo se fija en la presencia de algo que se parece a serenidad, alegría, relaciones asertivas y también aquello que se considera valioso como el progreso constructivo. *(Plumed, C)*

EL RINCÓN DEL COLABORADOR

En un minuto puedes cambiar todo tu día. Seguro que muchas veces hemos escuchado esta frase, pero no nos paramos a pensar lo que significa. Estamos acostumbrados a escuchar todo tipo de críticas y frases negativas, incluso de nosotros mismos. No podemos anticipar nada, tendemos a pensar siempre en lo malo, y a pasarlo mal en momentos que no "nos toca". Sólo para un minuto. Mira a tu alrededor y ve todo lo bueno que tienes. Repítelo cada mañana y afronta la vida con una sonrisa. Cuando tenemos un pensamiento negativo, nos puede llegar a doler el cuerpo, podemos llegar a tener angustia, "un nudo en el estómago". Cambia ese pensamiento por uno positivo, toda esa angustia, ese dolor desaparece. Para, respira y sé feliz. Te lo mereces.

Laura Egido

*Enfermera de primera planta.
Clínica Nuestra Señora de la Paz.*