



Este mes de Junio el Servicio de Atención Espiritual y Religiosa (SAER) de la Clínica, propone una serie de propuestas para pasar este tiempo de verano, pues ¡hasta el aburrimiento es terapéutico! Además de hacer otras cosas, descansar, disfrutar de la familia y amigos, la naturaleza, se nos proponer ser hospitalarios acogiéndonos a nosotros mismo y a los demás con generosidad. Un valor tan necesario hoy en día en nuestra sociedad. Si logramos ser generosos, estaremos creciendo en humanidad, ayudando a crecer a los demás e invirtiendo en alegría, porque lo que damos de corazón nos vuelve multiplicado.

www.nuestraseñoradelapaz.es

PROPUESTAS PARA EL VERANO

**“Querida, vivimos en una época de transición, dijo Adán mientras acompañaba a Eva fuera del Paraíso”
(William Ralph Inge)**

**“Produce una inmensa tristeza pensar que la naturaleza habla mientras el género humano no escucha “
(Victor Hugo)**



Hay personas que durante los periodos de descanso, sean de fines de semana o vacaciones, se aburren: Sólo los aburridos se aburren. ¡Pues, si te aburres eres un holgazán! Contra el aburrimiento, sólo el trabajo tiene eficacia. Las diversiones no son más que un paliativo. El aburrimiento es la suprema expresión de la indiferencia (Ricardo León). Sin embargo, aburrirse en un momento adecuado, es signo de inteligencia y se puede aconsejar hacer el ejercicio de no hacer nada e intentar aburrirse: es terapéutico. Para evitar estas situaciones molestas, se brindan unas sugerencias que nos pueden servir para pasar un buen verano, dentro de lo posible. No se ordenan por su importancia sino solamente por orden de aparición alfabética:

- **Asignaturas pendientes:** Siempre hay cosas pendientes para hacer en las vacaciones del verano: estudiar algo suspendido, pintar la casa, arreglar las instalaciones, visitar un museo,... cosas que no se han hecho durante el resto del año. Pero ante todo no estresarse. Hay que viajar, hay que alternar, pero con moderación.
- **Cambio de ocupación:** Las vacaciones deberían ser un cambio de ocupación; el cambio es siempre agradable aunque en un primer momento cueste bastante... Nadie puede ser esclavo de su identidad; cuando surge una posibilidad de cambio, hay que cambiar. Vivir es cambiar, y ser perfecto equivale a haber cambiado muchas veces y ¡ay de aquel que no lo hace! Además es higiénico cambiar de hábitos, de prácticas, de perspectivas, pues “un individuo que no cambia debe aburrirse de sí mismo” (J. Tannery). El hombre absurdo es el que no cambia nunca.
- **Descansar.** Practicar el ocio: Hay autores que llegan a decir que la medida y la calidad de la civilización interior de un hombre es su habilidad para el ocio creativo. Ser capaz de ocupar inteligentemente los ocios es el último producto de la civilización según B. Russell. ¿Qué ocio (otium)? Cualquiera que no sea negocio (nec-otium), y el que a cada cual le ayude a progresar y divertirse bien y haciendo el bien.
- **Disfrutar con la familia:** Toda nuestra vida depende de las personas con las que vivimos familiarmente. A veces nos las encontramos, otras las buscamos, empatizamos, nos comprometemos y avanzamos en el crecimiento mutuo. Puede darse, y es bastante frecuente que, en la propia familia aparezcan durante los veranos situaciones tensas o dolorosas. Pues incluso en estos momentos habremos de estar a la altura de resolver los problemas directa y adecuadamente.
- **Disfrutar de la naturaleza, admirar e interiorizar con el silencio:** La armonía total de este mundo está formada por una natural aglomeración de discordancias (Séneca). La naturaleza no es una madre, sino una hermana. El mundo es un libro hermoso, que muy poco vale para el que no sabe leer. El hombre que no admira nada, que no sabe admirar, es como unos lentes sin ojos detrás (Th. Carlyle). La admiración no interroga nunca, con admirar comprende (J. Benavente).
- **Ser hospitalarios:** Con nosotros mismos y con los demás, amándonos y acogiéndonos.

TODO LO QUE DAS DE CORAZÓN, VUELVE MULTIPLICADO

En el año Litúrgico, volvemos a retomar el tiempo ordinario, después de haber vivido y celebrado el tiempo de Pascua y Pentecostés; llega un periodo largo hasta el mes de Noviembre, momento en el que llegará el Adviento. Las lecturas de los Evangelios, tanto las diarias como las dominicales, nos irán nutriendo y animando, para ir salvando las dificultades que se presenten en el día a día. ¿Cómo debemos vivir los cristianos en la sociedad actual, que vive de espaldas a Dios? No es fácil, en una sociedad que entre otras modas, imperan el relativismo y lo políticamente correcto, entre otros “ismos”. Estas modas nos pueden arrastrar a situaciones personales anodinas y carentes de vida. Frente al “dejarse llevar” ya sea por ocultar actitudes egoístas, por comodidad o falta de compromiso, podemos poner de moda la generosidad. Como indica José Antonio San Martín: Hay creyentes que ante los problemas de la sociedad sólo ven lo negativo. El Papa Juan XXIII, ya en 1962, decía: “Nos parece justo disentir de estos falsos profetas, avezados a anunciar siempre infaustos acontecimientos, como si el fin de los tiempos fuese inminente”. El mensaje de Jesús no es pesimista. Es una propuesta de esperanza. Y eso lo da el ser “personas-cántaros” que damos de beber a los demás. Y ese agua es la alegría, la esperanza, la generosidad, la Pascua. No nos dejemos robar la alegría de la Pascua. Llamamos generosidad a la inclinación que tiene una persona a dar y compartir con los demás, por encima del propio interés o la utilidad. Se trata de una virtud. Su conducta se basa en reconocer las necesidades del prójimo y tratar de satisfacerlas en la medida de sus posibilidades.

La generosidad no sólo debe de estar asociada al dinero o a lo material. Un individuo puede ser generoso con su tiempo y dedicarse a múltiples labores solidarias, sin pedir nada a cambio. La generosidad busca siempre el bien común de la sociedad. La persona generosa en este sentido, hace lo que cree correcto y justo. Como muchos valores, la idea de generosidad puede variar en función de cada persona. Si nos lo proponemos de



corazón, todos podemos ser “personas-cántaros”, que facilitan la vida a los demás. Siendo generosos en nuestras relaciones sociales, laborales, o familiares, practicando la empatía, poniéndonos en la

piel del otro, en definitiva siendo facilitadores de vida. Si logramos ser generosos, estaremos creciendo en humanidad, y ayudando a crecer a los demás, estaremos alegres, porque lo que damos de corazón nos vuelve multiplicado, y además estaremos construyendo una sociedad más justa, menos hosca, y más alegre.

PARA PENSAR

“Si todo el año fuera alegre vacación, divertirse resultaría más enojoso que trabajar” **(W. Shakespeare)**

“La contemplación de la naturaleza me ha convencido de que nada de lo que podemos imaginar es increíble” **(Plinio el Viejo)**

EL RINCÓN DEL COLABORADOR

La generosidad, es un gesto absoluto de doble dirección, dónde la clave reside en saber escuchar al otro, no siendo tan importante lo que queremos dar u ofrecer sino más bien, lo que para el otro es importante y necesita de nosotros.



La generosidad, la noble, la altruista, la humana, la sincera... la que nos ayuda a construir una confianza natural en nosotros mismos, es un concepto completamente recíproco, lejos (aunque en ocasiones confundido) del matiz económico, que debemos aplicar en el día a día de nuestro entorno, sin caer en la cuenta siquiera de que “estamos siendo generosos”.

Es entonces siendo así, cuando únicamente todo lo que demos con el corazón, nos será devuelto multiplicado.

Lucía Sánchez

Animadora Sociocultural
Clínica Nuestra Señora de la Paz