



Desde el Servicio de Atención Espiritual y Religiosa (SAER) de la Clínica estrenamos año profundizando y reflexionando sobre la fortaleza, sin duda una virtud muy necesaria en este momento. Son muchos los momentos históricos que estamos viviendo (quizá demasiados en poco tiempo) pero descubrirnos capaces de superar todas estas situaciones nos muestra que somos más fuertes de lo que imaginamos. Pero recordemos que no estamos solos, compartir nuestros miedos y debilidades nos ayuda a crecer en fortaleza y sosiego. Tenemos este mes una especial mención a la Virgen María, Reina de la Paz, festividad que celebraremos el 24 de enero.

[www.nuestraseñoradelapaz.es](http://www.nuestraseñoradelapaz.es)

## LA FORTALEZA COMO BASE SEGURA

**“El que vence a los demás es fuerte; el que se vence a sí mismo es poderoso” (Lao Tse).**

El porqué de la fortaleza hoy: Aristóteles y santo Tomás relacionan la necesidad de la fortaleza con la realización del bien, que implica superación de las dificultades. Estamos obligados a ser fuertes por varias razones, como las que siguen.

a) Como una condición existencial personal. J. Pieper considera a la vulnerabilidad como presupuesto de la fortaleza. Un ángel no puede ser fuerte, porque no es vulnerable; el ser humano puede serlo, porque es vulnerable. En otras palabras, ser fuerte significa saber aceptar una herida, es decir, cualquier suceso que sea negativo, doloroso, dañino, angustiante, opresivo.

b) Como condición existencial social. Los contrastes y las inquietudes, las injusticias y los desequilibrios de este mundo nuestro contemporáneo, oprimido además por la amenaza de la autodestrucción, mientras que, por otra parte, nos confirman que sigue manteniéndose viva la aspiración a la justicia, a la paz, a un desarrollo de las personas y de las naciones digno del ser humano. Esto hace necesario y urgente, como nunca antes en la historia, el compromiso de todas las fuerzas humanas.

c) Y tenemos que educarnos para la fortaleza. Ya que es necesario redefinir hoy sus contornos aprovechando las lecciones del pasado y abriéndose a las nuevas condiciones de vida personales y sociales. Frente a las continuas amenazas a que se ve sometida la vida, tanto biológica como moral, crecen las situaciones de ansiedad y de angustia. El riesgo de perder la identidad y de caer en el sinsentido, exige que la fortaleza sea ante todo lucha por **la defensa de la propia dignidad de hombres**. Por otra parte, las situaciones de creciente injusticia y de desequilibrio económico, suponen que tiene que traducirse en una forma concreta de proyección en lo social, dirigida a dar una solución a los graves problemas que pesan sobre la vida.

d) Sin olvidar algunas de estas sugerencias que pueden resultar ilustrativas:

- Exagerar la fuerza es descubrir la debilidad. La fortaleza crece en proporción a la carga (Thomas W. Higginson).
- Los débiles son crueles. La dulzura solo puede esperarse de una persona fuerte. Terribles son las debilidades de la fuerza. Los débiles no perdonan. El perdón es un atributo de las personas fuertes.
- Excelente cosa es tener la fuerza de un gigante; pero usar de ella como un gigante es propio de un enano (W. Shakespeare).
- No hay árbol recio ni consistente sino aquel que el viento azota con frecuencia (Séneca). Lo blando es más fuerte que lo duro; el agua es más fuerte que la roca, el amor es más fuerte que la violencia (Hermann Hesse).
- Solo el esfuerzo continuo y la lucha permiten obtener la fuerza y el crecimiento. El mundo es un gimnasio al que llegamos débiles y que nos permite hacernos fuertes.
- La falta de sinceridad es siempre debilidad; la sinceridad, incluso en el error, es fuerza (George H. Lewes).
- La fuerza no consiste en ganar. La fuerza consiste en elegir las batallas y decidir no rendirse.
- Cuanto más se sujetan los pensamientos, más se concentra la mente, y consecuentemente gana más fortaleza y poder (Swami Sivananda).



## EN MI DEBILIDAD ME HACES FUERTE

Acabamos de estrenar el nuevo año. Un año que se presenta cargado de esperanza, pensando en superar la pandemia del Covid-19, que tantos estragos ha ocasionado en el 2020. Cada nuevo año llegamos a él con renovadas o nuevas ilusiones; siendo conscientes de que los 365 días que tenemos por delante traerán buenos y malos momentos. Pero miremos el futuro con esperanza, pidiendo al Señor, el don de la fortaleza, dicha virtud resulta fundamental en estos días, la pandemia de alguna forma nos ha sacado de nuestra situación de confort y nos ha hecho más vulnerables. **Necesitamos el don de la fortaleza para encarar con éxito los retos que nos esperan en este nuevo año**, y para restañar las heridas, sobre todo emocionales que han arraigado en tantos hermanos. Según el catecismo actual: La fortaleza es la virtud moral que asegura en las dificultades la firmeza y la constancia en la búsqueda del bien. Reafirma la resolución de resistir a las tentaciones y de superar los obstáculos en la vida moral. La virtud de la fortaleza hace capaz de vencer el temor, incluso a la muerte, y de hacer frente a las pruebas. Necesitamos fortaleza de ánimo. El Señor nos dice: “En al mundo tendréis tribulación. Pero ¡ánimo!: Yo he vencido al mundo” (Jn 16, 33). Y el Papa Francisco nos dice: “El Señor viene siempre a sostenernos en nuestra debilidad y esto lo hace con un don especial: el don de la Fortaleza. Sin embargo no debemos pensar que este don es sólo para las circunstancias extraordinarias; también en nuestra vida de cada día el Espíritu Santo nos hace sentir la cercanía del Señor, nos sostiene y fortalece en las fatigas y pruebas de la vida, para que no nos dejemos llevar de la tentación del desaliento, y busquemos la santidad en nuestra vida ordinaria, es necesario que al don de la fortaleza se le una la humildad del corazón”.

En la oración, desterramos los temores, el miedo, en nuestra vida. Los cristianos vivimos con la seguridad que nos aporta nuestra Fe en Jesús, que es la base para vivir sin miedo, pues con miedo es muy difícil crecer, el miedo nos atenaza, nos disminuye a nivel personal. Confiemos en que Dios no quiere que seamos superhéroes, quiere que confiemos en su gracia y nos fiemos de su Amor. Ante las dificultades del día a día, situaciones límites, incluso desesperadas, el Señor nos ayuda con el don de la Fortaleza. San Pablo nos dice: “Vivo contento en medio de mis debilidades. Cuando soy débil, entonces soy fuerte”.

Conscientes de nuestra debilidad y limitaciones, confiemos en la oración y pidamos ayuda a nuestra gran mediadora, la Virgen María, Reina de la Paz y estrella de esperanza. La Madre de Dios y Madre nuestra sabe tomar consigo nuestro dolor, consolar, velar y sanar. En enero en la Clínica celebramos Nuestra Señora de la Paz, la que fue protectora continua de San Juan de Dios llamada por él “la siempre entera”, y honrada muy de continuo por el rezo del rosario. Aquella que desde los inicios de la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios ha sido protectora especial, patrocinio de los Hijos de Juan de Dios y Buen Consejo en su quehacer diario junto al enfermo, en su anuncio de salvación y paz para el que sufre, para el que se siente solo. Desde ahí y como tierra de la mejor cosecha germina en nuestra Provincia religiosa esta advocación de Nuestra Señora de la Paz.

### PARA PENSAR

“La fortaleza es capacidad de reaccionar ante las situaciones deshumanizantes y empeño en promover, en todos los ámbitos, los derechos humanos fundamentales” **(G. Piana)**.

### EL RINCÓN DEL COLABORADOR

La otra noche estuve viendo en la televisión *Gladiator* y al terminar uno de mis hijos me planteó la fortaleza que tenía el protagonista al poder superar las situaciones duras que le surgían ante el enfrentamiento con el César.

Qué fácil nos es ver en la ficción un don tan fundamental en el ser humano y qué poco somos capaces de reconocerlo en nuestro día a día y más en estos tiempos que estamos viviendo, al ser capaces de superar la realidad que se nos plantea en nuestras vidas: saber renunciar a pasar tiempo con nuestros familiares para no contagiarles, decir que sí a una vacuna para el mayor bien, ser capaces de acercarnos a ese vecino que necesita ayuda, acudir a nuestros puestos de trabajo y poner nuestra mejor sonrisa aunque estemos preocupados,...

Ahora nos toca vivir agarrándonos a nuestros pilares fundamentales amor, familia, religión y por qué no en la fortaleza que nos ayuda a seguir nuestro camino, saltando las piedras que nos vamos encontrando sin echar la vista atrás sino mirando lo que está por llegar con alegría y decisión.

**África Enciso**  
Terapeuta Ocupacional