



En esta nueva entrega queremos reflexionar desde el Servicio de Atención Espiritual y Religiosa (SAER) de la Clínica sobre las cosas que amamos. Nos encontramos en tiempo de Pascua, donde la vida ha vencido a la muerte. La propuesta es vivir desde el amor, pero no como una simple teoría, sino como una vivencia profunda, agradecida y comprometida con todos. Sintamos desde la libertad ese amor compasivo y misericordioso que reconcilia y sana; donde podemos descubrirnos y encontrarnos, tal y como hizo en su momento San Juan de Dios.

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

## SOMOS LO QUE AMAMOS, SIENDO LIBRES

Lo que está en nuestro poder hacer, también está en nuestro poder no hacerlo (Aristóteles).

Donde mora la libertad, allí está mi patria (Benjamín Franklin).

Hemos oído muchas veces cuanto sigue o algo parecido: dime con quién andas y te diré quién eres; donde está tu tesoro allí está tu corazón; pienso luego existo; es libre el que vive según su elección (Epicleto); el hombre sabio querrá estar siempre con quien sea mejor que él. ¡Nunca con menos se dice más!

“Si quieres lo que no has menester, eres necio; si lo que otros tienen, eres malo; si lo imposible, eres loco” (Quevedo). “Cuantas menos necesidades sintáis, más libres seréis” (Cesare Cantú). Hasta aquí para cada uno en su interior. Pero hay que salir fuera, porque la existencia más allá de la propia mente también existe: el resto del universo. Si pensar es conversar con uno mismo, está bien. Pero uno puede ver, mirar, observar, experimentar, es decir conversar con la realidad exterior.

Y una idea puede regresar a la mente cambiada por el solo hecho de haber salido y dar una vuelta por el resto del universo. Una mente puede influir en otra al intercambiar ideas, al conversar... También, cada cual percibe un resto del universo distinto, según el lugar que ocupa, el momento que vive y su propia historia, ya que todo es relativo, pues no conviene olvidar que “el sol sale por el este y al mismo tiempo se pone por el oeste; la cosa vive al mismo tiempo que muere” (Hui Tzu alrededor de 370-310 a.C.). Es cuestión de hacia dónde miramos. Ser lo que se es, y amar lo que se ama, depende de la propia libertad. Aunque algunos afirman que “la libertad es incompatible con el amor; un amante es siempre un esclavo” (A.L. Germaine y Madame de Staël). Porque “quien vive temeroso no será nunca libre” (Horacio). La libertad es una oportunidad de ser mejores y es interior. La libertad está en ser dueño de tu vida, en no depender de nadie nunca, en subordinar la vida sólo a la propia voluntad [...] No se es rico por aquello que se posee, sino mucho más por aquello de lo que uno puede prescindir con dignidad. Y pudiera ser que la sociedad se enriqueciese en la medida en que se empobreciera y que ganara en la medida en que perdiese (Cf. Immanuel Kant).

“Nuestra sociedad ha llegado a un momento en que no adora al becerro de oro, sino al oro del becerro” (Antonio Gala). Ahí está su corazón. Llegados a este punto, es preciso, si queremos ser lo que amamos, tener claro que **todo hombre posee en sí mismo un continente de carácter no descubierto**. Y tenemos que ser Colón de la propia alma. De esta forma, su descubrimiento nos proporciona la estabilidad para seguir estando, la adaptabilidad para seguir viviendo y la creatividad para seguir conociendo, y amando en libertad.



## UN TESTIMONIO DE AMOR

Nos encontramos en el tiempo litúrgico de Pascua, los cristianos celebramos que Jesús, Nuestro Señor, ¡ha resucitado! El Papa Francisco continuamente nos invita a la alegría, sólo por el hecho de creer, mucho más en este tiempo especial de esperanza; donde nos pide que demos gracias al Señor, y que nos ayude a transformar las tinieblas de nuestra vida en luz, para poder practicar el amor y la misericordia, con todas las personas de nuestro entorno. Escribiendo sobre la Pascua y recordando el tema de esta Hoja Informativa de Pastoral, “Amamos lo que queremos”, me preguntaba ¿qué puedo hacer para contagiar alegría y esperanza?... sin alharacas, sin esfuerzos, de forma natural. Haciéndome preguntas como ésta, recordé un encuentro de preparación para la Pascua que viví hace unos años.

Era tiempo de Cuaresma, y por tal motivo invitaron para dar una charla al cardenal Carlos Amigo, en una residencia, del colegio religioso donde está ubicada, creada por antiguas alumnas. De aquel ameno y pedagógico encuentro me quedé con varias frases: **mi cara no me pertenece, pertenece a los demás.** No sólo no la he olvidado, sino que me viene a la mente, en muchas ocasiones. Es cierto, no nos vemos nuestra cara, la ven los demás, y en este punto quiero compartir algunas reflexiones, partiendo de mis vivencias. Cuando alguien me dice: podrías reírte alguna vez, o me pregunta, ¿te pasa algo?, ¿estás malo?, o me suelta estás muy tenso; si además quien te lo dice, es alguien de tu entorno y que te quiere, algo está pasando y es muy sencillo, lo que está ocurriendo es que mi cara en ese momento puntual, por los motivos que sean, la están sufriendo los demás, la están padeciendo. Si somos conscientes de esta circunstancia, tendremos que trabajar nuestras actitudes, nuestro carácter, procurando siempre vivir aceptándonos y aceptando a los demás, a pesar de nuestras limitaciones, que no son pocas.

Un equilibrio emocional nos aportará la paz y serenidad, para tener en cuenta al otro, valorarle y escucharle, hasta ser capaces de ponernos en su lugar, “calzarnos sus zapatos”. La sabiduría popular nos recuerda, que **la cara es el espejo del alma.** Hemos de procurar desde nuestra paz interior, crecer en humanidad, y de forma natural ofrecer al prójimo una cara amable, teniendo en cuenta nuestro carisma, una cara acogedora, creo que nos merecemos entre todos disfrutar de caras acogedoras. En la medida que consigamos esto estaremos viviendo, no en cuaresma, que fue el tiempo en el que se produjo esta anécdota, sino que habremos hecho de nuestra vida, a través de nuestra cara, una Pascua de Resurrección para todas las personas de nuestro entorno, en todas las épocas del año.

Aportación de José Martínez.  
Voluntario de San Juan de Dios

### PARA PENSAR

“Si quieres conocer a una persona, no le preguntes lo que piensa sino lo que ama.”

(San Agustín).

### EL RINCÓN DEL COLABORADOR

En ese preciso instante en el que llegamos al mundo comienza nuestro aprendizaje. Aprendemos a sentirnos seguros con nuestros seres queridos, aprendemos a comer, a comunicarnos...

A través de todas nuestras pautas de aprendizaje, empezamos a **amar aquello que nos hace sentirnos bien**, que nos conforta y que nos gusta; y aprendemos a huir de las cosas desagradables, que nos alejan de nuestro confort.

Tomamos caminos y evitamos otros, intentando encontrar aquello que amamos, aunque implique sufrimiento. Porque no sólo somos lo que aprendemos, también somos lo que olvidamos.

Encaminamos nuestra vida y nuestros actos hacia aquello que nos tranquiliza y nos da seguridad; la fe, la familia, el trabajo...En definitiva, hacemos aquello que amamos. Las cosas que amamos, nos dicen lo que somos.

Cuando empezamos a amarnos a nosotros mismos, es cuando creamos nuestro ser.

**Irene Alba**

Trabajadora Social y Responsable de  
Desarrollo Solidario y voluntariado.