

ANGEL GARCIA PRIETO, PSIQUIATRA

Perfeccionismo, excelencia y depresión por agotamiento (y II)

En definitiva el que busca un perfeccionismo "malo", se mueve hacia la posesión de la realidad y del mundo que le rodea sin entender las limitaciones humanas, las circunstancias imprevisibles y ni siquiera los factores de intuición y creatividad que tantas veces favorecen, por fortuna, la actividad humana. Son personas, en el fondo, muy inseguras, que sólo se quedan tranquilas cuando todo, todo está "atado y bien atado" y no son capaces de dejar nada al fluir normal de la vida, la providencia o simplemente a la propia buena voluntad y la experiencia positiva.



En un artículo de Benedict Carey, que hace unos años el Diario Médico recogía del New York Times, decía que algunos investigadores dividen a los perfeccionistas en tres tipos: "luchadores autoorientados, que pelean para cumplir sus altas exigencias y parecen estar siempre al borde de una depresión; los fanáticos, que sólo esperan ver en los demás rastros de esa perfección que quieren para ellos y que terminan arruinando las relaciones personales; y por último, los desesperados por cumplir con un ideal, sea el que sea, y que están convencidos de que es lo que los demás esperan de ellos".



Mala cosa es que esté tan de moda eso que ahora se ha dado en denominar "excelencia" y que se hace presente en la vida y en las actividades de todos, desde que el niño comienza a tener uso de razón. Hay demasiada competitividad para todo, para estudiar, tener, jugar, vestirse, llegar, relacionarse, ganar, conseguir. Y hay en cambio escasez de compañía y guía de los que pueden ayudar, de verdaderos valores humanos, de referencias religiosas, de comprensión, de humanidad, en definitiva.

Quizá en estos hechos sociológicos está uno de los factores decisivos para desencadenar la inseguridad personal que busca en la perfección esa excelencia que cree es su salvación, olvidando que siempre lo mejor ha sido, es y será enemigo de lo bueno. Y además enemigo de la salud mental.

ES FIESTA EN ESPAÑA DESDE 1644

La Inmaculada Concepción de María

¿El dogma de la Inmaculada Concepción significa que la madre de Jesús siempre fue virgen?

No, el dogma de la Inmaculada no hace referencia a la virginidad de María. Significa que María nunca tuvo pecado original, ni siquiera en el instante de su concepción.

¿Por qué es fiesta en España?

Porque tanto los reyes como la Iglesia de España destacaron durante siglos en su defensa de este dogma, que no fue declarado como tal por la Santa Sede hasta el 8 de diciembre de 1858.



La fiesta ya se celebraba en todo el Imperio Español desde 1644, y en toda la Iglesia desde 1708. En atención a estos méritos, Pío IX ordenó que una columna dedicada a la Inmaculada fuera levantada en la Plaza de España de Roma. La Inmaculada es además patrona de la infantería española y de la Guardia Civil.

¿La creencia en la concepción inmaculada de María nace en la Edad Media?

En absoluto. La creencia de que la Virgen nunca tuvo pecado, ni siquiera el original, existe desde los primeros siglos del cristianismo. San Ireneo de Lyon, jurista romano del siglo II, escribió refiriéndose al pecado original: "el nudo de la desobediencia de Eva quedó suelto por la obediencia de María".

Un poema de San Efrén de Siria (siglo IV) reza así: "ciertamente tú (Cristo) y tu Madre sois los únicos que habéis sido completamente hermosos, pues no tenéis defecto ni mancha alguna". Cuando Pío IX decidió en 1858 declarar el dogma, el pueblo católico ya creía en él desde mucho tiempo atrás.

¿Cuáles son las fuentes bíblicas que apoyan el dogma?

-Lucas, 1, 28: El ángel Gabriel no se dirige a María por su nombre, sino llamándola *kecharitoméne*, que traducimos "llena de gracia"-Génesis 3,15: "Pongo perpetua enemistad entre ti y la mujer, entre tu descendencia y la suya"-Apocalipsis, 12,5: "una señal apareció en el cielo: una mujer vestida de sol y la luna bajo sus pies" (tanto esa cita como la anterior explica que en muchas representaciones de María aparezca una luna y una serpiente a sus pies).

EL PROXIMO DOMINGO EN MONTECERRAO

Concierto de Villancicos del Coro San Ignacio

El próximo domingo día 15, al terminar la misa de 12 en Montecerrao, los niños del Coro del Colegio San Ignacio nos ofrecerán un pequeño concierto de 30 minutos con villancicos navideños. El Coro lo dirige el P. Fernando Messguer, que predicó la pasada Novena del Cristo.





Hoja Dominical

Parroquias del Ssmo. Cristo de las Cadenas y Latores
www.cristodelascadenas.es · Tfno. 985 237 424
Inmaculada Concepcion de Maria (A) · Oviedo, 8 de diciembre de 2019 · Nº 373





Con el dogma de la Inmaculada Concepción la Iglesia católica afirma que María, por singular privilegio de Dios y en vista de los méritos de la muerte de Cristo, fue preservada de contraer la mancha del pecado original y vino a la existencia ya del todo santa. Cuatro años después de la definición del dogma por el Papa Pío IX, esta verdad fue confirmada por la Virgen misma en Lourdes en una de las apariciones a Bernadette con las palabras: «Yo soy la Inmaculada Concepción».

La fiesta de la Inmaculada recuerda a la humanidad que existe una sola cosa que contamina verdaderamente al hombre, y es el pecado. Un mensaje cuánto más urgente que proponer. El mundo ha perdido el sentido del pecado. Se bromea como si fuera lo más inocente del mundo. Aliña con la idea de pecado sus productos y sus espectáculos para hacerlos más atractivos. Se refiere al pecado, incluso a los más graves, con diminutivos: pecadillo, viciosillo.

Esta situación «ambiental» ejerce una tremenda influencia hasta en los creyentes, que sin embargo quieren vivir según el Evangelio. Produce en ellos un adormecimiento de la conciencia, una especie de anestesia espiritual. Existe una narcosis por pecado. En lugar de librarse del pecado, todo el empeño se concentra hoy en librarse del remordimiento del pecado; en vez de luchar contra el pecado se lucha contra la idea de pecado, sustituyéndola con aquella «bastante distinta» del «sentimiento de culpa». Se hace lo que en cualquier otro campo se considera lo peor de todo, o sea, negar el problema en lugar de resolverlo, volver a echar y sepultar el mal en el inconsciente en vez de extraerlo. Como quien cree que elimina la muerte suprimiendo el pensamiento sobre la muerte, o como el que se preocupa de bajar la fiebre sin curar la enfermedad, de la que aquella es sólo un providencial síntoma. San Juan decía que si afirmamos estar sin pecado, nos engañamos a nosotros mismos y hacemos de Dios un mentiroso; Dios, de hecho, dice lo contrario: que hemos pecado. La Escritura dice que Cristo «murió por nuestros pecados».

Suprime el pecado y has hecho vana la propia redención de Cristo, has destruido el significado de su muerte. Cristo habría luchado contra

Evangelio

Lucas 1, 26-38

En aquel tiempo, el ángel Gabriel fue enviado por Dios a una ciudad de Galilea llamada Nazaret, a una virgen desposada con un hombre llamado José, de la estirpe de David; la virgen se llamaba María. El ángel, entrando en su presencia, dijo: «Alégrate, llena de gracia, el Señor está contigo».

Ella se turbó grandemente ante estas palabras y se preguntaba qué salido era aquél. El ángel le dijo: «No temas, María, porque has encontrado gracia ante Dios. Concebirás en tu vientre y darás a luz un hijo, y le pondrás por nombre Jesús. Será grande, se llamará Hijo del Altísimo, el Señor Dios le dará el trono de David, su padre, reinará sobre la casa de Jacob para siempre, y su reino no tendrá fin.»

Y María dijo al ángel: «¿Cómo será eso, pues no conozco varón?» El ángel le contestó: «El Espíritu Santo vendrá sobre ti, y la fuerza del Altísimo te cubrirá con su sombra; por eso el Santo que va a nacer se llamará Hijo de Dios. También tu pariente Isabel, ha concebido un hijo, y ya está de seis meses la que llamaba estéril, porque para Dios nada hay imposible».

María contestó: «He aquí la esclava del Señor; hágase en mí según tu palabra». Y la dejó el ángel.

simples molinos de viento, habría derramado su sangre por nada.

Pero el dogma de la Inmaculada nos dice también algo sumamente positivo: que Dios es más fuerte que el pecado y que donde abunda el pecado sobreabunda la gracia. María es la señal y la garantía de esto. La Iglesia entera, detrás de Ella, está llamada a ser «resplandeciente, sin que tenga mancha ni arruga ni cosa parecida, sino que sea santa e inmaculada».

Un texto del Concilio Vaticano II dice: «Mientras que la Iglesia en la Santísima Virgen ya llegó a la perfección, por la que se presenta sin mancha ni arruga, los fieles, en cambio, aún se esfuerzan en crecer en la santidad venciendo el pecado; y por eso levantan sus ojos hacia María, que brilla ante toda la comunidad de los elegidos, como modelo de virtudes»

P. Raniero Cantalamessa, ofmcap

P. FERMIN RODRIGUEZ, S.J.

«¡Alégrate... el Señor está contigo!»

«Alégrate». Es lo primero que María escucha de Dios y lo primero que hemos de escuchar también hoy. Entre nosotros falta alegría. Con frecuencia nos dejamos contagiar por la tristeza. ¿Ya no es Jesús Buena Noticia? Cuando falta la alegría, la fe pierde frescura, la cordialidad desaparece, la amistad entre los creyentes se enfría. Todo se hace más difícil. Es urgente despertar la alegría en nuestras comunidades y recuperar la paz que Jesús nos ha dejado en herencia.



“La alegría del Evangelio llena el corazón y la vida entera de los que se encuentran con Jesús. Quienes se dejan salvar por Él son liberados del pecado, de la tristeza, del vacío interior, del aislamiento. Con Jesucristo siempre nace y renace la alegría”. (PP Francisco, 'Evangelii Gaudium')

Nos estamos perdiendo lo mejor de la vida. Nos contentamos con la satisfacción, el placer y la diversión que nos proporciona el bienestar. En el fondo, sabemos que es un error, pero no nos atrevemos a creer que Dios, acogido con fe sencilla, nos puede descubrir otros caminos hacia la alegría.

El filósofo Karl Raimund Popper, aseguraba que «el mundo no va a ninguna parte». Se oponía así, desde su visión filosófica, a tantos hombres y mujeres que, a través de los siglos, se han atrevido a esperar un futuro no solo mejor, sino nuevo.



¿A dónde va el mundo con tanto dolor? Esta pregunta no es nueva. La han repetido de mil maneras los hombres en momentos trágicos de guerras, en el azote de pestes terribles, en medio del exilio o ante catástrofes naturales. Hoy, de nuevo, cristianos y no cristianos se la plantean en el fondo de su conciencia: ¿A dónde va el mundo?

Resultan sorprendentes las palabras con las que el ángel anuncia a María el nacimiento del Salvador y que, en el fondo, están dirigidas a toda la humanidad: «Alégrate; el Señor está contigo.» Es cierto que el horizonte puede parecer sombrío; el ser humano puede destruir el mundo y provocar su propio hundimiento. Pero no está solo. Dios está con nosotros.

La alegría de María es el gozo de una mujer creyente que se alegra en Dios salvador, el que levanta a los humillados y dispersa a los soberbios, el que colma de bienes a los hambrientos y despide a los ricos vacíos. María se alegra en Dios, porque viene a consumir la esperanza de los abandonados. ¡María, llena eres de Gracia...!

SUCEDIÓ EL 21 DE ENERO DE 1902

El milagro eucarístico del trasatlántico Alfonso XIII



En la tarde del 20 de enero de 1902, salía majestuosamente del puerto de La Habana, con rumbo a La Coruña, el trasatlántico Alfonso XIII.

Durante el trayecto, se presentó el horizonte completamente cerrado por densa lluvia, y el buque, bajo la influencia de la corriente del Golfo, navegó con grandes precauciones. A pesar de todo, al amanecer del día 21, se observó, con espanto de la tripulación, que el buque varaba; había sido empujado por la corriente del Golfo hacia el arrecife Molasses, de la costa de La Florida.

Cuando los ochocientos pasajeros que iban a bordo se dieron cuenta de la inutilidad de las maniobras ensayadas para ponerlo a flote, cundió entre ellos un pánico indescriptible, desarrollándose patéticas escenas. Tras varias horas de terrible angustia sin poder pedir auxilio, pues en aquellas fechas no funcionaba aún la radiotelegrafía, acertó a pasar cerca del Alfonso XIII, el vapor noruego Diana, cuyo capitán ofreció dar remolque mediante la entrega de diez mil pesos. Apretado por la necesidad, aceptó el capitán del Alfonso XIII tan onerosas condiciones y después de romperse por tres veces consecutivas el recio calabrote de acero, no se pudo lograr nada, quedando el trasatlántico como antes estaba, empotrado en medio de las rocas; en vista de lo cual, se marchó el Diana, desentendiéndose del salvamento.

Tras nuevas e inútiles tentativas, mandó el capitán aligerar el cargamento y se echaron al mar mil quinientos sacos de garbanzos, pero el buque no se movió siquiera; entretanto, se vio rodeado de numerosas embarcaciones de pequeño porte tripuladas por los vaqueros, especie de piratas costeros que acechan en todo naufragio o catástrofe marítima, y a los que hubo que alejar haciendo continuos disparos.

La situación se agravaba por momentos, porque ya tenía lugar entonces la bajamar; y en tan grande apuro se tuvo el feliz acuerdo de recurrir al Cielo en demanda de socorro. Se anunció la celebración de la Santa Misa, a la que asistieron con gran devoción todos los de a bordo, y ¡oh prodigio!, en el solemne momento en que el sacerdote alzaba la Hostia sacrosanta, el Alfonso XIII empezó a deslizarse suavemente por encima del arrecife, como si la fuerza invisible de una legión de ángeles lo empujara, y los tripulantes, al ver flotar ileso en alta mar al hermoso trasatlántico, entonaron un hosanna al Sagrado Corazón de Jesús en el Santísimo Sacramento del altar.

Después de reconocido minuciosamente, cerciorado el capitán de que el casco del buque no había experimentado el menor desperfecto, prosiguió su viaje, llegando felizmente al puerto de La Coruña.

PABLO LÓPEZ, FILÓSOFO Y EVANGELIZADOR

Ni la evangelización está hecha, ni todo es evangelización

En fechas recientes he participado en un congreso misionero y en un congreso de evangelización.



En el primer congreso un obispo emérito citó ampliamente como buen ejemplo a un supuesto misionero que se atrevió a declarar que él no se dedicaba a llevar el Evangelio, pues el Evangelio ya estaba doquier él fuera y buscándose coartada, abusaba de la bella afirmación de “Gaudium et spes” de que “el Hijo de Dios con su Encarnación se ha unido, en cierto modo, con todo hombre”. Por supuesto que la Encarnación une a Dios con la entera humanidad. Pero también es elemental que la mera Encarnación no consuma la redención. ¿O vamos a despreciar toda la predicación, la Pasión, la Cruz y la gloriosa Resurrección de Cristo, así como el necesario anuncio cristiano y la libre aceptación de la fe en tales misterios pascuales?

Tampoco cabe retroceder al ingenuo primitivismo del “buen salvaje”, negando el pecado original. Es muy tergiversador suponer que, de modo automático y sin libertad responsable, todo el mundo ya esté salvado, al margen o hasta en contra del Evangelio.

En el segundo congreso, que congregó a mucha gente piadosa y a pocos evangelizadores, tuvimos que soportar la mofa sobre la predicación, menospreciada como “rollo”. Esta distinguida persona no se distingue por su experiencia de evangelización al no cristiano, dedicándose sobre todo a hablar a católicos más o menos convencidos.

En todo caso, la gran excusa de unos y otros es que “todo es evangelización”. Y suelen destacar como ejemplo un genérico buen comportamiento y la sonrisa adjunta, que sería suficiente o lo más importante. Pero también muchos ateos y miembros de otras religiones sonríen, se comportan bastante bien y hasta son ejemplares en varios aspectos. El testimonio de una vida noble es preliminar y atractivo. Pero no podemos diluir en una mera conducta moralizante el específico, valiente, explícito y claro testimonio evangelizador. Pero sólo es evangelización el anuncio claro y directo del Evangelio o Buena Nueva a quien no la conoce o rechaza.

Una misión evangelizadora no se reduce a una ayuda material o temporal, ni a una serie de reuniones de católicos con católicos. Hay varias formas de evangelizar, pero la originaria y necesaria es la clara, directa y personalizada de Jesucristo y los apóstoles. Evangelizar tuvo su sentido no sólo en época apostólica, sino siempre, porque pertenece a la identidad permanente y dinamizadora del ser cristiano. No todo es evangelización en la Iglesia, pero sin evangelización desaparece la Iglesia.

Unos ya proclaman que no hay que evangelizar, huyendo de su turbia noción de “proselitismo” o pretextando que la gente no lo necesita. Simplemente, oficializan o dan coartada a la práctica de no evangelizar. Otros, igualmente no evangelizan, pero no se atreven a declararlo, maquillando sus conciencias con la ficción de que con cualquiera de sus apostolados ya evangelizan. ¡No nos engañemos entre unos y otros! Conozcamos el diagnóstico de nuestra decadencia social y eclesial. Si la Iglesia se enfría, el resto de la sociedad se congela.

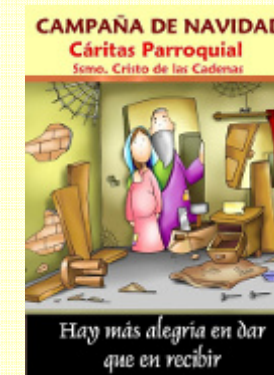
¿Qué hicieron Cristo, los apóstoles y los grandes santos? ¿Se conformaron con orar o dar un buen ejemplo mudo, esperando sólo que alguien les preguntara? Predicaron con la vida y con la palabra, “a tiempo y a destiempo”, proclamando el Reino de Dios y la necesidad de conversión para la salvación eterna.

Sobre todo los obispos, como dignos sucesores de los apóstoles y saliendo de su confort intraconfesional, deben priorizar en sus actividades el anuncio explícito del Evangelio a quien no lo conoce o malconoce. El ministerio de la palabra no puede limitarse ni privilegiar a quienes ya han oído la misma predicación innumerables veces. Tiene prioridad la oveja perdida o quien ni siquiera ha sido oveja del santo redil. ¿No han de ser primeros los últimos? [Extractado]

“HAY MÁS ALEGRÍA EN DAR QUE EN RECIBIR”

Hoy empieza la 8ª Campaña Navideña de Cáritas

Con el sencillísimo, pero eficaz, método de colocar, entre las fiestas de la Inmaculada y Reyes, un cepillo bien visible en ambas iglesias, destinados a



recibir los donativos para Cáritas, ponemos en marcha por 8º año la Campaña Navideña de Cáritas Parroquial. En la pasada Campaña 2018-19 se recaudaron **12.502 €**.

Si Vd. prefiere hacer un donativo a través del Banco, puede ingresarlo en esta cuenta de Liberbank:

ES74-2048-0164-8830-0400-3909

cuyo titular es “CARITAS Parroquial Cristo de las Cadenas”. También puede pedir al Párroco, si lo desea, un Recibo para Hacienda y beneficiarse de su desgravación:

Muchas gracias, por adelantado, a todos los donantes. Si Hacienda devuelve el 35% de los donativos, Dios devolverá el 200%.

EN SERIO Y EN BROMA

Julián Herrojo

Una dictadura es un país donde hay presos políticos. Y una democracia es un país donde hay políticos presos.



Dios devuelve con creces al que da con generosidad.

Senén Molleda

Los ascensores hacen termómetros a los edificios.

La primera calculadora portátil fueron los dedos...



La U es el imán del alfabeto.