

## El Evangelio según la comunidad de San Lucas

En aquel tiempo, Jesús, lleno del Espíritu Santo, volvió del Jordán y, durante cuarenta días, el Espíritu lo fue llevando por el desierto, mientras era tentado por el diablo.

Todo aquel tiempo estuvo sin comer, y al final sintió hambre.

Entonces el diablo le dijo: "Si eres Hijo de Dios, dile a esta piedra que se convierta en pan." Jesús le contestó: "Está escrito: «No sólo de pan vive el hombre»".

Después, llevándole a lo alto, el diablo le mostró en un instante todos los reinos del mundo y le dijo: "Te daré el poder y la gloria de todo eso, porque a mí me lo han dado, y yo lo doy a quien quiero. Si tú te arrodillas delante de mí, todo será tuyo."

Jesús le contestó: "Está escrito: «Al Señor, tu Dios, adorarás y a él sólo darás culto»". Entonces lo llevó a Jerusalén y lo puso en el alero del templo y le dijo: "Si eres Hijo de Dios, tírate de aquí abajo, porque está escrito: «Encargaré a los ángeles que cuiden de ti», y también: «Te sostendrán en sus manos, para que tu pie no tropiece con las piedras»".

Jesús le contestó: "Está mandado: «No tentarás al Señor, tu Dios»".

Completadas las tentaciones, el demonio se marchó hasta otra ocasión.

*Lucas 4, 1-13*

## Soportar con paciencia a las personas molestas...

Es la típica persona a la que rehúyes cuando la ves de lejos. A veces es alguien que te cansa porque habla y habla y habla, sin dejar que nadie meta baza. También pasa que, aunque no tengas nada en su contra, solamente su presencia te pone nervioso y no puedes soportarla... Cuando nada más te la cruzas de vez en cuando, es relativamente fácil aguantarla. El problema viene cuando te toca compartir un espacio diariamente con ella, sea en el trabajo, en los estudios, en un rato de ocio (donde en vez de desconectar te pones más nervioso todavía...). El caso es que las personas molestas están por todos lados. Además, parece que estuvieran dispuestas a fastidiarte la vida en cualquier ocasión o lugar.

Ante esta realidad, la reacción que tenemos todos es casi siempre la misma. Imaginamos que nuestra clase sería perfecta si Fulanito no estuviera en ella, o que la oficina funcionaría mucho mejor si echaran a Menganito, que no hace más que tener líos con todo el mundo y tiene harto al personal. Pero este pensamiento tiene dos trampas muy grandes. La primera es que normalmente no es cierto, puesto que, al desaparecer la persona molesta del grupo, siempre hay alguien que con el paso del tiempo ocupa su papel. No sabemos qué pasa, pero las personas molestas tienden a reaparecer, como si en todo grupo humano hubiera la necesidad de un “punching ball” que focalice los cabreos de la mayoría. Y la segunda trampa es que con este pensamiento siempre ponemos el foco del problema fuera de nosotros. Pensamos que el problema lo tiene la otra persona (que para eso es molesta), sin que ni siquiera nos pase por la cabeza la idea de que a lo mejor nosotros también somos molestos para otros, y quizá algunos piensen que todo iría mucho mejor si no estuviéramos en el grupo.

Si a todo esto le añadimos el factor cristiano, la cosa se complica. Porque ya no se trata solo de convivir pacíficamente, sino de saber ver que el pesado de turno es mi hermano (cosa que a veces parece mucho más difícil que amar a los enemigos...). Pero creo que como cristianos nos jugamos mucho precisamente en las pequeñas luchas del día a día, como la de soportar con paciencia a los pesados. La cosa está en cómo hacerlo, y a mí personalmente me ayuda (que no quiere decir que me solucione el tema), pensar que, si Jesús ocupó el último lugar en todo, también ocupó el del pesado. Sí, es mucho más fácil imaginar a Jesús como un pobre mendigo al que no conocemos que como esa persona que nos saca de quicio todos los días, pero es cierto que Él está también en el que nos da la paliza cada día. Y pensarlo de vez en cuando, cuando tratamos con ella y nos pone nerviosos, rezar por ella en algún momento, puede hacernos más fácil la relación e incluso puede ayudarnos a quererla un poco más.

*Dani Cuesta, sj*

## EL PODER LIBERADOR DE NUESTROS DESIERTOS

Iniciamos el tiempo de Cuaresma marcado por el ritmo anual de la liturgia. Cabe esperar que ya hemos superado esa visión de la Cuaresma como un tiempo oscuro, lúgubre, donde los sacrificios o penitencias eran la puerta necesaria para entrar en la Pascua. Se miraba más al exterior, al cumplimiento de una serie de normas con poco sentido, a realizar obras que cobraban valor si suponía un esfuerzo, una especie de precio a pagar para conseguir no sé qué tranquilidad de conciencia. Esta tradición probablemente nació por una distorsionada interpretación del tiempo que Jesús pasó en el desierto donde todo lo que vivió fueron tentaciones. Precisamente, el texto evangélico de este 1er Domingo de Cuaresma nos recuerda este pasaje de su vida.

Afortunadamente hoy podemos hacer un análisis más profundo y menos literal de esta etapa de la vida de Jesús, más liberador y constructivo para tod@s. Y lo que nos encontramos no son 40 días cronológicos viendo a un Jesús que pasa hambre, rodeado de animales y tentado por el diablo. Lo que nos encontramos es con un Jesús que vive una etapa en la que, como todo ser humano, tiene que hacer frente a las sombras conscientes e inconscientes que planean en su vida.

Comienza el texto con una afirmación que es clave para poder comprender todo lo posterior: Jesús, tras el Bautismo, se siente lleno de Espíritu Santo quien le conduce al desierto. No va al desierto por placer sino por elegir seguir la voz interior de ese impulso divino que le sitúa en la necesidad de cambiar de plano en su existencia.

Nuestra vida es un proceso de integración de nuestros límites que no solo se presentan como enfermedades y sufrimientos físicos; también aparecen en formato de sombras que nos complican y muchas veces amargan. La sombra se genera porque un cuerpo, en sentido figurado en este contexto, se interpone en la luz.

La sombra tiene mucho que ver con experiencias de las que probablemente no somos responsables pero que bloquean el fluir de la realidad divina que nos habita. Algunas sombras se generan por heridas y experiencias emocionales que nos han dejado tan vulnerables que pueden llegar a condicionar las grandes decisiones de nuestra vida.

Otras sombras también son fruto de nuestra decisión consciente de vivir desconectados de nuestro centro porque nos da una compensación más inmediata, más placentera a corto plazo, pero sin solidez. Jesús, en el desierto, se enfrenta a la sombra del vacío interior, de la insana soledad, del hambre emocional, sombras de poder, de dominación, de posesión, de idolatría. Y maneja esta situación no desde la huida sino desde el diálogo con ella. Dialogar con nuestras sombras, con nuestra vulnerabilidad, es una manera muy liberadora de integrar nuestros límites. Se trata de sacarla a la luz como hizo Jesús en el desierto y no identificarse con ella porque somos más que sombras.

Te invito a iniciar esta Cuaresma realizando una doble mirada. La primera hacia tu interior, sin miedo, con valentía y ver qué cuerpos psicológicos de tu yo desenfocado están interfiriendo entre la Luz y tu vida. La segunda mirada hacia el exterior, hacia lo que en este mundo y en nuestros pequeños mundos, está retorcido: guerras, injusticias, poderes económicos, liderazgos que someten, dominan, empobrecen, excluyen y matan y un largo etcétera que puedes completar. Quizá te des cuenta de que todo el mal proviene de esa mala decisión de desconectarnos de lo que somos, del polo positivo de nuestra existencia, nuestra identidad más esencial, como en Jesús el ser Hijo de Dios.

Baste con mirar el 8 de marzo, el día internacional de la mujer, que, más allá de lo político e ideológico, nos muestra la necesidad de no ser cómplices de este sistema patriarcal en el que todavía vivimos. No se trata sólo de conseguir derechos sino de una mirada nueva a la verdadera dignidad que nos iguala. ¡¡¡FELIZ CAMINO DE CUARESMA!!!

*Rosario Ramos*

## Avisos para la Comunidad

### Colectas Adviento y Navidad 2024

- ✚ Para Adveniat: 335,72 €
- ✚ Parroquia Costa Rica Padre Waldemar: 600,- €
- ✚ Tratamiento médico contra Cancer Padre Edgar: 400,- €
- ✚ Renovación de la Iglesia Ntra. Señora del Sagrado Corazón en Venezuela – Maracaibo: 300,- €