

## **LIBRARSE DE PENSAMIENTOS IRRACIONALES**

- 1.- No creas que “para ser feliz, es necesario que todo el mundo nos aprecie, nos apruebe y nos trate con simpatía”. Es imposible caer bien a todo el mundo... Intenta hacer las cosas bien y no te preocupes de si no contentas a todos.
- 2.- Para considerarte valioso, no te sientas en la obligación de tener que demostrar que entiendes de todo y que eres competente en todo. Acepta tus limitaciones y recalca lo que sabes hacer bien.
- 3.- Rechaza el pensamiento de que “algunas personas son malas y merecen un escarmiento” (sobre todo si te incluyes a ti mismo en esa categoría de personas) Desarrolla, sin embargo, la capacidad de aceptar los propios errores y los ajenos.
- 4.- Líbrate de la opinión de que “es horrible que las cosas no salgan como a uno le gustaría”. Si no salen una vez, ya saldrán a la siguiente. Lo que importa es que tú mantengas la esperanza.
- 5.- No creas que muchas desgracias se originan porque así está escrito. No creas tampoco que nosotros tenemos capacidad para controlar los acontecimientos. Nada está escrito y podemos lograr más de lo que creemos.
- 6.- No estés siempre preocupado y esperando lo peor por si algo puede salir mal o resultar peligroso. No vas a arreglar nada y te empeora mucho a ti mismo.
- 7.- No pienses que es mejor evitar las responsabilidades que enfrentarse a ellas. Al contrario, mientras antes te enfrentes a ellas, todo irá mejor.
- 8.- No creas que necesitamos apoyos en alguien más fuerte en quien poder confiar. Nos apoyamos mutuamente. Tampoco pienses que los demás siempre saben más que tú. Ellos también pueden equivocarse.
- 9.- No llegues a pensar que lo ocurrido en el pasado nos ha afectado de tal manera que no se puede borrar, y que por eso determina nuestra conducta pasada y futura. Lo pasado, pasado está y se puede integrar.
- 10.- No creas que existe una solución precisa y concreta para cada situación y que, si no la encuentras, sobreviene la catástrofe... Puede haber varias soluciones, a veces contrapuestas. Y si no se hallan a la primera, ya saldrán a la segunda o a la tercera...

**... Y SER UN POCO MÁS FELICES**

# COMUNIDAD EN CAMINO



BAUTISMO DEL  
SEÑOR - Ciclo "B"

PP. DOMINICOS - MADRID  
Avda. Ciudad de Barcelona,1  
<http://www.parroquiadeatocha.es>

11 de ENERO  
de 2.009

## PARROQUIA NUESTRA SEÑORA DE ATOCHA

"Se oyó una voz del cielo que decía:  
Tú eres mi hijo amado, mi preferido"



*El gesto del bautismo de Jesús se convirtió para él en un preludio sinfónico de lo que sería toda su vida: abajarse voluntariamente para ser desde ahí glorificado. Dios es así: como un padre que rasga el cielo para poder decirnos que somos sus hijos amados.*

## LECTURAS PARA EL PRÓXIMO DOMINGO

Domingo 2º Tiempo Ordinario - Ciclo "B"  
(18 de Enero de 2009)

### **Primera lectura: 1º Samuel 3, 3-10.19.**

*“Samuel fue y se acostó en su sitio. El Señor se presentó y le llamó como antes; Samuel. Samuel! Él respondió: Habla, Señor, que tu siervo escucha. Samuel crecía, Dios estaba con él y ninguna de sus palabras dejó de cumplirse”.*

Toda vocación es iniciativa divina, es Dios quien llama. A veces es desconcertante, porque se fija en el más pequeño o en el que parece menos indicado. ¿Por qué a mí...? Samuel respondió con una acogida vigilante y prudente. No sólo escucharía la palabra de Dios, sino que sería su oráculo, sobre todo en momentos de crisis y cambios. “Habla, Señor, que tu siervo escucha”.

### **Segunda lectura: 1ª Corintios 6, 13-15.17-20.**

*“Hermanos: el cuerpo no es para la fornicación, sino para el Señor; y el Señor para el cuerpo. Dios con su poder, resucitó al Señor y nos resucitará también a nosotros. ¿No sabéis que vuestros cuerpos son miembros de Cristo?”.*

Hoy la consigna es: “glorificad vuestro cuerpo”, convirtiéndolo en un absoluto, el ídolo de la belleza y la fuerza, la salud y el placer. Pero el cuerpo no es fin en sí mismo, es un medio, aunque un medio al que debemos cuidar y amar, como algo consustancial a la persona.

### **Evangelio: Juan 1, 35-42.**

*“Andrés, hermano de Simón Pedro, era uno de los dos que oyeron a Juan y siguieron a Jesús. Encontró primero a su hermano Simón y le dijo: Hemos encontrado al Mesías. Y lo llevó a Jesús. Jesús se le quedó mirando y le dijo: Tú eres Simón, el hijo de Juan, te llamarán Cefas, que significa Pedro”.*

Una historia de vocaciones la de los tres discípulos primeros de Jesús. El relato es sugestivo. Primero es el “paso” de Jesús. No dice nada, pero su paso provoca e interpela. Después el “Bautista ilumina” el cuadró: es el Cordero de Dios, es el elegido de Dios, es el redentor del mundo. Enseguida dos discípulos se dejan seducir y buscan la escucha y el encuentro. Y se quedaron con él. Por fin, esos dos discípulos transmiten su experiencia a otros. Una cadena misionera y vocacional que no termina.

## **¿RECHAZO A MISA?**

Son muchos los que, aún confesándose cristianos, han abandonado casi totalmente la práctica dominical. Basta escucharlos con atención para descubrir en ellos una especie de “alergia” hacia la misa.

Algunos dicen que les aburre el carácter repetitivo de la celebración dominical. Desearían algo más vivo y espontáneo. Sin embargo, el carácter repetitivo es algo inherente a la misma condición humana. Toda nuestra vida está hecha de gestos y actividades que se repiten de manera regular. Lo importante es no vivir de manera rutinaria.

¿Es rutinaria la misa dominical para quien pide perdón por los errores y pecados concretos cometidos durante la semana, para quien agradece a Dios todo lo bueno y positivo, para quien pide al Señor luz y fuerza para enfrentarse a la vida siempre nueva de cada día?

Hay quienes dicen que les resulta una liturgia hipócrita y artificial, que queda muy lejos de esa vida real donde cada uno ha de mostrar con hechos la fe que lleva dentro.

Pero, ¿es hipócrita escuchar, semana tras semana, el evangelio de Jesucristo, recordar sus exigencias y su interpelación, y renovar el compromiso de ser cada vez más coherente con las propias convicciones? ¿No es más hipócrita llamarse creyente y vivir, semana tras semana, sin recordar siquiera a Dios?

Otros se alejan de la misa como algo mágico, un conjunto de ritos extraños y anacrónicos, envueltos en un lenguaje hermético e impenetrable, que difícilmente puede decirle algo a un hombre enraizado en la cultura moderna.

Pero, ¿es algo mágico buscar el encuentro personal con Cristo, alimentar la propia fe en la escucha del evangelio, buscar la renovación profunda de nuestro ser en el contacto vivificador con la comunidad creyente y con el Señor presente en la eucaristía?

Hay quienes rechazan la misa porque la Iglesia ha insistido en el carácter obligatorio. No están dispuestos a someterse por más tiempo a una obligación precisamente el día en que uno puede liberarse del trabajo.

Pero, ¿se puede ser creyente sin sentirse nunca urgido interiormente a alabar y dar gracias a Dios? ¿Se puede ser cristiano sin sentirse nunca llamado a comulgar con Cristo?

Durante las pasadas fiestas de Navidad un texto que hemos escuchado repetitivamente nos decía: “*La Palabra era la luz verdadera, que alumbra a todo hombre... vino a su casa, y los suyos no la recibieron*” ¿No es una interpelación para todos nosotros? A pesar de todas las limitaciones y defectos que puede tener la misa, la eucaristía puede ser para muchos de nosotros la única experiencia que alimenta nuestra fe.