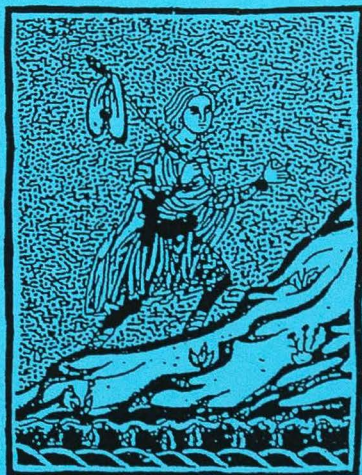


# Actividades Jacobeas

## Caminos del Espíritu



**ASOCIACIÓN DE AMIGOS DE LOS CAMINOS DE  
SANTIAGO DE GUIPÚZCOA**

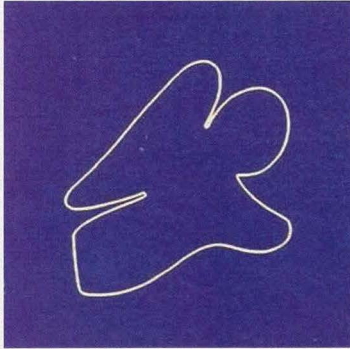


*Medalla al Mérito Ciudadano  
Donostia 2009*

*En tuyo  
y para ti.  
Ángel*

Edición de 457 ejemplares

nº 774



*Vi un ejército de miríadas de ángeles,  
todos festivos, con alas desplegadas,  
distintos cada uno en esplendor y  
especie.*

Dante, *Paraíso*, canto 31

Boletín nº 91

Se acabó de imprimir en San Sebastián en  
Talleres Delta, en el mes de diciembre de 2015.

ASOCIACIÓN DE AMIGOS DE LOS CAMINOS DE SANTIAGO DE GUIPÚZCOA  
GIPUZKOAKO SANTIAGO-BIDE LAGUNEN ELKARTEA  
C/ URBIETA, 2 SÓTANO - 20006 - SAN SEBASTIÁN – DONOSTIA  
Teléfono 943 427 281

Web: [www.caminosnorte.org](http://www.caminosnorte.org)  
e-mail: [caminosnorte@caminosnorte.org](mailto:caminosnorte@caminosnorte.org)

## *Situación in-sos-te-ri-ble*

Este reciente verano, al igual que desde el de 2.006, abrimos el pasado 26 de junio el albergue de Donostia en la ikastola Jakintza del barrio del Antiguo hasta el 31 de agosto, en el que en los 67 días han dormido 3.475 peregrinos de 50 países y las 17 Comunidades Autónomas, con aumento del 13,5 % sobre el año anterior; resulta así una media de 52 peregrinos, pero en realidad, hemos tenido días de 30 peregrinos y otros 26 en que hemos superado las 60 plazas, con días de 80 y 104 peregrinos. Por supuesto, los días en que se superan las 60 plazas, los restantes peregrinos terminan durmiendo en el duro suelo, con luces encendidas en los pasillos (son de presencia y, si podemos, las aflojamos), entre la ropa colgada a secar, ventilación insuficiente y superando muchas noches los 30 grados de temperatura, con 4 duchas y 4 servicios.

Los peregrinos reconocen muy sinceramente la labor que realizamos los hospitaleros, pero nos imaginamos que al día siguiente, después de haberse duchado con agua fría (no llega para todos), haber dormido en el suelo, sin ventilación y con 30 y tantos grados de calor, con la espalda rígida como una tabla..., la opinión de nuestras instalaciones y de la ciudad dejará mucho que desear.

El albergue, tal y como nos lo cede la ikastola, no reúne unas condiciones mínimas y ha estado atendido por 24 socios hospitaleros, que hemos soportado las tensiones propias de unas condiciones muy precarias, sufriendo con los peregrinos las carencias y, en definitiva, administrando miseria. La verdad, la ikastola dispone de otros locales que nos podría ceder y hasta el presente año hemos aceptado muy gustosos lo que se nos ofrecía y hemos sido muy respetuosos, solicitando simplemente pequeñas mejoras.

El próximo 2016 tenemos a Donostia como Capital Europea de la Cultura; el Camino del Norte ha sido declarado Patrimonio Mundial y todas las instituciones hacen publicidad para atraer a los turistas.... pero también vendrán peregrinos, por lo que ya hemos planteado tanto al ayuntamiento de Donostia, como al Gobierno Vasco que, en las mismas condiciones que en el presente verano, en cuanto a espacio y servicios, no estamos dispuestos a abrir el albergue.

Tenemos un equipo de socios hospitaleros fabuloso, personas completamente entregadas a la atención a los peregrinos, pero debido a la falta de espacio físico y condiciones del albergue, estamos empezando a tener tensiones entre nosotros, en cuanto si se aceptan sólo los 60 peregrinos que son las plazas de que disponemos, o seguimos acogiéndolos en tanto tengamos suelo, con el consiguiente riesgo legal tanto para nosotros como para el municipio.

Entendemos que por parte de las instituciones (Gobierno Vasco, Diputación, Ayuntamiento, Iglesia) no se ha tomado el tema en serio. Cuando les solicitamos nos cedan un local para tener un albergue permanente de unas 30/40 plazas, que funcione 7/8 meses al año y que en verano, además, para atender la demanda, abramos el albergue de Jakintza con sus 60 plazas, todos miran para otro lado, esperando que el vecino nos solucione el problema. Somos muy conscientes de que la solución que actualmente le proporcionamos al peregrino se refiere a dos meses y que el resto del año tiene que buscarse su alojamiento, pagando unos precios prohibitivos, de hasta 150€ por una habitación en una pensión (en agosto y Semana Grande).

Durante muchos años se ha alegado la diversidad de partidos presentes en las instituciones como para ponerse de acuerdo entre ellos. Tenemos incluso una Declaración Institucional del Ayuntamiento de Donostia del año 2005, por la que se comprometían a realizar las gestiones para que nuestra ciudad cuente con un albergue de peregrinos en el edificio del funicular del Monte Igueldo. Ahora está el mismo partido en las tres instituciones, por lo que no podrán aducir falta de competencias o incomprensión entre ellos. También es cierto que el peregrino no tiene mayores derechos que otra serie de turistas o “mochileros” y que, por nuestra parte, estamos solicitando para ellos un estatus especial, con albergues gratuitos y que, de algún modo, pedimos a las autoridades que les solucionen el problema. Lo ideal sería que en Donostia y restantes pueblos considerados por los peregrinos fin de etapa del Camino, hubiera una oferta de albergues a precios asequibles (12/15/18€). Se produciría una situación como de vasos comunicantes: a mayor oferta de servicios privados, nosotros nos iríamos retirando para que la iniciativa privada pudiera cumplir su función.

Hemos avisado con tiempo a las distintas instituciones, y si ellas consideran que el asunto les compete (todos se tienen que “mojar”), que actúen con celeridad, para que el próximo año tengamos un albergue en condiciones. Locales sobran... ahora hace falta voluntad política y tienen lo más importante: un equipo de hospitaleros voluntarios (fue precisamente nuestra Asociación, allá por 1.991 en San Juan de Ortega, la “inventora” de atender un albergue mediante hospitaleros que se relevaban los unos a los otros). Como igualmente fue nuestra Asociación, en 1.988, la que recuperó y recorrió por primera vez el Camino del Norte.

Hace ya 10 años, con gran pesar, tuvimos que dejar de atender a los peregrinos en Roncesvalles, ya que tenemos un acuerdo interno de no acudir a los albergues en que se cobra, y en aquellas fechas empezaron a cobrar en la Colegiata de Roncesvalles. Sería, pues, una pena que una Asociación que lleva 25 años atendiendo a los peregrinos, que dispone de hospitaleros voluntarios más que suficientes, no pudiera en nuestra ciudad ejercer la actividad por falta de albergue donde alojar a los peregrinos.

Fernando Ímaz (Presidente)

## Romería anual

Al igual que en los años anteriores se organizó la romería al túnel de San Adrián.

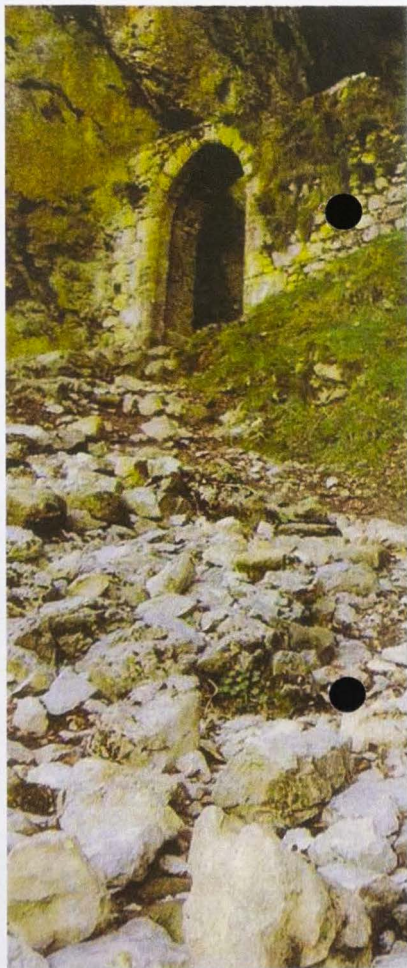
En autobús hasta el alto de Otzaurte y desde allí, por la pista, subir al túnel.

Una vez allí, se celebró la Misa a las 11 de la mañana, seguido de un "amaiketako", que prepararon los organizadores, para posteriormente descender a Zalduendo y celebrar la comida, que llevamos cada uno la nuestra.

El túnel de San Adrián es una peña horadada que en tiempos remotos servía de drenaje a la cubeta que había en su boca. El paso del túnel se utilizaba en los siglos XI y XII.

Tras cruzar el túnel, la calzada se ofrece más tranquila.

De aquí se baja a la llanada alavesa.





# *Festividad Santiago Apóstol*

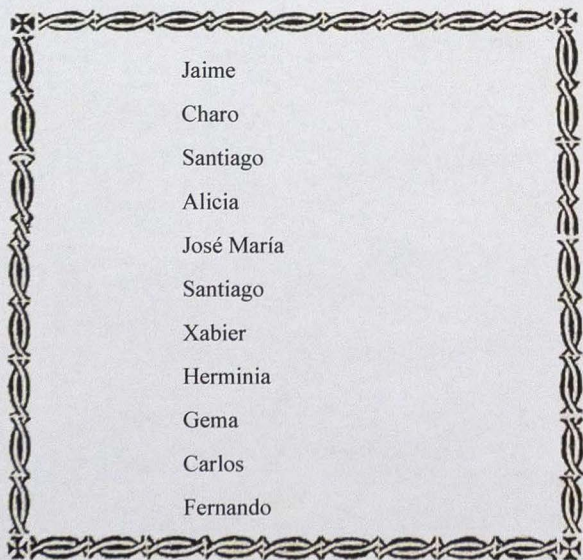
Al igual que en años anteriores celebramos la festividad del Apóstol Santiago el día 25 de julio en Tolosa.

Y lo hicimos en este lugar en reconocimiento a la labor que realizan los amigos de Tolosa.

En la parte religiosa celebramos en la parroquia de Santa María una Misa a las 12 de la mañana con buena asistencia de socios y amigos.

En la parte festiva nos reunimos en la sociedad La Jara para degustar una excelente comida.

Al final de la misma tuvimos la tradicional queimada, que su autor, entre sus conjuros, nos ofreció un año de felicidad.





Para finalizar el acto se entregaron las Vieiras de Plata a aquellos socios que este año peregrinaron a Compostela.

Sus nombres figuran enmarcados en la orla.



De obligada visita para el caminante, la ermita de Santiago contiene un retablo del siglo XVIII con un Santiago "Matamoros" a caballo y con espada, pero la imagen venerada es una talla en alabastro de Santiago peregrino de, quizás, el siglo XIII.

# *Peldaños hacia el nirvana*

## *Del Dhammapada*

### *Alegría*

¡Oh, vivamos alegremente, amorosamente, entre los que odian!  
Entre quienes odian, vivamos con amor.

¡Oh, vivamos alegremente, sanamente, entre quienes están  
enfermos! Entre los enfermos vivamos con salud.

¡Oh, vivamos alegremente, pacíficamente, entre quienes luchan!  
Entre los luchadores, vivamos en paz.

¡Oh, vivamos alegremente, aunque nada poseamos! Vivamos con  
alegría como espíritus de luz.

Si al rechazar un insignificante placer logramos una gran dicha, el  
sabio se inclinará por lo grande y dejará lo pequeño.

Durante el día brilla el sol y durante la noche la luna. El guerrero  
brilla por su armadura y el sacerdote por su meditación. Pero el Buda  
brilla noche y día: en el resplandor de su gloria brilla el hombre que  
está despierto.

### *Paz*

Cuando el hombre ha alcanzado la libertad de la santidad, sus  
pensamientos son paz, sus palabras son paz y su acción es paz.

Mejor que mil palabras inútiles es una sola palabra que transmita  
paz.

La victoria origina odio porque el vencido es desgraciado. Quien  
se rinde tanto a la victoria como a la derrota, encuentra la paz.

Cuando oye el sabio las palabras de *Dhamma*, palabras de  
salvación, su alma encuentra la paz y es como un lago profundo, puro

y en calma.

### *Amor*

Nunca deja el odio de existir mediante el odio; el odio cesa con el amor: es una ley eterna.

“Me insultó, me pegó, me venció, me robó”. Quienes alberguen tales pensamientos no se librarán del odio.

“Me insultó, me pegó, me venció, me robó”. Quienes no den vida a tales pensamientos, libres quedarán del odio.

### *El Espíritu*

El Espíritu del hombre es el sostén de su alma: ¿Cómo podría recibir ayuda de lo externo?

Uno mismo comete el mal y es uno mismo quien sufre las consecuencias; uno mismo es quien deja de llevarlo a cabo, y así es uno mismo el que se purifica. Lo puro y lo impuro procede de uno mismo: nadie puede purificar a otro.

Que hombre alguno ponga en peligro su deber, el perfume de su alma, en beneficio de otro, por grande que sea. Quien haya percibido su propio bien a él se consagra fervorosamente.

Yérguete apoyado en Ti, tu Espíritu; disciplínate mediante tu Yo, y así bajo Su protección y en constante alerta, vivirás en suprema dicha.

### *El camino*

El monje que en su juventud huella el camino de Buda, derrama sobre el mundo su irradiación, como brilla la luna despejada de nubes.

### *Todo procede del corazón*

Todo lo que somos procede de lo que hemos pensado: descansa en nuestros pensamientos de ayer y se construye con los pensamientos

# *Peldaños hacia el nirvana*

de hoy. Si un hombre habla u obra con pensamiento pecaminoso, le sigue la aflicción, tal como la rueda sigue la pata del buey que arrastra la carreta.

Todo lo que somos procede de lo que hemos pensado: descansa en nuestros pensamientos de ayer, y se construye con los pensamientos de hoy. Si un hombre habla u obra con pensamiento puro, le sigue la felicidad como la sombra que nunca le abandona.

## *Seriedad*

¿Cómo puede haber alegría, placer, cuando el mundo está ardiendo? Quien se halle en profunda oscuridad, ¿no pedirá nunca luz?

Deja atrás el pasado, deja atrás el futuro, deja atrás el presente. Entonces estarás en condiciones de pasar a la otra orilla.

Fervor es el camino de la inmortalidad; negligencia es el de la muerte. Quienes son fervorosos no mueren; quienes son negligentes están ya como muertos.

Por el poder de la voluntad, el fervor, la concentración, la propia armonía, el sabio se crea una isla que las inundaciones no sumergen.

## *Virtud*

El perfume de las flores no marcha contra el viento ni siquiera el aroma del sándalo, de la adelfa o del jazmín; pero el perfume de la santidad sí se alza contra el viento y llega a los confines del mundo.

No veas con indiferencia el pecado de poca importancia pensando "esto no vale la pena para mí": gotas de agua llenan un cántaro. Así el hombre necio se convierte en malvado, a pesar de haber acumulado poco a poco la maldad.

No veas con indiferencia la buena acción de poca importancia

pensando “esto no vale la pena para mí”: gotas de agua llenan un cántaro. Así el sabio queda henchido de bondad, a pesar de haberla acumulado poco a poco.

Considera al hombre que te revela tus defectos como si te descubriera un oculto tesoro.

No existió, no existirá, no existe el hombre al que los hombres siempre culpan, o el hombre al que los hombres siempre alaban.

### *Armonía*

Así como la lluvia se introduce en una casa mal techada, así las pasiones se introducen en la mente del ignorante.

Así como la lluvia no puede penetrar en una casa bien techada, así las pasiones no pueden penetrar en la mente del sabio.

No pienses en los defectos ajenos, en lo que los demás hicieron o dejaron de hacer; piensa más bien en tus propios defectos, en lo que hiciste o dejaste de hacer.

El sabio es inmovible ante la alabanza o el vituperio, del mismo modo que el peñasco permanece inamovible ante la acción del viento.

Vence el enojo con la paz, el mal con el bien, al hombre mezquino con la generosidad, al mentiroso con la verdad.

Si un hombre venciera a mil y a otros mil en una batalla, y otro se venciera así mismo, éste sería más insigne guerrero, porque la mayor victoria es la lograda sobre uno mismo.

Arrastrado antaño por esta mente mía, me desviaba hacia doquiera el deseo egoísta o la concupiscencia, o el placer la conducían.

Hoy ya no se extravía mi mente; se halla bajo la armonía del dominio, al igual que el elefante salvaje es dominado por el entrenador.

# *Liberar el Espíritu*

Que nada altere  
tu paz interior.

Intenta buscar  
lo bueno en cada uno.

No consideres  
a nadie  
inferior a ti.

Mantén la calma  
a la alabanza,  
el placer  
o el éxito.

Intenta provocar  
ideas de bondad  
y amor.

Déjame amar y dar,  
servir, purificar, mediar.  
Realiza.

La suerte busca  
su dueño.

Sé tranquilo  
por dentro.

El hombre virtuoso  
es feliz,  
pacífico y próspero.

Que tus acciones  
coincidan  
con tus palabras.

Cuidado  
con lo que piensas:  
Somos  
lo que pensamos.

Perdona,  
la vida  
es demasiado corta  
para cargar  
con el rencor.

Lléname de vida,  
de una vida  
con aspiración.

# Exceso de equipaje

No mientas.  
Sobre todo  
a ti mismo.

Practica  
la moderación.

No es bueno  
estar siempre solo  
en el Paraíso.

Ser feliz  
es no cambiar.

Lo que captas  
es lo que eres.

Arranca de ti  
el egoísmo,  
la duda,  
la lascivia  
y el odio.

Medita.

La paz  
es frágil.

Conquista  
el deseo.

Deshazte  
de las cadenas  
de la confusión.

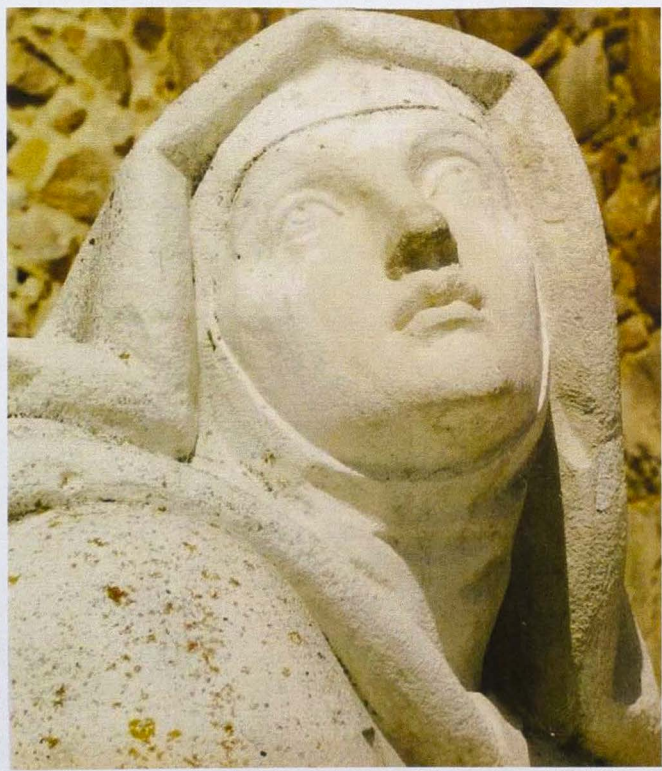
Aspira a vivir  
en armonía  
con el entorno  
y la sociedad.

Dios solo  
quiere del hombre  
un corazón puro.

Todo asunto  
es de todos.

Evita ofender  
innecesariamente.

terefa





de Jesús

No es otra cosa  
la oración, a  
mi parecer, sino  
tratar de amistad,  
estando muchas  
veces tratando a  
solas con quien  
sabemos nos ama

Libro de la Vida

# *Los 700 kilómetros más importantes de San Ignacio*

Desde hace unos años, los jesuitas promueven el Camino Ignaciano, la ruta que rememora la peregrinación que hizo san Ignacio en 1522 desde su Azpeitia natal hasta Manresa, donde vivió la experiencia que daría lugar a sus Ejercicios Espirituales. Este 31 de julio, festividad del santo, se abrió un Año Jubilar para potenciar esta ruta como instrumento de crecimiento y de encuentro con Dios.

Fernando Navascués



Se trata de un recorrido de 700 kilómetros, que es ante todo una peregrinación espiritual para volver a *gustar internamente* esa conversión que tanto San Ignacio como cualquier hombre o mujer de nuestro tiempo están llamados a vivir. La ruta puede recorrerse en 27 etapas, y pasa por lugares tan especiales como Aránzazu, Laguardia, Navarrete, Logroño, Calahorra, Tudela, Zaragoza, Lérida, Verdún... hasta llegar a Manresa. Parte del tramo se hace como en su día lo recorrió San Ignacio, por el Camino de Santiago, sólo que en sentido contrario. No obstante, lo fundamental no se encuentra en el esfuerzo físico, sino en el ejercicio espiritual que el santo guipuzcoano experimentó. Por el Camino, ya han transitado al menos 600 personas desde que comenzó a promoverse hace cuatro años.

### **Cómo vivir el Año Jubilar**

Este 31 de julio, festividad de San Ignacio, dio comienzo el primer Año Jubilar del Camino Ignaciano. El primero, porque entre 2021 y 2022 se celebrará un segundo con motivo del V centenario de la conversión y la peregrinación de San Ignacio. Un Año Jubilar del que la propia Compañía de Jesús señala que lo que se busca es “la renovación de la propia vida, la reconciliación de lo separado o dividido, en definitiva, reencontrarse con el sacramento del perdón”; y durante el cual, se puede ganar la indulgencia correspondiente. Para apoyar este Año Jubilar se han puesto en práctica varias iniciativas. La primera y fundamental son tandas de ejercicios espirituales especialmente dirigidas a los peregrinos. No podría ser de otra forma: este camino tan especial no puede separarse de los ejercicios espirituales de San Ignacio. La literatura también tiene su espacio y por ello se han publicado dos libros: una *Guía del Camino Ignaciano* y otro titulado *El Camino Ignaciano: un camino de sanación interior hacia la libertad*, en el que el lector podrá descubrir el espíritu del camino gracias a relatos de quienes ya lo han recorrido acompañados por los ejercicios.

### **Loyola y Manresa, principio y fin**

La oportunidad del Jubileo también servirá para promover y sensibilizar a las instituciones públicas y privadas para que se facilite el caminar de los peregrinos. Algunos gobiernos autonómicos, diputaciones y ayuntamientos han comenzado a dar su apoyo con la organización de albergues, la señalética de los caminos, con puestos de información... Incluso en FITUR este año se ofreció como una actividad más. Esta invitación a volver a la raíz de la conversión de San Ignacio tiene dos fechas a tener en cuenta y dos lugares que marcan el inicio y el final. La primera en Manresa, destino del camino, donde el Abad de Montserrat, el padre Josep M. Soler, celebró una solemne Eucaristía el 31 de julio y abrió la puerta jubilar en el santuario de La Cueva. Al día siguiente, en el santuario de Loyola, origen de la peregrinación, el obispo de San Sebastián, monseñor José Ignacio Munilla, bendijo la placa que da inicio al Camino Ignaciano y presidió una solemne Eucaristía a la que asistieron, entre otros, todos los obispos de las diócesis vascas, el de Pamplona y el de Tudela.

En San Juan de Ortega, en su claustro pequeño, los peregrinos



s muestran al hospitalero lo que el Camino les va aportando.



# SALMO 5

## Oración matutina

- <sup>2</sup> Señor, escucha mis palabras,  
atiende a mis gemidos,
- <sup>3</sup> haz caso de mis gritos de auxilio,  
Rey mío y Dios mío.  
A ti te suplico, Señor.
- <sup>4</sup> Por la mañana escucharás mi voz,  
por la mañana te expongo mi causa,  
y me quedo aguardando.
- <sup>5</sup> Tú no eres un Dios que ame la maldad,  
ni el malvado es tu huésped,
- <sup>6</sup> ni el arrogante se mantiene en tu presencia.  
Detestas a los malhechores,
- <sup>7</sup> destruyes a los mentirosos;  
al hombre sanguinario y traicionero  
lo aborrece el Señor.
- <sup>8</sup> Pero yo, por tu gran bondad,  
entraré en tu casa,  
me postraré ante tu templo santo en tu temor.
- <sup>9</sup> Señor, guíame con tu justicia,  
porque tengo enemigos;  
alláname tu camino.
- <sup>10</sup> En su boca no hay sinceridad,  
su corazón es perverso;  
su garganta es un sepulcro abierto,  
mientras halagan con la lengua.
- <sup>11</sup> Castígalos, oh Dios, que fracasen sus planes;  
expúlsalos por sus muchos crímenes,  
porque se han rebelado contra ti.
- <sup>12</sup> Que se alegren los que se acogen a ti,  
con júbilo eterno;  
protégelos, para que se llenen de gozo  
los que aman tu nombre.
- <sup>13</sup> Porque tú, Señor, bendices al justo,  
y como un escudo lo rodea tu favor.

5 Súplica individual. A la invocación inicial (2-4) sigue un triángulo relacional: tú (5-7), yo (8s), ellos (10s), que se cierra con una bendición de tonalidades litúrgicas (12s). Dios no tiene connivencia alguna con el mal. Solo entrará en su casa quien haya sido distinguido por el amor divino. Los malvados serán expulsados. Al final del salmo (13) se yergue majestuosa la fe. Pablo generaliza la corrupción del v.5 (véase Rom 3,9-18). Varios autores antiguos relacionan la entrada en el santuario de la que habla el salmo (8) con Heb 9,12.

## *Oración del peregrino*

Aunque hubiera recorrido todos los caminos,  
cruzado montañas y valles desde Oriente hasta Occidente,  
si no he descubierto la libertad de ser yo mismo  
no he llegado a ningún sitio.

Aunque hubiera compartido todos mis bienes  
con gentes de otra lengua y cultura,  
hecho amistad con peregrinos de mil senderos  
o compartido albergue con santos y príncipes,  
si no soy capaz de perdonar mañana a mi vecino,  
no he llegado a ningún sitio.

Aunque hubiera cargado mi mochila de principio a fin  
y esperado por cada peregrino necesitado de ánimo,  
o cedido mi cama a quien llegó después,  
y regalado mi botellín de agua a cambio de nada,  
si de regreso a mi casa y mi trabajo no soy capaz  
de crear fraternidad y poner alegría, paz y unidad,  
no he llegado a ningún sitio.

Aunque hubiera tenido comida y agua cada día,  
y disfrutado de techo y ducha todas las noches,  
o hubiera sido bien atendido de mis heridas  
si no he descubierto en todo ello el amor de Dios,  
no he llegado a ningún sitio.

Aunque hubiera visto todos los monumentos  
y contemplado las mejores puestas de sol;  
aunque hubiera aprendido un saludo en cada idioma,  
o probado el agua limpia de todas las fuentes,  
si no he descubierto quién es autor  
de tanta belleza gratuita y de tanta paz  
no he llegado a ningún sitio.

Si a partir de hoy no sigo caminando en tus caminos,  
buscando y viviendo según lo aprendido;  
si a partir de hoy no veo en cada persona,  
amigo y enemigo, un compañero de camino;  
si a partir de hoy no reconozco a Dios,  
el Dios de Jesús de Nazaret, como el único Dios de mi vida,  
no he llegado a ningún sitio.





# Prioridades

Entrena la mente  
para meditar

La ira  
es un lujo caro.

Los ojos son  
el espejo del alma.

Busca  
la capacidad  
de perdonar.

Intenta entender  
y ser entendido.

Mejor vivir  
una vida virtuosa  
y meditativa  
que cien años  
inmoral  
y descontrolado.

Se instrumento  
de Paz.

La bondad  
reforma y ennoblece.

Déjate amar, dar,  
servir, purificar, mediar,  
realizar.

Ten fe  
en ti mismo.

No hagas nada  
y el mal triunfará.

Se necesita fuerza y valor  
para mostrar amabilidad.

La bondad reforma  
y ennoblece.

Errar es humano.

Perdón es divino.

Encuentra algo edificante  
en todo lo que hagas.

# Medita

● Medita y descubrirás en ti una pacífica fuente de felicidad.

Se frugal al comer y sencillo en el vestir. Inténtalo.

Deja entrar en tu vida la luz del saber y echa la oscura tristeza de la duda.

Camina humildemente por la vida.

● La mayor parte de la miseria se produce por ignorancia.

Acepta aquello que no puedas cambiar.

Procura permanecer puro de corazón.

El verdadero conocimiento está en saber vivir.

Media verdad es mentir.

Nunca busques los fallos de los demás.

No vemos las cosas como son, las vemos como somos.

Agradece tu suerte.

Estamos perdidos si solo somos lo que aparentamos.



# Cómo embellecer tu alma

El limpiador de tu alma es el perdón.

Deberás usarlo todo el tiempo, apenas veas una impureza aplícalo.

No te acuestes nunca sin haber pedido perdón y sin haber perdonado.

El resultado será que en paz te acostarás y así mismo dormirás.

La hidratante de tu alma es la oración.

Si no hidratas la piel de tu rostro, se marchita.

Así, si no oras, tu alma se reseca

pero a medida que confías en Dios, el afán y la ansiedad desaparecen,  
y aprendes a reposar y a esperar en el Señor.

La tonificante de tu alma es la alabanza.

Cuando alabas a Dios y vuelves a Él tus pensamientos,  
cuando te olvidas de ti mismo, sin egoísmo en tu corazón,  
quedas libre para que Dios ponga en ti su gozo.

La nutritiva de tu alma es la Palabra.

Así como en lo físico no puedes vivir sin alimentos,

tu alma necesita el alimento de la Palabra de Dios. [desaparecen.

Cuando te alimentas con la Palabra, la debilidad y la confusión

Serás como árbol plantado junto a corrientes de agua.

El protector de tu alma es la coraza de la fe.

Con la fe te protegerás de las inclemencias de la vida,

mirarás por encima de las circunstancias

y pasarás victorioso en medio de las pruebas.

A través de ti, Dios moverá montañas y alcanzarás

a otros para gloria de Dios.

Si usas a diario estos productos de belleza,

tu alma se mantendrá limpia y tu corazón será puro.

Te saciarás de bien, de modo que te rejuvenezcas como el águila.

El que alguien toque mi vida es un privilegio,

tocar la vida de alguien es un honor,

pero el ayudar a que otros toquen sus propias vidas

es un placer indescriptible.

## *El principito*

El principito subió a una alta montaña. Las únicas montañas que había conocido eran los tres volcanes que le llegaban a la rodilla. Usaba el volcán apagado como taburete. “Desde una montaña alta como ésta, se dijo, veré de un golpe todo el planeta y todos los hombres...” Pero solo vio agujas de rocas bien afiladas.

-Buenos días -dijo al azar.

-Buenos días... Buenos días... Buenos días...  
-respondió el eco.

-¿Quién eres? -dijo el principito.

-Quién eres... quién eres... -respondió el eco.

-Sed amigos míos, estoy solo -dijo el principito.

-Estoy solo... estoy solo... estoy solo -respondió el eco.

“¡Qué planeta raro! -pensó entonces-. Es seco, puntiagudo y salado. Y los hombres no tienen imaginación. Repiten lo que se les dice... En mi casa tenía una flor: era siempre la primera en hablar...”



Este planeta es seco, puntiagudo y salado.

# Recuerdo de mi primer Camino

Paso a paso.

De intervalo en intervalo.

La luz del medio día.

Dios siempre presente y los caminantes también.

Acurrucado en la densidad de mis afanes, sabiendo que el Apóstol me acompaña en mi andadura, el día que llego a Él le reconozco.

Siento caminar entre ángeles y de una historia entre siglos.

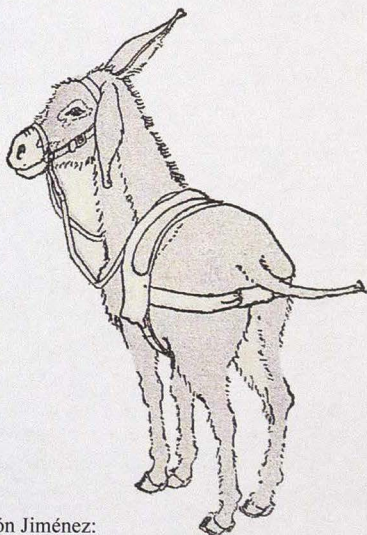
Un recorrido con senderos donde solo se ve tierra y esta naturaleza te acerca a Dios, La hierba se muestra acompañante de forma constante.

Mi soledad fue fuente de inspiración; las ruinas, la pátina del tiempo, me hicieron detenerme en oración.

De cada lugar que pernocté me llevé una piedra y un saquito con la tierra que pisaron mis pies.



## Platero



Decía Juan Ramón Jiménez:

Primero pensé escribir un libro de recuerdos. La suma de mis recuerdos, dando el ente a mi libro.

Juan Ramón cuenta a Platero lo que siente, teme, sueña, espera y siempre todo susurrado e íntimo.

¿Qué pensaría alguien que le viera hablarle a un burro?

Juan Ramón vivió en Moguer, por ello el lector asistirá, a medida que va leyendo, al paso de las estaciones, de una primavera a otra, la llegada de las golondrinas, la floración de los campos, etc., etc.

Y todo descrito con viveza, sencillez y colorido; algo nuevo en la literatura.

Juan Ramón le dio a Platero esa aceptación sencilla, ingenua, poética, respetando cuitas y preocupaciones de un niño.

Algunas estampas serán descritas en próximos Boletines.

# El pan

Te he dicho, Platero, que el alma de Moguer es el vino, ¿verdad? No; el alma de Moguer es el pan. Moguer es igual que un pan de trigo, blanco por dentro, como el migajón, y dorado en torno - ¡Oh sol moreno!-, como la blanda corteza.

A mediodía, cuando el sol quema más, el pueblo entero empieza a humear y a oler a pino y a pan calentito. A todo el pueblo se le abre la boca. Es como una gran boca que come un gran pan. El pan se entra en todo: en el aceite, en el gazpacho, en el queso y la uva, para dar sabor a beso; en el vino, en el caldo, en el jamón, en él mismo, pan con pan. También solo, como la esperanza, o con una ilusión...

Los panaderos llegan trotando en sus caballos, se paran en cada puerta entornada, tocan las palmas y gritan: “¡El panaderooo!...” Se oye el duro ruido tierno de los cuarterones que, al caer en los canastos que brazos desnudos levantan, chocan con los bollos, de las hogazas con las roscas...

Y los niños pobres llaman, al punto, a las campanillas de las cancelas o a los picaportes de los portones, y lloran largamente hacia adentro: “¡Un poquiito de paaan!...”



# Anhebo de un vagabundo



## Perdón

Perdonar es la única alternativa constructiva frente al agravio. Las otras son la venganza —esta es destructiva— y la amargura o el rencor, que proyecta la destrucción en uno mismo. Perdonar es un trabajo espiritual. Como frente a cualquier otra sombra, para ser redimido, el agravio debe contemplarse y sufrirse. Contemplar y sufrir son caminos infinitamente más eficaces —a veces los únicos posibles— de lo que se cree. El fantasma del agravio emerge siempre, antes o después, en el silencio de la oración. Ante su aparición, la estrategia es la misma que conviene desplegar ante cualquier otra sombra: permitir que aflore, observarla amorosamente y, en fin, observar también el pesar que nos ocasiona sin huir de él. No se debe negar ese pesar —lo que resulta muy difícil— ni buscarle un remedio —lo que es difícilísimo—, sino, simplemente, sufrirlo. Y luego —y también es importante— volver al presente, que es siempre el escenario de la presencia de Dios. Así va brotando en nuestra alma, como una semilla que crece, el perdón. Y así es, también, como se va forjando en nosotros la verdadera imagen de Dios. La redención del mundo no es solo un acto de sufrimiento por amor; es el padecimiento de una injusticia sin venganza, sino con perdón. De cómo afrontemos y resolvamos los sufrimientos físicos (enfermedades) y morales (agravios) pende la autenticidad de nuestro cristianismo.

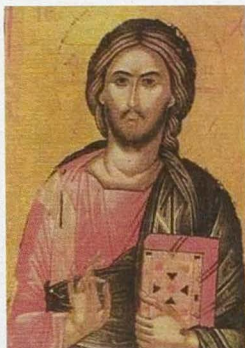
Hay veces en que la propuesta cristiana me parece tan nueva que es como si la escuchara —o dijera— por primera vez.

## Gallitos

Lo que dificulta nuestras relaciones es la necesidad de demostrar al mundo que somos valiosos. Buena parte de nuestro tiempo y energía la derrochamos en esto. El mundo, visto desde esta perspectiva, no es otra cosa que una pelea de gallitos. No es una metáfora: todos somos gallitos en ocasiones, por no decir casi siempre; y todos nos pasamos el día pelándonos. ¿Por qué somos gallitos peleones cuando podríamos ser un águila imperial?

Respuesta: porque estamos convencidos de que vivimos en un corral. Pero, ¿vivimos realmente en un corral? ¿Es el mundo un espacio tan limitado, estrecho y reglamentado que, para sobrevivir, no cabe si no luchar? Mientras los gallitos se pelean en su corral, fuera hay un cielo, amplio y diáfano, en el que volar. No emprendemos el vuelo; preferimos defender nuestro rincón.

Para salir del corral lo primero que hace falta es mirar hacia arriba y darse cuenta de que el cielo existe. Para salir del corral hay que reconocer que un águila imperial es un águila imperial, no negar los hechos, y aprender de su vuelo. Y decirse: "Vamos a ver qué pasa si hoy no me peleo". ¿Y qué sucede entonces? Pues que los otros gallitos no se preocuparán por ti. Piensan que ya estás fuera de combate. No saben que te estás alejando de la riña y preparando para el verdadero combate. La pregunta es: ¿estoy en el combate que quiero y debo? ¿Por qué me importa la opinión de los otros gallitos? Y, aún más: ¿no estoy cansado ya de pelear, cuando podría disfrutar del vuelo?



### La gracia de respetarnos

Jesucristo, Señor y hermano nuestro. Pon un candado a la puerta de nuestro corazón para no pensar mal de nadie, no prejuizar, no sentir mal, para no suponer ni interpretar mal, para no invadir el santuario sagrado de las intenciones.

Señor Jesús, lazo unificante de nuestra fraternidad.

Pon un sello de silencio en nuestra boca para cerrar el paso a toda murmuración o comentario desfavorable, para guardar celosamente hasta la sepultura las confidencias que recibimos o las irregularidades que observamos, sabiendo que la primera y concreta manera de amar es guardar silencio.

Siembra en nuestras entrañas fibras de delicadeza. Danos un espíritu de alta cortesía para reverenciarnos unos a otros como lo haríamos contigo mismo. Y danos, al mismo tiempo, la exacta sabiduría para enlazar convenientemente esa cortesía con la confianza fraterna.

Señor Jesucristo, danos la gracia de respetarnos. Así sea.

*Dame Señor  
la gracia de ofrecerte  
este Boletín:*

*Como si fuera  
un acto litúrgico,  
una misa solemne  
para tu gloria.*

*Y dispuesto al servicio  
de mis hermanos.*

LAUS DEO

VIRGINIQUE MATRI

