

## Oración al Espíritu Santo que el Papa invitó a rezar en Pentecostés

“Espíritu Santo, memoria de Dios,  
reaviva en nosotros el recuerdo del don recibido.

Líbranos de la parálisis del egoísmo y enciende en nosotros el deseo de servir,  
de hacer el bien.

Porque peor que esta crisis, es solamente el drama de desaprovecharla,  
encerrándonos en nosotros mismos.

Ven, Espíritu Santo,

Tú que eres armonía, haznos constructores de unidad;

Tú que siempre te das, concédenos la valentía de salir de nosotros mismos, de  
amarnos y ayudarnos, para llegar a ser una sola familia. Amén”.



- Hoy he soñado que ganaba  
200 millones como mi padre.  
- ¿Tu padre gana 200  
millones?  
- No, también lo sueña.

### Contáctenos a través de:

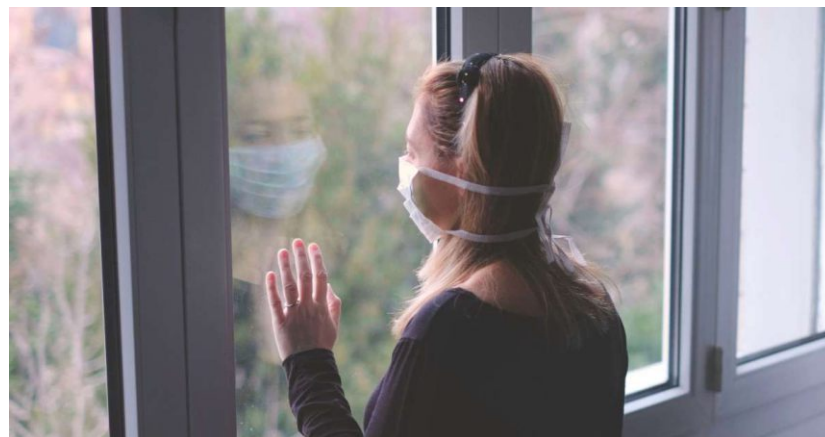
Correo electrónico: [spastoral@obipinar.co.cu](mailto:spastoral@obipinar.co.cu)

Dirección Postal: Obispado de Pinar del Río. Calle Máximo  
Gómez N° 160 e/ Ave. Rafael Ferro y Cdte.  
Pinares. Pinar del Río. CP. 20100

# Caminemos

Boletín formativo para los Agentes de Pastoral de la Salud en Cuba  
Año 2, N° 2. Mayo 2020

## La humanidad en duelo



La pandemia del Coronavirus ha puesto a la humanidad en estado de sitio y de cuarentena. Un virus de 60 a 200 nanómetros ha puesto en vilo al mundo entero. La humanidad entera está en duelo. Duelo por temor y hasta por pánico. Duelo por pérdidas de todo tipo. Duelo con consecuencias económicas graves. Duelo por derrumbe de proyectos e ilusiones. Duelo por la amenaza de la seguridad, de la salud y de la vida. Duelo por la muerte de seres queridos. Duelos por la crisis de fe, de solidaridad y de esperanza. Este duelo nos ha sorprendido a todos, nos ha agarrado de sorpresa, nos ha dejado desnudos, nos ha puesto de rodillas, ha mostrado nuestras falsas seguridades, ha derrumbado nuestros endiosamientos. Es un duelo que nos hace mirar reflexivamente hacia dentro y hacia fuera, para replantearnos, con verdad y con hondura, las cuestiones vitales del género humano, la identidad misma del hombre que es creatura. Este duelo nos ha recordado que todos somos habitantes de una casa común, que, por encima de falsos nacionalismos y solapados egoísmos personales o de instituciones, hemos de proteger como única casa común, cuidando con esmera solicitud y solidaridad nuestros vínculos comunes e interdependientes. Este duelo comunitario, complicado, novedoso y extraordinario hay que elaborarlo con nueva mentalidad y visión, con nuevos paradigmas. Después de esta pandemia el mundo no será igual. Vendrán profundos cambios.

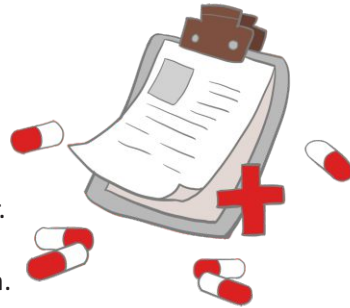
Este es un duelo que hay que trabajarlo dando lo mejor de cada uno de nosotros y de nuestras instituciones. Y puliendo lo peor de nosotros.

Potenciamos nuestra fe en el Dios de la vida, nuestro Padre Creador y Salvador, y en los recursos espirituales y eclesiales que sostienen y fortalecen nuestra esperanza y amor, aportando una visión del hombre auténticamente humana y trascendente.

Cultivemos, como auténticos ciudadanos del cielo y de la tierra, ahora más que que nunca, la prudencia, la justicia, la fortaleza y la templanza.

En este duelo, provocado por un virus tan pequeño, busquemos ansiosamente la vacuna, pero también saquemos un gran fruto de crecimiento y de madurez personal y social. Aferrémonos a las nuevas posibilidades de vida y de futuro. Desposémonos con la esperanza.

## Receta de Salud



Vida honesta y con honor.

En todo, morigeración.

Con todos, buena relación.

En el trato, nunca agresión.

Siempre, sana comunicación. En el hablar, mucha discreción.

No olvidar el buen humor.

En las comidas, moderación.

No a la automedicación.

Sí a la prevención. Cada día, un rato al aire y al sol.

En el ocio, sana distracción.

Sueño sosegado y sin interrupción.

Buena música, lectura y reflexión.

Deporte comunitario y relajación.

En el trabajo, dedicación.

Huir del stress y depresión.

Con el pasado, reconciliación.

Mirar al futuro sin temor.

No caer en la desesperación.

En todo, noble motivación.

Todos los días, una buena acción.

Perdonar y ahuyentar todo rencor.

Regalar una sonrisa con amor.

Y fe, mucha fe en Dios.

**Padre Mateo Bautista. Religioso Camilo.**



## La bomba de agua

Cuentan que un cierto hombre estaba perdido en el desierto, a punto de morir de sed, cuando llegó a una casita vieja sin ventanas, sin techo, golpeada por el tiempo. El hombre deambuló por allí y encontró una pequeña sombra donde se acomodó, huyendo del

calor del sol desértico. Mirando alrededor, vio una bomba a algunos metros de distancia, muy vieja y oxidada. El se arrastró hasta allí, agarró la manija, y empezó a bombear sin parar.

Nada ocurrió. Desanimado, cayó postrado hacia atrás y notó que al lado de la bomba había una botella. La miró, la limpió, removiendo la suciedad y el polvo, y leyó el siguiente mensaje:

*“Primero necesitas preparar la bomba con toda el agua de esta botella, mi amigo” PD.: “Haz el favor de llenar la botella otra vez antes de partir.”*

El hombre arrancó la rosca de la botella y, de hecho, tenía agua. ¡La botella estaba casi llena de agua! De repente, él se vio en un dilema: Si bebía el agua podría sobrevivir, pero si volcase el agua en la vieja bomba oxidada, quizá obtuviera agua fresca, bien fría, allí en el fondo del pozo, todo el agua que quisiera y podría llenar la botella para la próxima persona... pero quizá eso no salga bien.

¿Qué debería hacer? ¿Debería perder todo el agua que tenía en la esperanza de aquellas instrucciones poco confiables, escritas no se sabía cuando?

Con temor, el hombre volcó todo el agua en la bomba. Enseguida, agarró la manija y empezó a bombear... y la bomba empezó a chillar. ¡Y nada ocurrió! Y la bomba chilló y chilló.

Entonces surgió un hilito de agua; después un pequeño flujo, ¡y finalmente el agua salió con abundancia! La bomba vieja y oxidada hizo salir mucha, pero mucha agua fresca y cristalina. Él llenó la botella y bebió de ella hasta hartarse. La llenó otra vez para el próximo que por allí podría pasar, la enroscó y agregó una pequeña nota al billete preso en ella:

*“¡Créeme, funciona! ¡Necesitas dar todo el agua antes de poder obtenerla otra vez!”*

Ningún esfuerzo que hagas será válido, si lo haces de la manera equivocada. Puedes pasar toda tu vida intentando bombear algo cuando alguien ya reservó la solución para ti. ¡Pon atención a tu alrededor! ¡Dios está siempre listo a suplir tu necesidad! Escucha atentamente lo que Dios tiene para decirte en la Biblia y confía. Como ese hombre, nosotros tenemos las instrucciones por escrito a nuestra disposición. Basta usarlas.