

que aprovechar ese período de tiempo. No olvides que la paciencia incluye la búsqueda de la voluntad de Dios para nosotros aquí y ahora.

“Se trata de construir un mundo, en el cual cada hombre pueda vivir una vida plenamente humana, librada de todo tipo de servidumbre producida por otros hombres o por la naturaleza no suficientemente dominada” *Encíclica Populorum Progressio*.

PARA NO SENTIRNOS AGOBIADOS NI AGOBIAR

A LOS QUE NOS RODEAN:

A veces padecemos de una “tristeza inútil” que nos amarga la vida y hace que quienes nos rodean y nos quieren no sepan qué hacer para sacarnos del “bache”. Hay que aprender a separar los motivos de preocupación o disgustos, nacidos de fundamentos reales, de todas las contrariedades que surgen



porque no somos capaces de aceptarnos a nosotros mismo.

Una gran parte de nuestros problemas podríamos eliminarlos sin medicamentos ni medios extraordinarios, sin dar quehacer a los demás, sin sentirnos víctimas, lo único necesario es ser capaces de detectar reflexivamente qué es lo que nos incomoda y luego asumiéndolo con honestidad y valor, cuando se trata de inconformidad con nosotros mismos. Es una solución al alcance de todos, pero que sólo se puede poner en práctica desde el buen sentido y la sinceridad con nosotros mismos.

contigo

**Boletín Mensual de Pastoral de la Salud
Parroquia Ntra. Sra. de Montserrat
Octubre 2010. Nro. 23**

En este mes celebramos:

Viernes 1: Santa Teresa del Niño Jesús

Sábado 2: Santos Ángeles Custodios

Domingo 3: Día del Seminario

(orar por los futuros sacerdotes)

Lunes 4: San Francisco de Asís

Miércoles 7: Nuestra Señora del Rosario

Martes 12: Nuestra Señora del Pilar

Viernes 15: Santa Teresa de Jesús

Lunes 18: San Lucas, patrono de nuestro Cardenal

Domingo 24: San Antonio María Claret

(obispo de Santiago de Cuba)

Jueves 28: San Judas y San Simón

Para saber un poco más:

Historia del Rosario



El rosario apareció y se difundió entre los siglos xv y xvi y fue difundido ampliamente por los padres dominicos. El 7 de octubre de 1571 la flota cristiana venció a la flota de los



turcos a pesar de que los turcos tenían una flota muy superior a los cristianos. La victoria se le atribuyó a la Virgen del Rosario y el santo Padre Pío V dispuso la celebración en esa fecha de la fiesta a la Virgen Nuestra Señora del Rosario. Entre nosotros, la comunidad de Santa María del Rosario, cerca del Cotorro y la de Melena del Sur, cerca de Güines, la tienen por patrona y protectora.

Consejos para:

Los que conviven con ancianos

- Trate de no excluir al anciano de las conversaciones sostenidas en el hogar, más bien propicie cualquier tipo de comunicación ya sea hablada –si el anciano oye mal, alce la voz, use gestos etc.
- Evite los ruidos fuertes alrededor del anciano, como radio, televisión o reproductor de música demasiado alto, siempre que sea posible.
- Simplifique el lenguaje al hablar con ellos utilizando oraciones cortas y sin palabras extrañas para él. Nunca le hable como si fuera un niño, sino todo lo contrario.
- Solicítele su opinión especialmente sobre asuntos familiares. No se la discuta ni le lleve la contraria, recuerde que es su opinión y debe ser respetada.



- Proporciónele todo el tiempo que sea necesario para que se exprese, sin dar muestras de impaciencia o de aburrimiento y nunca le diga: eso ya me lo contaste.
- En todo momento sea paciente, comprensivo y amable con los ancianos.



Sobre la virtud de la Paciencia

La paciencia es la compañera de la sabiduría” decía San Agustín y San Gregorio Magno. “La paciencia es el origen y el guardián de todas las virtudes”, finalmente, San Francisco de Sales aconsejaba frecuentemente: “Ten paciencia con todo el mundo, pero ante todo, contigo mismo”.

Es importante que no confundamos la paciencia ni con la impasibilidad ni con el conformismo, estos dos últimos no son virtudes sino defectos. Ciertamente muchas veces hay que esperar –ser pacientes– pero mientras tanto, hay