



# Del dolor y el sufrimiento

*En recuerdo de las víctimas  
del terremoto de Haití, Enero 2010*



*T ./ Hartos de todo,  
Llenos de nada,  
Sedientos al broquel de tus pozos  
Y hambrientos de tu casa,  
venimos, Padre,  
el corazón entre tus brazos,  
la frente humilde de delitos,  
a recibir tu denario.*



*Lucas 13, 1 - 5*

<sup>1</sup> En aquella ocasión algunos de los presentes le contaron que Pilato había mezclado la sangre de unos galileos con la de las víctimas que ofrecían.

<sup>2</sup> Jesús les contestó:

- ¿Pensáis que esos galileos eran más pecadores que los demás, por la suerte que han sufrido? <sup>3</sup> Os digo que no; y, si no os enmendáis, todos vosotros pereceréis también. <sup>4</sup> Y aquellos dieciocho que murieron aplastados por la torre de Siloé, ¿pensáis que eran más culpables que los demás habitantes de Jerusalén? <sup>5</sup> Os digo que no; y, si no os enmendáis, todos pereceréis también.

*Is. 38,10ss*

*I ./*

*Levantán y enrollan mi vida,  
como una tienda de pastores.*

*Como un tejedor,  
devanaba yo mi vida,  
y me cortan la trama.»*

*D ./*

*Día y noche me estás acabando,  
sollozo hasta el amanecer.*

*Me quiebras los huesos como un león,  
día y noche me estás acabando.*

---

*De la vida de Siddharta, el Buda*

Un día de primavera salió del castillo con su padre. Observaban juntos a un campesino con su arado cuando vieron que un pájaro descendía y se comía un gusano que había quedado al descubierto por el arado. Se sentó a la sombra de un árbol y pensó sobre ello, y murmuró para sí: "¡Vaya! ¿Todos los seres vivos se comen unos a otros?" El Príncipe, que tan rápido había perdido a su madre, quedó muy afectado por la suerte de estas criaturas. Su herida espiritual crecía día tras día; como una pequeña cicatriz en un árbol joven, el sufrimiento de la vida humana quedó grabado en su mente

*I . / ¿Quién conoce la vehemencia de tu ira,  
quién ha sentido el peso de tu cólera?  
Enséñanos a calcular nuestros años,  
para que adquiramos un corazón sensato.*

*D . / Vuélvete, Señor, ¿hasta cuando?  
Ten compasión de tus siervos;  
por la mañana sácianos de tu misericordia,  
y toda nuestra vida será alegría y júbilo.*

*-- De un carta de un maestro budista*

**Examina el dolor, obsérvalo conforme cambia en intensidad, conviértete en el dolor si quieres. El dolor puede ser usado como una buena práctica para la meditación, pero requiere mucha resistencia y paciencia, a veces con resultados muy gratificantes.**

*T . / Danos alegría, por los días en que nos afligiste,  
por los años en que sufrimos desdichas.  
Que tus siervos vean tu acción  
y sus hijos tu gloria.*

*-Buda*

**El dolor es inevitable, pero el sufrimiento es opcional**



---

*Sal 41*

*I ./*

*Las lágrimas son mi pan  
noche y día.  
mientras todo el día me repiten:  
"¿Dónde está tu Dios?"*

*D ./*

*¿Por qué te acongojas, alma mía,  
por qué te me turbas?  
Espera en Dios que volverás a alabarlo:  
"Salud de mi rostro, Dios mío!"*

1 Jn 3, 14

Nosotros sabemos que hemos pasado de la muerte a la vida porque amamos a los hermanos. No amar es quedarse en la muerte.

*T ./*

*Tú endulzarás mi última amargura,  
tú aliviarás el último cansancio,  
tu cuidarás los sueños de la noche,  
tu borrarás las huellas de mi llanto.*

*Tú nos darás mañana nuevamente  
la antorcha de la luz y la alegría,  
y, por las horas que te traigo muertas,  
tú me darás una mañana viva.*

