



## PERDONAR DE TODO CORAZÓN, ¡UNA TAREA URGENTE!

El pasado mes de abril hice un retiro de sacerdotes en el que nos pidieron hacer el siguiente ejercicio: pedir luz a Dios para que nos mostrara a las personas que aún no habíamos perdonado de todo corazón. Yo pensaba que no saldría ninguna, pero el Señor me mostró 5 personas (la mayoría de ellas apenas las veo nunca). Vi que tenía una actitud hacia ellas como si para mí fueran transparentes, pero **el resentimiento es como un cáncer que hay que extirpar de raíz, ya que, si no, puede volver a brotar de nuevo y convertirse en un gran árbol.**

En este ejercicio también nos hacían escribir los sentimientos que te provocaba el recuerdo de estas personas: menosprecio, autoritarismo, dolor... Son sentimientos que aún anidaban en mi corazón. El predicador nos recordó que Jesús, en la cruz, cargó todos los pecados del mundo: los que he hecho yo, pero también los pecados que han hecho los demás sobre mí. Y que Jesús no quiere que carguemos más lo que Él ya ha querido cargar por nosotros.

Finalmente, en una tercera parte, rogábamos a Jesús abrazando la cruz. Le presentábamos persona a persona, explicándole todo el daño que nos han hecho y, por cada uno de ellos, escuchábamos cómo Jesús nos decía: deja que yo absorba todos estos sentimientos: de dolor, de rabia, de abandono... Jesús chupa estos sentimientos y derrama sobre ellos su unguento que cura todas las heridas.

Debo decir que este ejercicio me ha ido muy bien y ahora busco volver a relacionarme con estas personas para entrar en una nueva etapa, con más comunión.

Para poder perdonar de corazón, también hay dos estrategias que me han sido de gran ayuda. **La primera consiste en rezar a Dios para que comparta conmigo el amor que Él siente hacia la persona que me resulta difícil de amar.** Y lo que es asombroso es que Dios realmente lo hace. Él nos inunda de amor por aquella persona que nos cuesta amar. El Señor derrama su Espíritu de amor dentro de nuestro corazón y, de repente, nos encontramos amando a esta persona y mirándola con más comprensión... si no sale a la primera, hay que aplicar lo de «Pedid y se os dará, buscad y encontraréis, llamad y se os abrirá; porque todo el que pide recibe, quien busca encuentra y al que llama se le abre» (Mt 7,7-8) y, al final, acabas perdonándole y amándole.

La última estrategia que utilizo es la confesión, y la percibo como una especie de radioterapia positiva. Así como la radioterapia reduce el tamaño de un tumor, cuando nos confesamos, el Señor irradia el problema con la luz del Espíritu Santo. Con su ayuda, los sentimientos negativos de las relaciones se van debilitando y el Señor va tejiendo puentes de comunión con aquella persona que te ha hecho daño.

Te animo limpiar tu corazón para no albergar ningún tipo de resentimiento por nadie que no hayas perdonado de todo corazón. Hay personas que no lo hacen y, realmente, esto les marca mucho la vida. Conozco casos a quienes les cuesta dormir por la rabia que sienten por cosas que les ocurrieron hace mucho tiempo. Recordemos lo de Jesús: «Bienaventurados los misericordiosos, porque ellos alcanzarán misericordia» (Mt 5,7).

*Mn. Emili Marlés*

# Actividades e Información

>> **Lunes, 6, a las 20:35 h Adoración joven.**

>> **Martes, 7, a las 21 h. Encuentro de los grupos Amoris Laetitia.** Tema: Las ideologías de género y la educación sexual en la familia. ¿Cómo lo vivimos?

>> **Jueves, 9, a las 20:35 h Adoración.**

>> **Viernes, 10, cadena de plegaria por las vocaciones:** todas las diócesis catalanas nos unimos en nuestras oraciones del día para pedir a Dios que lleve nuevas vocaciones a su Iglesia.

>> **Sábado, 11,** recogida de alimentos para el *Rebost* de Cáritas. Estaremos de 10 h a 14 h en los supermercados de Sant Cugat: **Bon Preu** y **Esclat** de Volpelleres; **Mercadona** de Volpelleres y Mira-sol; y **Condis** de Colom, Coll Favà, Torreblanca, Can Mora y Valldoreix.

>> **Domingo, 12,** haremos la **colecta para la Iglesia Diocesana**, para compartir nuestros bienes con las parroquias de nuestra diócesis con menos recursos.

**El sábado 18 de noviembre** participaremos en el **CONGRESO INTERNACIONAL INSPIRA** sobre evangelización que se hará en Barcelona. Nos han invitado para dar testimonio como parroquia evangelizadora y compartir: cómo impulsamos la evangelización, cómo discernimos las ideas y cómo desarrollamos los proyectos para que cada día haya más seguidores de Jesús en nuestra comunidad.  
+ información e inscripciones en [congresinspira.com](http://congresinspira.com)



## Matrimonios

**11 de noviembre**

IRENE FERRER-BONSOMS CASTAN y JAVIER GALLOSTRA ACÍN



## Exequias

**RECEMOS POR NUESTROS HERMANOS DIFUNTOS:**

† Montserrat Geli † Ángeles Gámez Sillero (85)

† Rosa González López (95) † Antonio Rodríguez Garcia (78)

† Maria Rosa López Mainé (90) † Josep Mabres Torelló (80)

**El martes celebraremos la Santa Misa por ellos**



## Intenciones de Misa

**Sábado, 4, 9:00** Rosa Moretó. **19:00\***

**Domingo, 5, 9:00** Antonia Rovira. **11:00** Rosario Delgado // Filomena Nogales y Asteria Quaquira. **12:00\*** **13:15\*** **19:00\*** **20:30** Familia Collelldemont.

**Lunes, 6, 9:00** Amadeu Rovira (hijo). **20:00\***

**Martes, 7, 9:00** Familia Salarich-Arenas. **20:00** Misa difuntos.

**Miércoles, 8, 9:00** Timoteo y Francisca // Xavier Sarrias. **20:00** Xavier Sarrias

**Jueves, 9, 9:00\*** **20:00** Familia Salarich-Reinés.

**Viernes, 10, 9:00** Concepción Serrano. **20:00\***