



PENSAMENTS OBSESSIUS? T'EXPLICO QUÈ FER AMB ELLS

Fa anys que detecto un **atac generalitzat del mal esperit** que fa patir moltes persones. Es tracta dels pensaments obsessius. M'explico: quan tenim un problema és fàcil caure en un **bucle de pensaments que ens dominen** durant tot el dia i ens xuclen una gran part de la nostra energia. Sovint, la intensitat d'aquestes idees és tan forta que no ens deixa ni dormir.

El nostre cervell s'angoixa i comença a donar voltes i més voltes amb **pensaments que ens atrapen**. És com si ens poséssim a la roda d'un hámster, girant una vegada i una altra amb l'esperança de trobar una solució. Però la solució no arriba mai. I és que aquesta ruleta no ens deixa avançar i fa que ens convertim en els seus ostatges.

Us sona aquesta descripció? Jo l'he patida moltes vegades. És una **guerra silenciosa que es lliura en la ment** de moltes persones. Avui **m'agradaria aportar una mica de llum** sobre aquest problema perquè és una pandèmia que hem d'erradicar.

Primer de tot, hem de **detectar d'on venen aquests pensaments?** De Déu segur que no, ja que enmig dels problemes el Senyor sempre ens diu: "no us preocupeu per la vostra vida", i ens demana que ens fixem en els ocells del cel que "no sembren, ni seguen, ni recullen en graners i el vostre Pare celestial els alimenta". I ens diu: "¿No valeu més vosaltres que no pas ells?" (Mt 6,25.26). Per tant, **els sentiments que Déu suscita en el nostre cor quan estem enmig de batalles, són sentiments de confiança, d'esperança**. Ell ens recorda que té cura de nosaltres i que "ho disposa tot en bé dels qui ell estima" (cf. Rm 8,28).

Això vol dir que l'origen d'aquests pensaments els tenim en el mal esperit que, com un hacker sigil·lós, ens envia spams negatius a la nostra ment. És molt **propí del dimoni entristir-nos, exagerar les situacions que vivim, presentar-nos els escenaris pitjors...** En definitiva, pintar-ho tot de color negre. Un cop ens ha colat el seu missatge ja s'aparta, no li cal fer res més, perquè l'embolic mental ja ens el fem nosaltres mateixos.

Llavors, **com puc vèncer els pensaments obsessius?**, doncs de la mateixa manera que fas front a un email que es veu que **és spam: ni obrir-lo!** Si et ronden pel cap pensaments d'aquest tipus, **t'animo a renunciar-hi** dient-los: "tu no vens de Déu, sinó del dimoni. Tu no busques el meu bé, sinó destruir-me i treure'm la pau. Per tant, et bloquejo, no vull saber res de tu". Hem de fer com amb els pensaments impurs: encara que vinguin amb insistència, **no secundar-los**. Si fem això, **aquests pensaments desapareixen**, ja que apliquem el consell que ens dona sant Jaume en la seva carta: "Resistiu al diable, i el diable fugirà lluny de vosaltres" (Jm 4,7).

Des del moment en què vaig descobrir aquests atacs del hacker, la meua vida és més tranquil·la i m'he convençut que **tenir pensaments obsessius no és normal**, ja que no venen de Déu. Hem de treballar per erradicar aquesta pandèmia de les nostres ments. Perquè **Déu vol que visquem una vida confiada en ell**. Com ens diu el salmista "em mantinc en pau, com un infant a la falda de la mare" (Sl 131,2). **Activa el teu antivirus!**

Activitats i Informació

>> La col·lecta d'avui és per al DOMUND, per a tot aquells missioners de l'Església que porten l'evangeli arreu del món.

>> Dilluns, 21, a les 20:35 h, Adoració jove.

>> Dijous, 24, a les 20:35 h, a l'església, formació: **Redescobrir la humilitat. A càrrec del filòsof Francesc Torralba.** Al final de la xerrada es podrà adquirir el seu llibre Humildad i tenir la signatura de l'autor. Us animem a convidar les vostres amistats!

>> Divendres, 25, a les 20:35 h, Pregària de Taizé amb les Benaurances: «Feliços els perseguits pel fet de ser justos: d'ells és el Regne del cell!»

>> Dissabte 26 d'octubre, **Jornades Transmet** del Bisbat de Terrassa. Serà al Col·legi Pureza de Maria, a partir de les 9:30 h. Com a Parròquia participem amb el taller número 1, titulat "En Crist i en Esperit: la iniciació cristiana". **Explicarem el programa Sicòmor d'iniciació a la fe per a joves i adults.** Per assistir a les jornades cal inscripció prèvia a: Transmet.bisbatdeterrassa.org

JA ES PODEN ADQUIRIR LES ENTRADES PEL CONCERT A BENEFICI DE CÀRITAS



Preu: 10€, a la sagristia i 12€, al web santperedoctavia.org (incloses les despeses de gestió de la venda online)

El concert serà el **dissabte 2 de novembre a les 20:30 h**, amb el Rèquiem de Fauré i el Laudato Domine de Mozart interpretats per l'Orquestra simfònica Victòria dels Àngels i l'orgue de la Parròquia; i amb veus corals i solistes de primer nivell. Els beneficis es destinaran a Càritas Sant Cugat.



Matrimonis

26 d'octubre

Laura Serra Justes i Julián Bueso Cervilla
Alba Gil Martín de Prado i Pol Andreu Auladell



Exèquies

PREGUEM PELS NOSTRES GERMANS DIFUNTS:

† Isidro Ramírez Velastiquí (aniv) † Luis Carazo Villares (77)
† M. Del Carmen Racero Vallejo (88) † Cristobal Gavia Ganfornina (81)

Dimarts celebrarem la Santa Missa per ells



Intencions de Missa

Dissabte, 19, 9:00* 19:00*

Diumenge, 20, 9:00 Emili Garcia i Carmen Monclus. **11:00** César Andrés Barreto (11è aniv).

12:00* 13:15* 19:00 Dominic Quintero // Marta Restrepo i Jaime Montaña. **20:30** Família Roca // Cristina Corbella i Rosalba Vargas.

Dilluns, 21, 9:00 Leonor Orijuela. **20:00** Vicente Calvo.

Dimarts, 22, 9:00* 20:00 Missa difunts.

Dimecres, 23, 9:00* 20:00 Ramon Bort (4t aniv) // Alberto Plans (4t aniv).

Dijous, 24, 9:00 Francisco Javier Capel. **20:00** Cristina Ferrer (1r aniv) // Miguel Herrera.

Divendres, 25, 9:00 José Maria, José Antonio, Antonio i Dolores // Manuel Pintado // Família Bort-Caldés. **20:00***