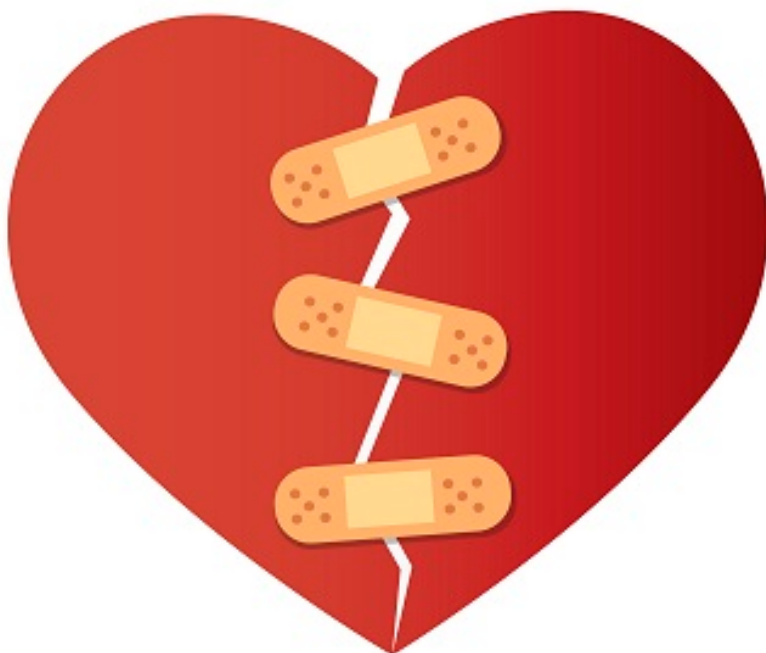


Retiro en Cuaresma 2024  
Fidel Aizpurúa



**SANANDO  
HERIDAS**

Al llegar la Cuaresma, la llamada a la conversión resuena en la Iglesia. Puede tener el peligro de ser algo cíclico que deriva en rutina. Pero también es posible hacerle un sitio en el itinerario del creyente. No es un mero deseo; también es una posibilidad.

Hay quien define la conversión como una “revolución del alma” (J. Baggini). Podría parecer excesivo, pero de algo de eso se trata: apuntar al corazón, a la interioridad y creer que la propuesta de modificación, de cambio, que hace el evangelio tiene que ver con uno. No es un brindis al sol, sino un dardo al propio corazón.

La concreción para la conversión que proponemos este año es SANAR HERIDAS. Cualquiera sabe que las heridas son elemento de la más concreta realidad. Están siempre ahí, con mayor o menor profundidad, con diverso grado de dolor, con repercusiones de distinto calado. Pero están ahí. Mejor encararlas que obviarlas.

Y también está comprobado que, en parte al menos, podemos ejercer con ellas una acción sanante, mitigadora, curativa. Eliminar las heridas no está en nuestra mano; sanarlas sí en la medida en que nos inclinemos a ellas, las acogamos, las cuidemos.

Comenzar la Cuaresma de este año con un planteamiento tal puede ser algo más que un anhelo. Puede ser tomarse en serio la capacidad “samaritana” de la vida y de la fe ante la evidente presencia de las heridas en nuestra vida. Pasar del deseo al trabajo con ellas; he ahí el desafío y el marco de la conversión.

# 1. Llegó con tres heridas

Vamos a comenzar trayendo a colación el conocido poema de Miguel Hernández en su “Cancionero y romanero de ausencias”.

Llegó con tres heridas:  
la del amor,  
la de la muerte,  
la de la vida.

Con tres heridas viene:  
la de la vida,  
la del amor,  
la de la muerte.

Con tres heridas yo:  
la de la vida,  
la de la muerte,  
la del amor.

- Nos resulta raro contemplar a Jesús con heridas (excepto las de su pasión). Pero en él está la herida del amor (Mt. 23,37), la de la vida (Jn. 10,10-11) y, por supuesto, la de la muerte (Jn. 19,30). La piedad lo ha entendido como “varón de dolores” (siguiendo a Is. 53,3). Pero, en realidad, es “varón de heridas” porque está herido de amor, del amor “más grande” del que se da a quienes se ama (Jn. 15,13-17).

- Con las tres heridas viene también la persona de hoy: la de la vida, porque la vida no se detiene a pesar de las heridas (testimonio de J. R. Amores, alcalde de La Roda: “La ELA me ha hecho mejor persona”); la del amor (*Fiducia supplicans*); la de la muerte (36 conflictos armados en la actualidad).
- Con las tres heridas vamos cada uno de nosotros: la de la vida, porque construir buena relación no es siempre camino fácil, contiene heridas; la de la muerte, porque van apareciendo las goteras personales que apuntan en esa dirección; la del amor, porque, mal que bien, nos apoyamos y acompañamos con innegable aprecio cercano al cariño.

## 2. La luz de la Palabra

Hay palabras que resumen todo el evangelio. Una de ellas es “curar”. Por eso Jesús, cuando envía a anunciar el Reino envía a curar: “Curad enfermos, resucitad muertos, limpiad leprosos, echad demonios” (Mt. 10,8). Curar, en cualquiera de sus dimensiones, es evangelizar. Quien cura hace la obra de Jesús, la obra del mismo Dios (Os. 6,2).

- Jesús cura las heridas de la vida: cuando esta se ha reducido a los mayores límites (la viuda de Naím: Lc. 7,11-17). Y por ello, él tiene claro que lo suyo es venir “para que tengan vida y la vida sobreabunde” (Jn. 10,10). Él quiere taponar las heridas por las que se va la vida hasta que llegue el mundo sin dolor, sin llanto, sin luto (Ap. 21,4).

- Jesús cura las heridas del amor: y encaja el amor que no es correspondido por egoísmo (el joven rico: Mc. 10,17-30) o por debilidad (Pedro: Lc. 22,32). Y es curado en las mismas heridas de amor que él sufre por el rechazo familiar y que quedan enjugadas con el consuelo que le aporta su “otra familia”, la de quienes cumplen el designio (Mc. 3,31-35).
- Jesús cura las heridas de la muerte: las cura en su propia madre (Lc. 2,35: “una espada truncará tus anhelos”) y en él mismo (los anuncios de la pasión: Mt. 16,21-23). Enfrentado a su propia muerte, buscando luz en sus propias tinieblas (la transfiguración: Mc. 9,2-10).

Así que se puede concluir con 1 Pe. 2,25 que “sus heridas nos han curado”. La paradoja amplía el sentido. Como se dice en el himno *Oh cruz fiel*: “la gracia está en el fondo de la pena y la salud brotando de la herida”. La curación de Jesús es su evangelio; la mejor medicina para cualquier herida de la vida y de la fe.

### **3. Profundizando**

Vamos a intentar dar algunas pistas que nos ayuden a profundizar en el tema. Quien sabe de la profundidad, sabe de Jesús. Y el tema de las heridas, tan amargo a veces, puede ser luminoso. Dice J. L. Chretien: “la fragilidad humana, en lugar de ser lo que se debería vencer, e incluso eliminar, puede convertirse en la grieta o en la gracia que la transfigura”.

- *Las heridas nos llevan a la apertura:* puede que, en algún caso, las heridas no lleven a cerrarnos, a aislarnos. Pero las experiencias de vulnerabilidad llevan aparejadas preguntas, a veces irresolubles, que interrogan sobre el sentido de la vida. Si ocurre esto, las heridas nos hacen un gran beneficio porque una persona aislada es como una realidad muerta. Las heridas no solamente abren la carne, abren, así mismo, el corazón, el alma, el sentido.
- *Las heridas nos llevan al encuentro:* porque estamos hablando de experiencias fuertes, las heridas pueden llevarnos al encuentro con el otro que ha sufrido semejante fragilidad o que, sin haberla sufrido en la propia carne, las sufre en la convivencia. Del encuentro de quien sufre similares heridas brota, con frecuencia, la luz y la compasión. Las heridas del apeado en el camino llevan al encuentro con el samaritano. Y, cuando ese encuentro se produce, la tiranía de las heridas aminora.
- *Las heridas nos llevan al asombro:* porque al acarrear preguntas, las heridas nos abren a respuestas insospechadas. Uno ve, a toro pasado, que tiene comportamientos que no los habría tenido como los tiene ahora después de una experiencia de fragilidad. Y así vemos el asombro de percibir que las heridas, por duras que sean, no matan la ilusión y el deseo de vivir; a veces lo confirman y aumentan. Y aparece el asombro enorme de percibir que la herida, a veces, nos ha humanizado y ha logrado hacernos sensibles a algo que desconocíamos.

- *Las heridas nos llevan a la humildad:* no tanto a una humildad religiosa o moral, cuanto existencial. Nos ayudan a vernos en la verdadera talla de lo que somos abriéndonos a una correcta autoestima que no humilla ni ensoberbece. Eso puede ayudarnos a percibir también a los demás con una humildad (una verdad) que no adula y que tampoco menosprecia. Las heridas nos recuerdan que, aunque somos barro bendecido, del barro venimos.
- *Las heridas nos llevan al acompañamiento:* porque, al percibir que la curación de muchas heridas no está en nuestras manos, entendemos que la tarea es otra: acompañarnos y sostenernos como necesita un brazo amable que le evite tropezar, ir más abajo aún. Y todos sabemos que una herida acompañada es una herida de menor virulencia experimentando, a la vez, la posibilidad de una vida en gozo aunque las lágrimas estén ahí.
- *Las heridas nos llevan al infinito:* ya que, por muchas que sean las lágrimas, no logran impedir del todo ver la luz del sol y entender que esto frágil tiende a horizontes de plenitud irremediablemente. Aunque parezca una exageración, nuestras lágrimas nos conectan con las del Jesús (Jn. 11,33) y con las del odre en que Dios las guarda (Sal. 56,8).

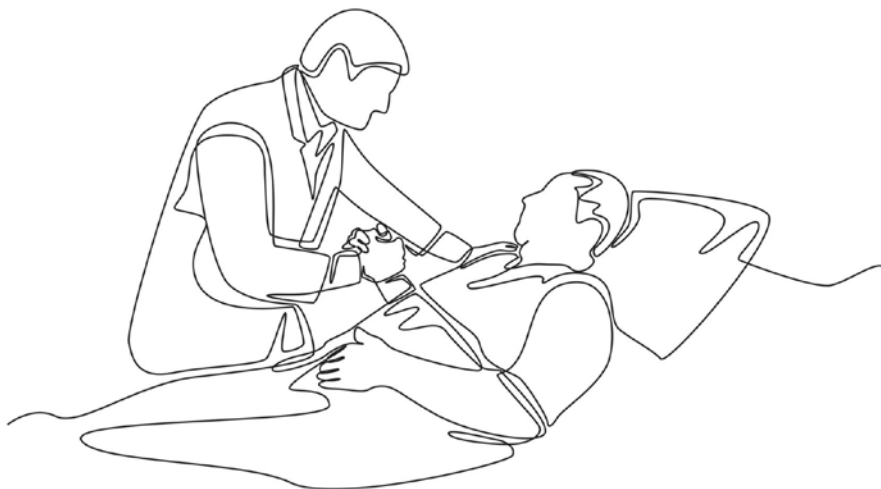
## 4. Nuestras heridas cercanas

¿Y cuáles nuestras heridas más cercanas, aquellas que nos urgen cada día?

- *La herida de la soledad:* es, quizá, la principal herida del yo, aquella que brota de la honda dificultad para entregar el corazón. Y a ello se le añaden las dificultades de relación que provienen del carácter diverso, de la distinta visión de la sociedad, de la mirada diferente. De tal manera que, para sobrevivir, nos instalamos en la soledad. Herida profunda que va minando el alma. Herida que demanda ser acompañada con paciencia y entrega.
- *La herida de la imposibilidad:* que acompaña crecientemente a la vivencia familiar, comunitaria. Una resignación que lleva al indefectible “no hay nada que hacer”. Por ser tal, es una herida a la que no se pone remedio, porque las cosas son como son. Demanda esta herida acompañarla con la ilusión renovada y la creencia firme de que siempre pueden germinar brotes verdes en cualquiera de nuestros desiertos.
- *La herida del aislamiento:* que tanto afecta a la Iglesia. Herida que se alimenta del autismo que es la certeza de que como la sociedad no nos comprende, nuestros caminos se diversifican y termina el creyente siendo un “marciano”, un aislado en el conjunto social. Herida que se cura con diálogo, con pacto, con cercanía que no renuncia a las posibilidades de convivir con lo diverso.



- *La herida de la exclusión:* que es la que más afecta a la sociedad, polarizada, como decimos ahora. Herida que la llevan quien excluye y quien es excluido, ambos dos. Herida que necesita insistir en que la dicha se consigue mejor cuando el abrazo es amplio que cuando se le da a alguien la espalda. Herida que, si se atiende, pone al frágil en el ámbito de lo social y a quien excluye le libera de la certeza de que su exclusión social es “el pecado más grande”, del que habla el evangelio (Mt. 12,21-33).

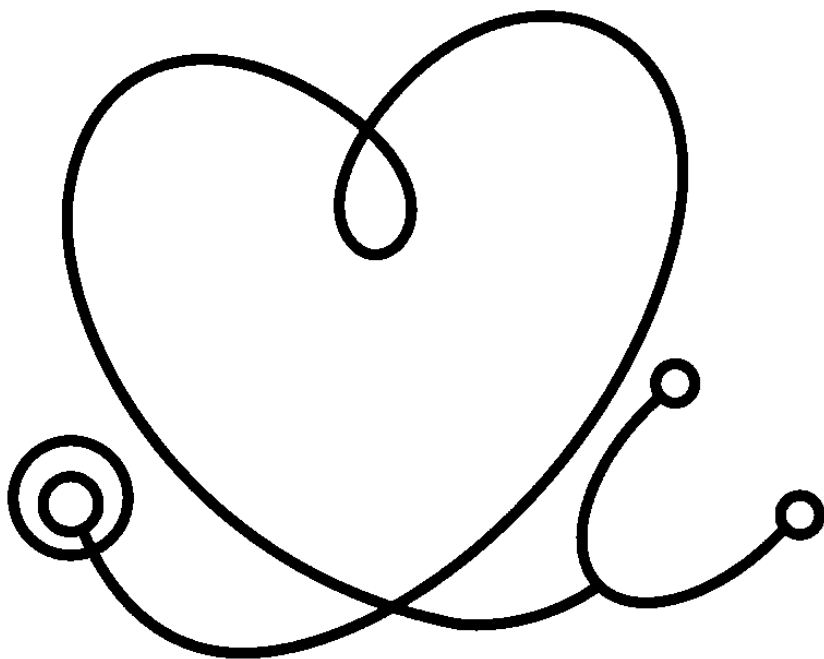


## 5. Itinerario

- *19-24 de febrero:* ponemos ante Jesús nuestras dolencias más personales, nuestras soledades y silencios. Escribe cada día una herida que te acompaña. Preséntala en la oración.
- *26 febrero a 2 de marzo:* ponemos ante Jesús las heridas fraternas de las que hacemos parte. Escribe cada día una herida fraterna y preséntala en una petición de vísperas.
- *4-9 de marzo:* ponemos ante Jesús las heridas familiares que conocemos. Las escribimos, día a día, y pedimos en Laudes por ellas.
- *11-16 de marzo:* ponemos ante Jesús las heridas eclesiales, el aislamiento, los abusos a menores, la voracidad económica. Escribimos, si hay lugar, una petición para la eucaristía diaria.
- *18-23 de marzo:* ponemos ante Jesús las heridas sociales, las exclusiones, la polarización, los agravios injustos. Ponemos esas heridas en el cartel de anuncios con el deseo de que sean heridas curadas.

## Conclusión

La Cuaresma, lo sabemos, es un fuerte toque de atención a la comunidad cristiana. El tema de las heridas y su acompañamiento puede ser una concreción que nos ayude este año a dar más hondura a nuestra vivencia cuaresmal. Jesús, el que cura y acompaña nuestras heridas, nos muestra una senda. Si escuchamos la voz, no endurezcamos el corazón (Sal. 94,7).



# SANANDO HERIDAS



[hermanoscapuchinos.org](http://hermanoscapuchinos.org)

