

Laudato Si' 2020

Tema: "Todo está conectado"

Un retiro de 9 días

16-24 de mayo de 2020



19 de mayo de 2020

Capuchin GEM (Movimiento por un medio ambiente verde) – Oficio de JPIC - Capuchinos

vol. 1 número 4

Queridos hermanos y hermanas:

Paz y bien

Para conmemorar el quinto aniversario de Laudato Si' , te invitamos a unirse a nosotros en un retiro de 9 días.

Cada día, le proporcionaremos materiales en los que puede encontrar inspiración. Terminaremos cada sesión con una breve conclusión. Todo lo que se requiere de usted es darse unos minutos cada día para encontrar un lugar tranquilo para leer y reflexionar en paz.

Para hoy, día 4, tenemos tres temas:

1. No tiene donde recline la cabeza
2. Apacienta mis corderos
3. Farmacia de la naturaleza y muchos más ...

Cerramos los tres temas con una conclusión.

¡Feliz lectura y que Dios los bendiga siempre!

Oficio del JPIC, OFM Capuchinos

INGLÉS (TEXTO ORIGINAL)

TRADUCCIÓN ESPAÑOLA

I. Nowhere to lay His head

⁵⁷ As they were proceeding on their journey someone said to him, "I will follow you wherever you go."⁵⁸ Jesus answered him, "Foxes have dens and birds of the sky have nests, but the Son of Man has nowhere to rest his head." - Luke 9:57-58

Kalbay! We arrived at Kalbay early in the morning. It took us several hours of ride in an 'outrigger boat' to get there. Shortly after, patients started coming. Our work has begun!

As usual, the number of patients was

I.No tiene donde recline la cabeza

⁵⁷ Y aconteció que yendo ellos, uno le dijo en el camino: Señor, te seguiré donde quiera que fueres.⁵⁸ Y le dijo Jesús: Las zorras tienen cuevas, y las aves de los cielos nidos; mas el Hijo del hombre no tiene donde recline la cabeza.- Lucas 9:57-58

Kalbay! Llegamos a Kalbay temprano en la mañana. Nos tomó varias horas de viaje en un 'bote de apoyo' para llegar allí. Poco después, los pacientes comenzaron a venir. Nuestro trabajo ha comenzado!

Como de costumbre, el número de pacientes fue

overwhelming. In our mission areas at Jose Abad Santos, we would treat an average of 100 or more patients in a day. To keep myself going, I would take a deep breath, take a gulp of water and smile at the next patient. Our hosts would usually offer us some food while consultations are going on. In order that I would not feel guilty eating something while a long line of patients are hungrily watching me, I would often break the food into pieces and offer some to my patients. We eat, talk and heal at the same time. The children love it! They would smile, grab a piece of the food, forget all their fears and allow me to examine them with my stethoscope. I know some of my colleagues would frown on this practice but I am in the peripheries and the setup is far from ideal. When a small room is filled up with close to a hundred patients, with dogs and children under your examining table, and mothers running around to find their children because their turn to be examined has come, you do not have any more time to go out and eat. Luckily this time, the consultations were done on a porch so we had more breathing space.

Before the end of the day, we ran out of antibiotics for infants but still more mothers are arriving with their babies. All I had left were decongestants, mucolytics and antipyretics. I tried to make the best of what is available and gave the mothers instructions on how to care for their sick babies. A week after that, I received news that one of the babies I treated for cough died. The cough developed into severe pneumonia and as usual, there was no adequate medical assistance available in the area. I never forget my deceased patients. They are already part of my life.

It was already night time when we were finally able to rest. I was tired. The friar who helped me care for the patients was also tired. We talked a little after supper. In a short while, he started snoring.

I was tired but I cannot sleep. I went out of the mission house and sat at the porch. I took a deep breath and made a silent prayer, "Well Lord, here I am and there you are..." and then, silence. There are no more words to say. Words are no longer needed. I just sat in the presence of the Lord and He kept me company. And then it struck me: "The

abrumador. En nuestras áreas de misión en José Abad Santos, trataríamos un promedio de 100 o más pacientes en un día. Para seguir adelante, respiraría profundamente, tomaría un sorbo de agua y sonreiría al siguiente paciente. Nuestros anfitriones generalmente nos ofrecen algo de comida mientras se realizan consultas. Para no sentirme culpable por comer algo mientras una larga fila de pacientes me observa con hambre, a menudo partía la comida en pedazos y ofrecía algo a mis pacientes. Comemos, hablamos y sanamos al mismo tiempo. ¡A los niños les encanta! Sonreían, tomaban un trozo de comida, olvidaban todos sus miedos y me permitían examinarlos con mi estetoscopio. Sé que algunos de mis colegas desaprobaban esta práctica, pero yo estoy en la periferia y la configuración está lejos de ser ideal. Cuando una pequeña habitación se llena con cerca de cien pacientes, con perros y niños debajo de su mesa de examen, y las madres corren para encontrar a sus hijos porque ha llegado su turno para ser examinados, no tiene más tiempo para salir y comer. Afortunadamente esta vez, las consultas se realizaron en un porche, así que tuvimos más espacio para respirar.

Antes del final del día, nos quedamos sin antibióticos para los bebés, pero aún llegan más madres con sus bebés. Todo lo que me quedaba eran descongestionantes, mucolíticos y antipiréticos. Traté de aprovechar al máximo lo que estaba disponible y le di instrucciones a las madres sobre cómo cuidar a sus bebés enfermos. Una semana después de eso, recibí noticias de que uno de los bebés que traté para la tos murió. La tos se convirtió en neumonía grave y, como de costumbre, no había asistencia médica adecuada disponible en el área. Nunca olvido a mis pacientes fallecidos. Ya son parte de mi vida.

Ya era de noche cuando finalmente pudimos descansar. Estaba cansado. El fraile que me ayudó a cuidar a los pacientes también estaba cansado. Hablamos un poco después de la cena. En poco tiempo, comenzó a roncar.

Estaba cansado pero no puedo dormir. Salí de la casa de la misión y me senté en el porche. Respiré hondo e hice una oración silenciosa: "Bueno, Señor, aquí estoy y allí estás ..." y luego, silencio. No hay más palabras para decir. Las palabras ya no son necesarias. Simplemente me senté en presencia del Señor y Él me hizo compañía. Y luego

Son of Man has nowhere to lay His head". At that instant, the passage had a deeper meaning for me. When you see a lot of suffering around you and you only have 'two fishes and five loaves of bread' to offer, how can you lay your head to rest? There are just so many things to do. In moments like this, I have learned that the best recourse is what the apostles did. Go to the Lord! Give Him the two fishes and five loaves and ask Him to multiply them a thousand fold. And do you know what happens afterwards? He always does it!

II. Feed my lambs

When they had finished breakfast, Jesus said to Simon Peter, "Simon, son of John, do you love me more than these?" He said to him, "Yes, Lord, you know that I love you." He said to him, "Feed my lambs." - John 21:15

Whenever we conduct medical missions or open the parish office for consultations, we often have a small donation box with a message: 'Halad ko, tabang ko' (My offering, my help). Br. Renante Sasi, one of the brothers who helped me make the Capuchin Medical Mission a reality, coined that phrase. The patients know that whatever money they put in it will be used to help other patients. These small gestures by the patients have kept our mission going even in the lean months when we do not receive support from outside sources. The patients we treat help fund the medicines for the next group of patients. We always have just enough funds to keep the mission going.

It happened more than once when a malnourished mother carrying a malnourished baby would come to me for help. The situation will almost always be the same: (1) The baby is malnourished and weak (2) The mother is also malnourished and weak (3) The mother cannot breastfeed the baby because no milk is coming out of her breast. (4) The mother is afraid that her baby might die.

me llamó la atención: "El Hijo del Hombre no tiene donde recline la cabeza ". En ese instante, el pasaje tenía un significado más profundo para mí. Cuando ve mucho sufrimiento a su alrededor y solo tiene 'dos peces y cinco hogazas de pan' para ofrecer, ¿cómo puede descansar la cabeza? Hay tantas cosas que hacer. En momentos como este, he aprendido que el mejor recurso es lo que hicieron los apóstoles. ¡Ve al Señor! Dale los dos peces y los cinco panes y pídele que los multiplique mil veces. ¿Y sabes lo que pasa después? El siempre lo hace!

II. Apacienta mis corderos

Y cuando hubieron comido, Jesús dijo á Simón Pedro: Simón, hijo de Jonás, ¿me amas más que estos? Dícele; Sí Señor: tú sabes que te amo. Dícele: Apacienta mis corderos. - Juan 21:15

Cada vez que realizamos misiones médicas o abrimos la oficina parroquial para consultas, a menudo tenemos una pequeña caja de donación con un mensaje: "Halad ko, tabang ko" (Mi ofrenda, mi ayuda). Br. Renante Sasi, uno de los hermanos que me ayudó a hacer realidad la Misión Médica Capuchina, acuñó esa frase. Los pacientes saben que cualquier dinero que pongan en él se usará para ayudar a otros pacientes. Estos pequeños gestos de los pacientes han mantenido nuestra misión incluso en los meses de escasez cuando no recibimos apoyo de fuentes externas. Los pacientes que tratamos ayudan a financiar los medicamentos para el próximo grupo de pacientes. Siempre tenemos fondos suficientes para mantener la misión en marcha.

Sucedió más de una vez cuando una madre desnutrida que llevaba un bebé desnutrido acudía a mí en busca de ayuda. La situación casi siempre será la misma: (1) El bebé está desnutrido y débil (2) La madre también está desnutrida y débil (3) La madre no puede amamantar al bebé porque no sale leche del pecho. (4) La madre teme que su bebé pueda morir.

I look at my guests and what I see is a sick and hungry mother forgetting her sickness and hunger in order to provide food and healing for her baby. When I ask where the father is, the mother would often look down. It is usually two things, she is a widow or her husband abandoned her to care for her children alone. The mothers try their best to make ends meet. They deprive themselves of food in order to feed their children. While doing that, they are simultaneously breastfeeding their babies. Soon they become more and more malnourished until they no longer have milk to give.

I would go to the donation box, get some money and go to the store with the mother. We buy some milk and feeding bottles. We return to the clinic and I treat the mother and the baby, give them vitamins and pray hard that things will get better for them soon. We find joy whenever we receive news that a baby survived. I never knew whatever happened to the rest.

Do you love me Peter? Feed my lambs.

Miro a mis huéspedes y lo que veo es una madre enferma y hambrienta que olvida su enfermedad y hambre para poder alimentar y curar a su bebé. Cuando pregunto dónde está el padre, la madre a menudo miraba hacia abajo. Por lo general, son dos cosas: es viuda o su esposo la abandonó para cuidar a sus hijos sola. Las madres hacen todo lo posible para llegar a fin de mes. Se privan de alimentos para alimentar a sus hijos. Mientras lo hacen, simultáneamente están amamantando a sus bebés. Pronto se vuelven cada vez más desnutridos hasta que ya no tienen leche para dar.

Iría a la caja de donaciones, conseguiría algo de dinero e iría a la tienda con la madre. Compramos leche y biberones. Regresamos a la clínica y trato a la madre y al bebé, les doy vitaminas y rezo mucho para que las cosas mejoren pronto. Encontramos alegría cada vez que recibimos noticias de que un bebé sobrevivió. Nunca supe lo que pasó con el resto.

¿Me amas Pedro? Apacienta mis corderos.

III. Nature's pharmacy and many more...

One time, I was navigating a river with a tribal elder who is also a healer. He was showing me one herbal plant after another along the river and along the trails. He would give me names and healing properties of the plants. The information I received was so many that I could not memorize anything anymore. I was already suffering from information overload. But one vine stuck in my mind. I could not remember anymore its name (Information fatigue!) but I still remember how it's heart-shaped leaf and its rough stalk look like. The healer plucked one stalk from the vine and told me that it is used to treat toothache. I chewed the stalk and true enough, it released a minty tasted that was refreshing to the mouth. It reminds me of the dental fillings I used to receive when I sit in the dentist's chair.

III. Farmacia de la naturaleza y muchos más ...

Una vez, estaba navegando por un río con un anciano tribal que también es un sanador. Me estaba mostrando una planta de hierbas tras otra a lo largo del río y por los senderos. Me daría nombres y propiedades curativas de las plantas. La información que recibí fue tanta que ya no pude memorizar nada. Ya estaba sufriendo de sobrecarga de información. Pero una vid se quedó en mi mente. Ya no podía recordar su nombre (¡fatiga de la información!), Pero aún recuerdo cómo se ve la hoja en forma de corazón y su tallo áspero. El sanador arrancó un tallo de la vid y me dijo que se usa para tratar el dolor de muelas. Mastiqué el tallo y, lo cierto, lanzó un sabor a menta que fue refrescante para la boca. Me recuerda los empastes dentales que solía recibir cuando me siento en la silla del dentista.

Many times, the indigenous people would tell me that nature is their pharmacy, food market, hardware store and temple. All of them are true!

Nature as pharmacy

I prefer to have good collaborations with tribal healers because when we work together, the people benefit much, much more. Whenever patient ask me if they can combine both western and tribal medicine I give them the affirmative answer. When I ran out of medicines, I turn to nature to supplement the healing remedies. My favorites are: (1) Aloe vera for burns and wounds. Its aneathetic properties immediately lessen the pain of the burn or the wound. I also noticed how the wound and the surrounding skin often improve after 24 hours. (2) Guava leaf infusions. These helped me a lot in treating weeping wounds and infected wounds. (3) Oregano leaves for cough. I usually place one leaf in a cup of hot water and drink it as a tea. I do not squeeze the leaf because it makes the tea bitter. Gentle infusion makes it more palatable. I cup of the tea three times a day for three days is often enough to get good results. If it still does not work then we already need antibiotics. (In the peripheries, we do not have laboratories so we treat empirically). The throat usually becomes a little itchy on the second day but improves afterwards. (4) Betel nut is quite unique. It assuages hunger. I discovered it during a survival training given to us by the Agta elders. The betel helped keep me from feeling hungry all the time.

Supermarket

Knowing which plants are edible makes trips in the trail lighter and more fun.

One time, we were on our way back to the village after the elders taught the brothers some survival

Muchas veces, los indígenas me decían que la naturaleza es su farmacia, mercado de alimentos, ferretería y templo. ¡Todos ellos son verdad!

La naturaleza como farmacia

Prefiero tener buenas colaboraciones con curanderos tribales porque cuando trabajamos juntos, las personas se benefician mucho, mucho más. Cada vez que el paciente me pregunta si pueden combinar la medicina occidental y la tribal, les doy la respuesta afirmativa. Cuando me quedé sin medicamentos, recorro a la naturaleza para complementar los remedios curativos. Mis favoritos son: (1) Aloe vera para quemaduras y heridas. Sus propiedades aneásticas disminuyen inmediatamente el dolor de la quemadura o la herida. También noté cómo la herida y la piel circundante a menudo mejoran después de 24 horas. (2) Infusiones de hoja de guayaba. Estos me ayudaron mucho en el tratamiento de heridas llorosas y heridas infectadas. (3) Hojas de orégano para la tos. Normalmente pongo una hoja en una taza de agua caliente y la bebo como té. No exprimo la hoja porque hace que el té sea amargo. La infusión suave lo hace más sabroso. Tomar una taza de té tres veces al día durante tres días suele ser suficiente para obtener buenos resultados. Si aún no funciona, entonces ya necesitamos antibióticos. (En las periferias, no tenemos laboratorios por lo que tratamos empíricamente). La garganta generalmente pica un poco el segundo día, pero mejora después. (4) La nuez de betel es bastante única. Alivia el hambre. Lo descubrí durante un entrenamiento de supervivencia que nos dieron los ancianos de Agta. El betel me ayudó a evitar sentir hambre todo el tiempo.

Supermercado

Saber qué plantas son comestibles hace que los viajes en el sendero sean más livianos y divertidos.

Una vez, estábamos regresando a la aldea después de que los ancianos les enseñaron a los hermanos

skills and we passed by some rasp berries. We carefully pick out the berries making sure not to touch its leaves because they can be very itchy. Walking back with berries in our hands and mouths made the trip much more pleasurable.

Hardware store

Temporary shelters made from materials of nature provide protection from the elements. A tribal leader once taught me a lesson on walking gently on the land through these shelters. It was already morning and we have just made it through the night in our makeshift shelters. I started creating a fire in order to clean the area I used during the night. I placed the used shelter materials in the fire when the tribal leader approached me. He told me in a very genial way that they do not burn the used shelter materials. They just leave it behind and allow nature to reclaim it. Because I was a bit stubborn I let the fire continue a bit before I let it die down. I realized he was right but I was too proud to admit it immediately. When I observed their shelters, they were made of very light materials and they used the materials to the minimum. He is right, with those light materials it is easy for nature to reclaim the area without the dirty black scars of fire and without the danger of the fire spreading out to the land. It will also not trap any unsuspecting animals because the materials they used are very minimal.

Nature as temples

I placed this last because temple experiences are often too sublime for words. I would just like to say that we noticed and experienced that the more preserved creation is the deeper are the spiritual and mystical experiences one will have.

algunas habilidades de supervivencia y pasamos junto a algunas bayas. Seleccionamos cuidadosamente las bayas asegurándonos de no tocar sus hojas porque pueden causar mucha picazón. Caminar de regreso con bayas en nuestras manos y bocas hizo que el viaje fuera mucho más placentero.

Ferretería

Los refugios temporales hechos de materiales de la naturaleza brindan protección contra los elementos. Un líder tribal una vez me enseñó una lección sobre caminar suavemente por la tierra a través de estos refugios. Ya era de mañana y acabamos de pasar la noche en nuestros refugios improvisados. Comencé a crear un fuego para limpiar el área que usaba durante la noche. Puse los materiales de refugio usados en el fuego cuando el líder tribal se me acercó. Me dijo de una manera muy genial que no quemaran los materiales de refugio usados. Simplemente lo dejan atrás y permiten que la naturaleza lo reclame. Como era un poco terco, dejé que el fuego continuara un poco antes de dejar que se apagara. Me di cuenta de que tenía razón, pero estaba demasiado orgullosa para admitirlo de inmediato. Cuando observé sus refugios, estaban hechos de materiales muy ligeros y utilizaron los materiales al mínimo. Tiene razón, con esos materiales ligeros es fácil para la naturaleza recuperar el área sin las sucias cicatrices negras del fuego y sin el peligro de que el fuego se extienda a la tierra. Tampoco atraparé a ningún animal desprevenido porque los materiales que usaron son muy mínimos.

La naturaleza como templos

Coloqué esto último porque las experiencias del templo a menudo son demasiado sublimes para las palabras. Solo me gustaría decir que notamos y experimentamos que cuanto más preservada es la creación, más profundas son las experiencias espirituales y místicas que uno tendrá.

“³ There is no speech, nor are there words; their voice is not heard; ⁴ yet their voice goes out through all the earth, and their words to the end of the world.”– Psalm 19:3-4

If you want to know more about this, experience is the best teacher.

Conclusion

The first time the Agtas brought us with them to the forest, the tribal leader said: “Today, we will show you our culture.” Looking back, I agree very much with him. But nature is not only the culture of the indigenous people it is also the culture of the rest of humankind. We are slowly losing our culture and our heritage as more and more forests are being destroyed.

I want our future generations to still experience the joy in the peripheries. The joy that nature brings. I still want them to have the heritage that we have received and cherished in our lifetime.

Whenever I tie my hammock on two trees and take a short nap on a hot summer day, I almost always feel like being placed back into the womb of mother nature. The wind would gently caress my back through the hammock netting and the sun would counter the coolness with its heat. Birds would sing their distinct songs, allowing me to identify some of their species and have a general idea of where they are. The soft creaking of three branches is like the creaking of a wooden cradle which gently lulls me to sleep. Soon, beautiful and meaningful dreams greet me and guide me.

While other places are busy creating concrete forests, the wooden forests are slowly dwindling. This is the reason why I am hoping that we Capuchins can make a difference somehow. We need to rebuild the forests. We need to plant more greens. We need to replace the dwindling green patches of the earth with new and vibrant green patches of our convents and the lands entrusted to our care. We also need to extend this green patches to the homes of the people we serve to provide them with sustenance especially at this time when quarantines have caused many

“³ No hay dicho, ni palabras, Ni es oída su voz. ⁴ Por toda la tierra salió su hilo, Y al cabo del mundo sus palabras.”– Salmos 19: 3-4

Si quieres saber más sobre esto, la experiencia es el mejor maestro.

Conclusión

La primera vez que los Agtas nos trajeron con ellos al bosque, el líder tribal dijo: "Hoy, les mostraremos nuestra cultura". Mirando hacia atrás, estoy muy de acuerdo con él. Pero la naturaleza no es solo la cultura de los pueblos indígenas, sino también la cultura del resto de la humanidad. Poco a poco estamos perdiendo nuestra cultura y nuestra herencia a medida que se destruyen más y más bosques.

Quiero que nuestras futuras generaciones aún experimenten la alegría en las periferias. La alegría que trae la naturaleza. Todavía quiero que tengan la herencia que hemos recibido y apreciado en nuestra vida.

Cada vez que ato mi hamaca en dos árboles y tomo una siesta corta en un caluroso día de verano, casi siempre siento que me vuelven a colocar en el útero de la madre naturaleza. El viento acariciaba suavemente mi espalda a través de la red de hamacas y el sol contrarrestaba la frescura con su calor. Las aves cantaban sus distintas canciones, lo que me permite identificar algunas de sus especies y tener una idea general de dónde están. El crujido suave de tres ramas es como el crujido de una cuna de madera que suavemente me adormece. Pronto, sueños hermosos y significativos me saludan y me guían.

Mientras que otros lugares están ocupados creando bosques de hormigón, los bosques de madera están disminuyendo lentamente. Esta es la razón por la que espero que los Capuchinos vengán a hacer la diferencia de alguna manera. Necesitamos reconstruir los bosques. Necesitamos plantar más verduras. Necesitamos reemplazar los parches verdes cada vez más pequeños de la tierra con parches verdes nuevos y vibrantes de nuestros conventos y las tierras confiadas a nuestro cuidado. También necesitamos extender estos parches verdes a los hogares de las personas a las

people hunger. We will be talking more about this dream in the days to come.

May the Lord bless us, protect us from all evil and bring us to everlasting life. Amen.

Br. Joel de Jesus, OFM Cap
Director, Office of JPIC, OFM Capuchins

que servimos para proporcionarles sustento, especialmente en este momento cuando las cuarentenas han causado hambre a muchas personas. Hablaremos más sobre este sueño en los próximos días.

Que el Señor nos bendiga, nos proteja de todo mal y nos lleve a la vida eterna. Amén.

Hno Joel de Jesus, OFM Cap
Director, Oficio de JPIC, Capuchinos