



## GESTOS DE AMOR



Mayo es el mes en que la Iglesia mira a María, consuelo de los afligidos y salud de los enfermos. Ella nos enseña a estar cerca de quien sufre con mirada tierna y presencia discreta. Te proponemos dos gestos marianos sencillos.

1. La Virgen de Fátima pidió rezar el Rosario diariamente. Te invitamos a que, durante una semana, al mediodía, invites a tu familia o grupo parroquial a detenerse 5 minutos y rezar un misterio del Rosario (el que prefieras) por los enfermos de la comunidad, especialmente por los más solos y abandonados.
2. Enciende una vela en tu hogar y ofrécela de forma especial a un enfermo de la comunidad. Escribe su nombre en un papel y colócalo junto a la vela. Al encenderla, reza: "María, estrella de la tarde, ilumina a [nombre del enfermo] y dale paz esta noche."

***"En Fátima, la Virgen pidió oración por la paz del mundo. Que nuestra oración y nuestra luz traigan paz al corazón de quienes sufren."***



## ORACIÓN AL ESPÍRITU SANTO PARA TIEMPOS DIFÍCILES

Espíritu Santo, Consolador de los afligidos,  
 Tú que transformaste el miedo de los apóstoles en valentía,  
 entra en este corazón cansado y en esta vida herida.  
 Sopla sobre mi encierro y tráele aire nuevo.  
 Sopla sobre mi enfermedad y tráele esperanza.  
 Sopla sobre mi pasado y tráele perdón.  
 Sopla sobre mi futuro y tráele una puerta.  
 María, Esposa del Espíritu, intercede por mí.  
 Amén.

### Si desea contactarnos puede dirigirse a:

Servicios Pastorales, Obispado de Pinar del Río  
 Calle Máximo Gómez N° 160 e/ Ave. Rafael Ferro y  
 Comandante Pinares. Pinar del Río, Cuba. CP 20100.  
 ó a través de nuestro correo electrónico:  
[spastoral@obipinar.co.cu](mailto:spastoral@obipinar.co.cu)

MAYO DE 2026 | NÚMERO 352

# CUENTA CONMIGO

Boletín mensual de la Pastoral de la Salud  
Diócesis de Pinar del Río

## QUERIDO HERMANO ENFERMO:

El mes de mayo es el mes de María. Es un mes en el que la Iglesia nos invita a mirar a la Virgen, esa Madre que nunca abandona a sus hijos, especialmente a los que más sufren. Este año, además, el mes de mayo trae consigo solemnidades muy especiales: la Ascensión del Señor, la gran fiesta de Pentecostés y la Santísima Trinidad. Tú que estás postrado por la enfermedad, quizás te sientas olvidado o lejos de todo. Pero quiero recordarte algo hermoso: Dios no te olvida. La Virgen no te olvida. Esta hoja que llega a tus manos es un abrazo de la Iglesia, que camina contigo. Jesús dice: "Si ustedes me aman, cumplirán mis mandamientos". A veces, quien está enfermo puede pensar que Dios le ha abandonado o que no le quiere. El Papa León XIV nos explicó que esto no es así: no somos amados porque cumplimos las normas, sino que cumplimos las

normas porque nos sabemos amados. María, en Fátima, vino a recordarnos que el Amor infinito de Dios siempre tiene tiempo para nosotros, especialmente para los que más sufren. Ella pidió oración y conversión, pero sobre todo trajo paz a un mundo roto por la guerra. El 13 de mayo celebramos a Nuestra Señora de Fátima. Aquella vez, Ella les dijo a los tres pastorcitos: "No tengan miedo. Yo no les haré daño". Esas mismas palabras te las dice a ti hoy: no tengas miedo, tu Madre está contigo. El 17 de mayo celebramos la Ascensión del Señor. Jesús sube al cielo, pero no se va. Nos promete estar con nosotros "todos los días, hasta el fin del mundo". Eso es un Dios que sale al encuentro... y que nos envía a salir al encuentro de los demás. La Ascensión no es un adiós, es un envío. No estamos huérfanos. Aunque estés limitado por la

enfermedad, tienes un rostro único y una voz sagrada. Quizás no puedes usar redes sociales, pero tu palabra de consuelo para el compañero de infortunio vale más que un millón de 'me gusta'. No permitas que nadie te haga sentir invisible. Dios te ve, escucha tu voz y te necesita para ser su mensajero de esperanza dentro de este lugar.

El 24 de mayo, ¡llegó el gran día! Jesús cumple su promesa. En Pentecostés, el Espíritu Santo irrumpió como un viento fuerte para vencer el miedo. Los discípulos estaban encerrados, con las puertas cerradas por miedo a los judíos... quizás un reflejo de nuestro propio encierro interior: el miedo a la condena, a la soledad, al futuro, a la enfermedad, al rechazo.

Y de repente, el Espíritu les dio valentía. Esas mismas puertas cerradas se abrieron. Esos mismos hombres temerosos salieron a predicar sin miedo. Ese mismo Espíritu quiere llenarte hoy a ti. Tú no estás muerto espiritualmente. Dios sopla sobre tu vida. Recuerda que, como nos enseña San Pablo, eres un templo del Espíritu Santo (1 Cor 6,19).

El 24 de mayo, además, celebramos a María Auxiliadora, la Virgen que San

Juan Bosco puso como protectora de los más necesitados, especialmente de los jóvenes y los presos. Ella es Auxilio de los cristianos, la que corre en nuestra ayuda cuando más la necesitamos. Pon en sus manos tus dolores, tus angustias. Ella te ayudará. Y el mes termina (31 de mayo) con la Solemnidad de la Santísima Trinidad: Dios que es Padre, Hijo y Espíritu Santo y la Visitación de María, la Llena del Espíritu, "se levantó y fue sin demora" a ayudar a su prima Isabel. Que María te ayude a levantarte, al menos con el corazón, y a salir al encuentro de los demás, llevando la Buena Noticia de que Cristo vive y que el Espíritu Santo está con nosotros.



## REZA CON EL PAPA

### Mes de mayo: Por una alimentación para todos

Para que cada uno, desde los grandes productores hasta los pequeños consumidores, se comprometa para evitar el desperdicio de alimentos y que todos tengan acceso a una alimentación de calidad.

## FORMACIÓN DEL VISITADOR

Ya sabemos quiénes somos (enviados por la Iglesia) y a qué vamos (abrir esperanza en Cristo). Ahora: ¿cómo actuar cristianamente en cada escenario? No es lo mismo un hospital que un hogar, ni un niño que un enfermo terminal. Pero en todos, tú eres rostro y manos de Jesús.

### Claves según el lugar:

#### En el hospital:

- Respeta horarios y normas (no interrumpir curaciones).
- Habla en voz baja. No te apoyes en la cama.
- Si el enfermo está dormido, deja una estampa o una breve nota.

#### En el hogar del enfermo:

- Acepta el té o el café si te lo ofrecen. Es un acto de reciprocidad.
- No te sientes en la cama a menos que él te lo indique.
- Pregunta antes de tocar o rezar en voz alta. Y al rezar, haz la señal de la cruz suavemente y ofrece una oración breve como el Avemaría o un Padrenuestro.

#### Con enfermos terminales:

- No mientas con optimismos falsos. Mejor silencio orante y presencia.
- Pregunta: "¿Quieres que recemos juntos? ¿Tienes algo que quieras decirle al Señor?"
- Acompaña el llanto. No lo tapes con frases hechas.

#### Con los familiares o cuidadores:

- Pregúntales también: "¿Y tú, cómo estás? ¿Necesitas que rece por ti?"



- Ofrece relevarlos por 20 minutos para que salgan a tomar aire. Un gesto cristiano esencial en todo escenario:

Antes de entrar, persíginate y di en silencio: "Señor, tú vas conmigo. Habla tú, que yo solo soy tu voz."

### Práctica del mes

- Visita a una persona en situación distinta a la que visitas siempre (si solo vas a hospitales, visita un hogar; si solo a ancianos, visita a un cuidador).
- Lleva contigo un rosario o una medalla y, al final de la visita, ofrécela al enfermo o déjala junto a él.

Medita Mateo 25,40: "Cada vez que lo hiciste con uno de estos, conmigo lo hiciste".



## ESTE MES CELEBRAMOS

**Día 1º: San José Obrero**

**Día 13: Ntra. Sra. de Fátima**

**Día 15: San Isidro Labrador.**

**Patrono de Las Martinas**

**Día 22: Santa Rita de Casia**

**Día 25: Santa María, Madre de**

**la Iglesia**

**Día 28: Jesucristo, Sumo y**

**Eterno Sacerdote**