

Dincolo de cele patru ziduri ale mele

Următoarele povești arată cum creativitatea și pasiunea pentru a face bine pot trece prin ziduri și pot traversa oceanele. Deși suntem limitați, dorința noastră de a-i ajuta pe ceilalți nu poate fi restrânsă.

03.04.2020

O tânără absolventă, a cărei viață a fost întoarsă pe dos de izbucnirea epidemiei de Coronavirus fix în perioada în care făcea primii ei pași în lumea profesională, a reflectat

asupra acestei perioade în care mulți dintre noi suntem obligați să rămânem acasă și nu ne putem deplasa. Ea le-a spus prietenilor săi: „Ne ducem comoara în interiorul nostru și nu poate fi închisă în spatele a patru pereți”.

La scurt timp după alegerea sa ca Prelat al Opus Dei, Mons. Fernando Ocáriz ne-a invitat să cultivăm „creativitatea generozității”.

(Scrisoare pastorală, 14 februarie 2017, nr. 31). Următoarele povești arată cum creativitatea și pasiunea pentru a face bine pot trece prin ziduri și pot traversa oceanele. Deși suntem limitați, dorința noastră de a-i ajuta pe ceilalți nu poate fi restrânsă.

1. # OCusăturaÎnTimp

Tucha locuiește în Rivera, un oraș din nordul Uruguayului, unde, în urmă cu câteva zile, a primit un mesaj WhatsApp de la un prieten. Nu

au existat încă cazuri de coronavirus în zonă, însă Ministerul Sănătății Publice a cerut voluntarilor să coasă costume de protecție pentru lucrătorii din domeniul sănătății, anticipând că ar putea avea nevoie de mai multe costume decât ar putea obține.

Deși Tucha nu mai folosisese mașina de cusut de câțiva ani, a decis să facă voluntariat. „Un doctor a venit la mine acasă și a adus pânza TNT albastru deschis, elastic pentru manșete și un tipar. Vizita a fost o surpriză: ea a fost medicul pediatru care a avut grijă de cei șase copii ai mei, pe care nu o mai văzusem pentru o perioadă lungă de timp!” Doctorul i-a spus că a recunoscut vocea Tucheii când a sunat pentru a se oferi voluntar.

Având materialul pregătit, Tucha a încercat să pornească mașina de cusut, însă aceasta fusese depozitată

mult timp și nu a funcționat. Cureaua era ruptă, motorul se supraîncălzea și se puteau vedea chiar scânteii înăuntru. Soțul ei, Miguel, s-a alăturat pentru a ajuta. A demontat mașina, a reparat motorul și a făcut o curea nouă dintr-o bucată de piele pe care o aveau în casă. Era perfect. Tucha a început să coasă și, când a terminat primul costum, Miguel l-a probat pentru a vedea dacă se potrivește: munca în echipă!

După câteva ore de cusut, Tucha a declarat: „Lucrarea a fost complet nouă și am fost foarte neliniștită. Fiecare pas în croirea unui costum de protecție a fost ca un munte înaintea mea, dar m-am gândit la Isus și i-am oferit Lui costumul. De asemenea, l-am rugat pe îngerul meu păzitor pentru ajutor și m-am gândit la Sfântul Josemaría, care ne-a învățat faptul că cu lucruri mici putem face ceva grozav, și în acest fel putem deveni sfinți!”

2. # TotulVaFiBINE

Tot în Uruguay, într-un interviu difuzat la televiziunea națională, María Jose a povestit despre un nou proiect pe care l-a început împreună cu unii colegi psihologi și psihiatri: consultări psihologice prin telefon, gratuite, pentru a-i ajuta pe cei care se luptă cu izolarea în timp ce trebuie să stea acasă.

Tot în Uruguay, într-un interviu difuzat la televiziunea națională, María Jose a povestit despre un nou proiect pe care l-a început împreună cu unii colegi psihologi și psihiatri: consultări psihologice prin telefon, gratuite, pentru a-i ajuta pe cei care se luptă cu izolarea în timp ce trebuie să stea acasă.

María José este căsătorită și are patru copii. Ea este specializată în psihologie pozitivă și terapie de familie și conduce o asociație numită *Strong Youth*, care promovează

formarea tinerilor prin virtute și dezvoltarea abilităților. Ea și un alt prieten produc un podcast pe Spotify despre psihologia pozitivă numită „*Sé feliz, deja huella*” („*Fii fericit: lasă un semn*”). Episoadele includ „Provocarea familiei de a confrunța coronavirusul” și „Anxietatea în momentele de incertitudine”.

În timpul interviului televizat menționat mai sus, ea a oferit câteva sfaturi despre cum să faci față petrecerii multor zile în casă, fără a ieși afară. Este normal să fii mai neliniștit și să te simți incomod în aceste circumstanțe, însă ea a explicat că cheia este „să nu te concentrezi pe acest lucru”, ci mai degrabă să „dezvolți obiceiuri sănătoase”. Ea a subliniat importanța de a avea un program și de a te implica în activități care vizează ceva specific, cum ar fi activitatea fizică și practicarea sportului sau

participarea la serviciile religioase online.

De asemenea, María José vorbește despre importanța apropierii sociale, chiar și atunci când suntem distanțați fizic, în special în cazul celor care trăiesc singuri: „Astăzi vedem inițiative excelente de solidaritate. Acest lucru este bun pentru mulți oameni și este foarte bun pentru cei care ajută. Este important să fim deschiși pentru ceilalți, să efectuăm apeluri telefonice, să trimitem mesaje și să avem grijă de ceilalți. Chiar și când îmi este greu, văd că există și alte persoane care se luptă, și care poate că au o perioadă mai grea decât mine și au nevoie de ajutorul meu. Așa că am grijă de mine și de ceilalți”.

Gaby și Marie aveau o idee similară cu cea a Mariei José, dar ei se adresau tinerilor. Aceștia locuiesc în New York, unde pandemia a fost

deosebit de agresivă. Când guvernul SUA a dat ordinul de a rămâne acasă, au început să se gândească la modul în care pot face izolarea utilă și de a produce conținut pozitiv în limba engleză. Așa a început „Corona: Use It, Don't Lose It”, o serie de podcast-uri în care sunt prezenți tineri care încearcă să profite la maxim de situația unică cauzată de pandemie. În fiecare episod, studenții din diferite părți ale țării împărtășesc sfaturi: cum să cultive prietenii, să petreacă mai mult timp citind, să învețe să se adapteze la cursuri online, să rămână motivați, să aibă un bun simț al umorului...

3. # ScrisoriCuSuflet # ScrisoriCOVID

Veronica, coordonatorul ONG-ului Impulso Social din Argentina, a observat că mulți dintre voluntarii obișnuiți ai organizației găseau modalități de a-i ajuta pe cei afectați

de pandemie, chiar dacă nu puteau pleca de acasă. Au început prin a ajuta în propria casă, a găti, a-și ajuta frații cu temele și au încercat să mențină moralul ridicat tuturor... Dar au vrut să ajute mai mult și, încă o dată, tehnologia le-a permis să facă acest lucru.

Mama unuia dintre voluntari le-a povestit despre o inițiativă care se desfășoară în Spania, unde pandemia a ajuns cu câteva săptămâni mai devreme și era foarte agresivă. Au contactat-o pe Cristina Marin Campos, chirurg la Spitalul La Princesa din Madrid, care a început campania „Scrisori cu suflet”. Aceasta implică oameni care scriu scrisori de încurajare, iar personalul spitalului le livrează pacienților COVID-19.

S-au alăturat mulți studenți care colaborează cu *Impulso Social*, scriind scrisori din diferite orașe din

Argentina. În fiecare scrisoare, scriitorii se prezintă, înveselesc pacientul și oferă o adresă de e-mail pentru ca destinatarul să poată răspunde. Scrisorile lor afectuoase traversează Atlanticul, permițând voluntarilor să-i însoțească pe cei izolați. Potrivit Veronicăi, „aceste inițiative joacă un rol foarte important în această carantină, în special în rândul familiilor.

Obișnuiam să lucrăm mai mult cu voluntari individuali, dar acum, când toți sunt în aceeași casă, toți membrii familiei se implică. Când am început inițiativa scrisorii, mulți oameni ne-au întrebat: „Pot participa tata, mama și sora mea?” Această pandemie ne va lăsa cu ceva bun, pentru că în situațiile de urgență viitoare, vor fi mai mulți oameni care să ofere ajutor”. (Puteți afla mai multe despre ONG și despre acest proiect pe *Instagram*).

O activitate similară a fost înființată în Monterrey, Mexic, unde un grup de studenți universitari și tineri profesioniști au creat contul @apadrinaonline, menit să însoțească persoanele afectate de COVID-19 prin rugăciune, mesaje încurajatoare și prezență virtuală. Pe lângă faptul că scriu scrisori către bolnavi, aceștia ajută lucrătorii din domeniul sănătății rugându-se pentru ei, trimițându-le mesaje și având grijă de ei prin mici livrări (prin servicii de livrare la domiciliu). De asemenea, au grijă de persoanele în vârstă, pe care le sună prin telefon. Într-o săptămână, aceștia au scris către 14 pacienți, „au sponsorizat” 218 angajați din sectorul sănătății și au însoțit 326 de persoane bolnave și vârstnice.

pdf | document generat automat din
[https://opusdei.org/ro-ro/article/dincolo-
de-patru-pereti/](https://opusdei.org/ro-ro/article/dincolo-
de-patru-pereti/) (02.04.2026)