

# El Peregrino



Ed. Mensual Marzo 2015, núm. 108, Cd. Obregón, Son.

*Sembrando fe, esperanza y amor*



## Valores

---

La Familia ante las  
adicciones

Fe y Política

Encuentro deportivo  
Juvenil Diocesano

Contenido

6	Pulso Cultural "Religion es"...	
7	Palabra de Vida Esten siempre alegres en el Señor	
8	La Voz del Laico Fe y política	
16	Fe y Psicología La importancia de dar las gracias en la vida	
20	Sacerdotal Ejercicios espirituales: experiencia de vida	
23	Reflexiones La castidad	

Editorial	2	Espiritualidad Cristiana	14
Mensaje del Obispo	3	Tema del Mes	15
Mi Familia	4	Espacio Mariano	17
Salud y Bienestar	9	Acción Pastoral	18
Respondiendo tus Dudas	10	Rincón Vocacional	19
Especial	11	Vaticano y el Mundo	21
Adolescentes y Jóvenes	12	Especial	22

Directorio	
<b>Director:</b> Pbro. Rolando Caballero Navarro	<b>Diseño Editorial:</b> Rubén Suárez (644) 122 74 25
<b>Impresión:</b> El Debate, S.A. de C.V. Los Mochis, Sinaloa	<b>Corrección y Estilo:</b> Mtra. Janeth Aldama Martínez
<b>Difusión y Distribución:</b> C.P. Silvia Lizárraga Sr. Alejandro Morales Gerardo	<b>Equipo de Información:</b> Pbro. Benjamin Salazar A. Pbro. Salvador Nieves Pbro. Guillermo Arnulfo Ávila Contreras
<b>Publicidad:</b> Srita. Kathy Corona	
<b>Contacto:</b> C.P. Silvia Lizárraga Srita. Kathy Corona	Tel. (644) 413 47 70 elperegrino.obr@gmail.com

Colaboradores	
Señor Obispo Felipe Padilla Cardona Pbro. Joel Yevisme Angulo Lic. Rubén Valdéz Pbro. Rubén Fernando Gutiérrez Díaz Smta. Jesús Alejandro Mendivil Escalante Psic. Xóchitl Guadalupe Barco Escárrega Smta. Luis Ramón Félix Apodaca Sr. Obispo Emérito Vicente García Bernal Maralf Jiménez Mendivil	Hna. Velitzia Robles, MCCM Pastoral Juvenil Diocesana Ing. Juan Francisco Vázquez Beltrán Hijas de María Auxiliadora Pbro. Edgar Matuz Hernández Pbro. Victor Manuel Félix Alvarado Pbro. Guillermo Arnulfo Avila Contreras Gloria Ármida Álvarez León

# La Liturgia de la Palabra

Primera Parte

El Conc. Vat. II afirma que en la celebración litúrgica, la importancia de la Sagrada Escritura es sumamente grande.

El principio fundamental para entender, celebrar y vivir la Eucaristía es la unidad fundamental de sus dos componentes: la liturgia de la palabra y la liturgia del Pan Eucarístico. Una sola mesa para el banquete, dos panes, o un solo pan en dos formas: el pan de la palabra y el pan de la Eucaristía: "Las dos partes de que consta la Misa, a saber: la liturgia de la palabra y la eucarística, están íntimamente unidas que constituyen un solo acto de culto" (S.C. 56). Lo que no quita que la participación al sacrificio mediante la comunión sea el momento culminante.

La Palabra que concentra en sí muchas palabras, es el "Verbo de Dios abreviado". Es la Palabra concisa, que dice muchas cosas, como el título concentrado de un gran libro. "Dios, había hablado en tiempos antiguos muchas veces y de diversas maneras a los padres por medio de los profetas, últimamente, en estos días, nos ha hablado por medio del Hijo" (Heb. 1, 1-2). Por consiguiente, así como esta Palabra reasume y condensa todas las Palabras de la Escritura, en estos días ha tomado la naturaleza humana, pero glorificada, y que se concentra en el pan eucarístico, en forma de alimento, que nos comunica su vida.

Toda la intención de la liturgia de la palabra es iluminar para nosotros el misterio de Cristo, es decir lo que representa para nosotros, lo que nos ofrece y lo que exige de nosotros. De este modo, las Palabras de la liturgia eucarística son verdaderamente "Palabras de vida" y pertenecen a la celebración eucarística, como parte integrante.

La Escritura es una realidad litúrgica y profética; una proclamación, más que un libro, es el testimonio del Espíritu Santo sobre el acontecimiento de Cristo, cuyo momento privilegiado es la liturgia eucarística. Por medio de tales testimonios del Espíritu, la revelación entera de la Palabra manifiesta al Padre. Las Iglesias orientales ven en la Celebración eucarística la consagración de la historia de la salvación bajo las formas de la palabra humana, inseparable de la consagración eucarística, que recapitula toda la historia en el cuerpo de Cristo.

La celebración eucarística manifiesta la unión de dos consagraciones: una historia bajo la forma de la Palabra; un Cuerpo que recapitula la historia bajo la forma del pan y el vino. La explicación de la consagración de la historia bajo la forma de la Palabra, la explica San Lucas en la Anunciación: "El Espíritu Santo descenderá sobre ti y te cubrirá la sombra del poder del Altísimo. Aquel que nacerá será Santo y será llamado Hijo de Dios" (1, 35). La concepción se realiza bajo la sombra de Dios Padre, por la intervención del Espíritu Santo, y el hombre que comienza a existir es desde el primer instante de su concepción consagrado, es Hijo de Dios.

Por consiguiente, en la lectura de la Palabra de Dios del A. T. celebramos una historia del hombre, de salvación orientada e iluminada por Jesucristo y en el N. T. Jesús nos comunica su experiencia glorificada, su vida con su sentido, el sentido de nuestra vida. ¿Y cómo nos comunicará esta vida? Consagrando su vida glorificada bajo las especies del pan y del vino. En el banquete eucarístico nos unimos a la experiencia histórica del pueblo elegido y a la vida glorificada de Jesucristo. En fin la liturgia de la



palabra nos consagra para realizar nuestra consagración más plena con Jesucristo en la comunión del pan y del vino, es decir, por medio de las palabras de la Escritura toda la comunidad se comunica con la palabra de Dios y con Cristo que es su Palabra.

"La Iglesia siempre ha venerado la Sagrada Escritura, como lo ha hecho con el Cuerpo de Cristo, pues sobre todo en la sagrada liturgia nunca ha cesado de tomar y repartir a sus fieles el pan de la vida que ofrece la mesa de la palabra de Dios y el Cuerpo de Cristo" (D.V. 21).

**Hacemos extensiva nuestra felicitación al Excmo. Sr. Obispo d. Felipe Padilla Cardona por su XXIII aniversario de Ordenación Episcopal, a celebrarse el día 17 de marzo.**

**Que Dios Nuestro Señor siga derramando su gracia y carisma sobre él para que continúe, con sabiduría, guiando a este rebaño encomendado.**



Visita la página web de la Diócesis

[www.diocesisdeciudadobregon.org](http://www.diocesisdeciudadobregon.org)

"Los contenidos aquí publicados son responsabilidad de su autor".

# La familia ante las adicciones

El tema de las adicciones es algo muy serio y, por lo tanto, ante casos de esta índole hay que actuar con gran cuidado y prudencia. Para que una persona pueda superar su adicción, el primer paso es que admita que tiene un problema de este tipo. Para ello, resulta muy importante que la familia, sus seres queridos, entiendan la situación por la que atraviesa y que le ofrezcan ayuda de forma desinteresada y, sin ejercer presión (ya que en el caso de un adicto resulta contraproducente), se informen de las opciones que existen para darle tratamiento, le planteen las mejores, dentro de las que pueda tener acceso y le den su apoyo incondicional en el proceso de rehabilitación, que puede ser en ocasiones muy largo.

¿Cómo se reconoce y se combate una adicción? Aunque todas las adicciones son nocivas, tanto para la persona adicta, como para los que le rodean, hay algunas que se reconocen y se combaten más fácilmente que otras. Los factores de personalidad tienen un peso dentro del desarrollo de la adicción. La baja autoestima y la intolerancia a la frustración, tanto por parte de la familia, como del adicto, pueden empeorar la situación de forma alarmante. Uno de los mayores problemas para el estudio y el tratamiento de este mal tan difundido, en la actualidad, es la creencia de que quien lo padece es una persona viciosa, inmoral, incapaz de controlar sus emociones e instintos, y digna de desprecios o rechazo, cuando es precisamente a través de la comprensión y el apoyo de quienes lo rodean como puede encontrar la fuerza necesaria para su recuperación.

La rebeldía de los adolescentes se puede manifestar de diversas formas, pero lo realmente grave es cuando esta rebeldía se manifiesta a través de alguna adicción que

puede destruir sus metas, anular sus motivaciones, los aniquilan neurológicamente o directamente los mata. Durante esta etapa de la vida, caracterizada por los notables cambios que provoca el desarrollo tanto físico como emocional, los jóvenes experimentan periodos de depresión durante los cuales, en el caso de tener acceso a drogas y experimentar su uso como parte



El apoyo de la familia es vital ante situaciones de adicción

de un patrón de comportamiento seguido por el grupo al que pertenecen, pueden adquirir una adicción.

Es muy importante, por lo tanto, que los padres, en esta etapa de la vida, estén muy pendientes de sus hijos, que se hable con ellos sobre el tema, que se les deje claro que la adicción es una enfermedad, pero que puede prevenirse si el adicto en potencia se mantiene alejado de factores de riesgo, como

el consumo del alcohol y drogas. Los hijos o las personas adictas necesitan saber que pueden confiar en sus padres. Para iniciar una charla a fondo es positivo que el adicto relate aquello que considera que no es correcto en otros de su propia generación, que perciba que hay diferencias entre los hábitos ajenos y los propios. El diálogo por parte de la familia es primordial;

escuchar es fundamental, tratar que el diálogo no se convierta en discusión, e intolerancia, siempre se está a tiempo, siempre hay una nueva oportunidad para comenzar de nuevo.

Para las personas adictas, en este caso los hijos, es importante que:

- Perciban que las metas que los padres, proyectan en ellos, no son para el beneficio de los adultos, ni para el que dirían.

**Por: Pbro. Joel Yevizmea Angulo**

- La preocupación paternal y/o maternal va más allá, que realmente les interesa su futuro y son responsables de su propia vida.

- No basta la inteligencia, sino que también la voluntad.

- Es importante discernir entre lo que está bien y lo que está mal.

Por todo ello, es primordial que los padres estén convenientemente informados, de cuáles son las incertidumbres, contrariedades, y cuestionamientos que los hijos tienen en las distintas etapas de su desarrollo:

- Que sepan cuáles son las señales que les envían cuando necesitan ayuda y comprensión.

- Que exploren e investiguen sobre las drogas, el alcohol y los desequilibrios modernos, para poder prepararse y preparar a los chicos adecuadamente, previniendo las causas, y decidiendo valientemente y acertadamente, ante las consecuencias.

- Hacerles notar que les interesa tanto su presente como su futuro y que, anhelan lo mejor para ellos.

- Colaborar ante los problemas de los jóvenes con la escuela, los profesionales, las diferentes campañas existentes, etc.

Para quienes se dedican a la venta de drogas, los niños que pasan largos periodos de soledad, sin supervisión de un adulto, se convierten en blancos fáciles ya que perciben su actitud introvertida o su rebeldía y se acercan a ellos para ofrecerles amistad, situación que aprovechan para inducirlos al consumo y después al tráfico de las mismas. Las conductas antisociales, los cambios físicos y la pérdida de interés en actividades que antes eran de su preferencia, no pueden ser una advertencia sobre la presencia de una adicción, pero también, el momento ideal para

grupos de personas en los que en muchos casos, para ser aceptados, se ven obligados a consumir sustancias tóxicas.

El abandono que sufren los jóvenes por parte de su familia, los orilla a buscar compañía en otros medios donde se ven presionados por esos mismos grupos externos para probar las drogas: La soledad que enfrentan los chicos de ahora como consecuencia de que ambos padres salen a trabajar, aunado a la falta de información sobre los serios daños que las drogas causan en el organismo, influyen para que busquen en las adicciones una fuente de escape a los problemas que enfrentan. Es muy fácil conseguir cualquiera de ellas, hay mayor oferta y esto es otro factor determinante para que los índices de drogadicción hayan alcanzado máximos históricos.

El ser humano tiende a repetir el modelo de vida familiar, por lo que destaca la importancia de

que los padres eviten este tipo de conductas dentro y fuera del hogar. Si un niño lo vive dentro del hogar difícilmente hará caso de los consejos verbales. Para que la enseñanza sea efectiva, debemos estar dispuestos a abordar el tema, a prepararnos para poder hablar con conocimiento, pero sobre todo, es necesario que tengan la confianza para exponer sus dudas y que sepan que no serán reprendidos, incluso, si confiesan que en algún momento las han probado o se las han ofrecido.

Para quienes se dedican a la venta de drogas, los niños que pasan largos periodos de soledad, sin supervisión de un adulto, se convierten en blancos fáciles ya que perciben su actitud introvertida o su rebeldía y se acercan a ellos para ofrecerles amistad, situación que aprovechan para inducirlos al consumo y después al tráfico de las mismas. Las conductas antisociales, los cambios físicos y la pérdida de interés en actividades que antes eran de su preferencia, no pueden ser una advertencia sobre la presencia de una adicción, pero también, el momento ideal para

manifestarle al chico todo el apoyo, solidaridad y cariño para superar el problema. La comunicación entre padres e hijos, como ya hemos comentado anteriormente y la enseñanza con el ejemplo, de valores morales, representan el camino más seguro para evitar que los adolescentes se vean atrapados en las drogas. El contar con el amor



Saber escuchar, conversar y aconsejar a los hijos aumenta la confianza

y el respaldo de la familia es de vital importancia no sólo para que no caigan en este problema, sino para ayudarlos a salir de él a través de un proceso de rehabilitación.

Características del sistema familiar con alto riesgo patológico de adicción

Podemos señalar como principales características las siguientes:

a) Comunicación vaga, confusa e imprecisa: En la familia la generación de culpa entre sus miembros es una forma habitual; además destacan los mensajes ambiguos, oscuros y con un grado de imprecisión notable.

b) Actitud de desconfianza entre miembros: Interacción negativa y desconfiada predominante en la familia. Los miembros dan mensajes negativos cuando se comunican (críticas, descalificaciones,

quejas...).

c) Límites generacionales difusos: A menudo los hijos de estas familias se ven expuestos a ambientes negativos debido a la existencia de límites generacionales difusos con una frecuente competencia entre los padres. En ocasiones uno de los padres demanda lealtad del hijo al hacerlo partícipe de un episodio



de infidelidad con un serio conflicto emocional de la pareja parental generando en éste conflictos emocionales cargados de culpa.

d) Formación de coaliciones desadaptativas: Familia con tendencia a formar coaliciones para hacer «frente» a otro miembro. Por ejemplo a una madre que se alía con su hijo contra el marido, colocando al hijo en situación de daño o una suegra al hijo en contra de la esposa.

e) Control rígido, agresivo o violento: No existe negociación en el control familiar. Este se da por la imposición rígida de los criterios parentales (autoritario).

f) Dificultad en la expresión de la rabia: Padres e hijos revelan dificultad en la expresión de la rabia entre ellos (se esconde y/o «explotan»).

g) Desinterés por socialización del hijo: Padres muy preocupados por su éxito o placer, dejándolo de lado (solo o a cargo de la nana, de una vecina o pariente).

h) Uso del castigo sin dar alternativas adecuadas: La violencia física y psicológica son las herramientas preferentes de la educación y control conductual de los hijos (castigo físico o «chantaje» afectivo).

i) Padres desprestigiados: La negligencia parental, las mentiras y manipulaciones, la falta de cariño real, la falta de apoyo, etc., termina por desprestigiar a los padres ante los hijos, los que no los ven como figuras de autoridad y respeto (carencia de correspondencia entre palabras y hechos).

j) Padres que proporcionan límites inconsistentes y actitudes incongruentes: padres que castigan o premian una determinada conducta del hijo dependiendo de su estado de ánimo, y que verbalizan su rechazo a las drogas pero consumen alcohol a diario al llegar al hogar para «relajarse», revelando una actitud de negación ante su incongruencia.

k) Familias impredecibles e inestables: Familias sin estabilidad afectiva que varían de climas afectivos «tranquilos» a violentos permanentemente.

l) Normas rígidas e inhumanas: Reglas no personalizadas y que son producto de la situación emocional contingente de sus miembros.

m) Promoción de una autoestima negativa: Producto de la falta de consideración y cariño hacia sí mismo, los padres no son capaces de permitir que el hijo se quiera y se respete, y muy por el contrario lo descalifican y humillan.

n) Enlace con la sociedad temeroso: Debido a un aislamiento y cerramiento de la familia, se genera una actitud familiar negativa hacia el resto de la sociedad poniendo en ella la culpa de muchos que agobian a esta misma familia.

# “Religión es”... Estén siempre alegres en el Señor

Por: Lic. Rubén Valdéz

Por: Pbro. Rubén Fernando Gutiérrez Díaz

La salida del sol por la mañana ya ilumina la ventana de mi cuarto. Normalmente no me levanto tan tarde pero esta vez estaba un poco cansado y me quise dar el lujo de descansar un poco más. Como cada mañana saludo a Dios, hago algunas oraciones, aprovecho que hay tiempo y leo el Evangelio del día y un comentario diario que me llega al correo electrónico. Avanza la mañana, salgo al patio y me dispongo a quitar la tierra del carro cuando me encuentro que tengo que salir en el carro y me encuentro con la novedad que tengo un neumático bajo. Suspiro, y digo: “¡Ay Dios!”. Perdón pero estaba tan cómodo en mi pijama y día libre que la verdad me incomodé un poco. No hay remedio, antes que baje más me cambio de ropa y dispongo a ir a reparar el neumático. Abro las puertas y para mi suerte encuentro a una señora y a una jovencita que supongo es su hija; falda larga, biblia en mano, una bolsa llena de revistas, cara amable y con un sonrisa... ¿el lector sabe de quienes hablo? Creo que sí.

Dios, sometiéndose a Él” (S. Th II-II, 81). En vistas a lo anterior, hoy podemos definirla como el conjunto de creencias y dogmas que muchísimas personas siguen y orientan su vida y comportamiento social e individual bajo las normas dadas por la profesión de su fe. Toda religión incluirá prácticas rituales y respeto a determinadas reglas. A veces las palabras “religión” e “iglesia” se manejan como sinónimos. Las religiones más conocidas son: “catolicismo” (creyentes en Cristo caracterizados por una estructura jerárquica orientada por un Pontífice o Papa), “cristianismo” (creyentes en Cristo organizados en diferentes estructuras como Luterana, Calvinista, Anglicana, etc.), “judaísmo”, “budismo”, “religión musulmana”.

El documento Nostra Aetate al respecto dice: «la Iglesia católica no rechaza nada de cuanto hay de verdadero y santo en estas religiones. Considera con sincero

ser rechazadas tomado u orientándose solo por ideologías (que pueden ser modificadas o modificables al antojo) más que elementos firmes de fe. Tienen a ser exclusivistas a la hora de aceptar miembros debe perder, un fruto precioso de nuevos, una característica secreta respecto a lo que sucede al interior; siendo un grupo disidente tiende a ser considerado con connotaciones negativas. A nivel musulmán actualmente es conocida una secta: “el estado islámico o ISIS”. A nivel del cristianismo hayen el Señor y mirando al futuro muchísimas más sectas que tienden a aprovecharse de situaciones de sufrimiento, necesidad o vulnerabilidad de las personas. Necesito aclarar que algunas sectas son más peligrosas que otras y unas más con relativas mas coincidencias que diferencias en el camino de encuentro con Cristo a las que incluso podemos llamar, más que “sectas”, “hermanos”; así lo hizo el Papa Francisco en Caserta, Italia el 26 de julio del 2014 al encontrarse como “cristiano católico con algunos “cristianos pentecostales”.

Muchas sectas tristemente crecen no tanto por su labor evangelizadora, sino que ofrecen una solución inmediata y casi mágica de los problemas, además del hecho del ateísmo práctico, indiferentismo religioso, falta de verdadera formación cristiana, sentimiento de “religión no, ya que implica compromiso y responsabilidad y espiritualidad sí, entendida espiritualidad como hacer lo que yo quiera cuandoa quiera y ‘me sienta’ bien”, influencia de los hondos del alma. Él está con nosotros todos los días hasta el fin del mundo, y su presencia nos llena de alegría; por eso, aunque pasemos por momentos difíciles nunca estamos solos, es Cristo quien nos salva y nos enseña a mirar los acontecimientos con una mirada de fe, sabiendo que Dios todo lo dispone para bien de los que le aman, que el bien es más

“Estad siempre alegres en el Señor; os lo repito, estad alegres” (Filipenses 4,4)



Papa Francisco y líderes religiosos

respeto esos modos de obrar y de vivir, esos preceptos y esas doctrinas que si bien en muchos puntos difieren de lo que ella cree y propone, no pocas veces reflejan un destello de aquella Verdad que ilumina a todos los hombres. Pero Ella anuncia y tiene la obligación de anunciar a Cristo, que es camino, verdad y vida» (Juan 14,6), en quien los hombres deben encontrar la plenitud de la vida religiosa y en quien Dios ha reconciliado consigo mismo todas las cosas» (Nostra aetate 2). En otro documento dirá que el Espíritu Santo obra eficazmente también fuera del organismo visible de la Iglesia (Lumen Gentium 13).

Recordemos que Cristo vino al mundo para todos estos pueblos, los ha redimido a todos y tiene ciertamente sus caminos para llegar a cada uno de ellos, en la actual etapa escatológica de la historia de la salvación. De hecho, en aquellas religiones muchos lo aceptan y muchos más tienen en Él una fe implícita (Heb 11,6).

Cosa un tanto distinta son las sectas.

La secta estaría caracterizado por un grupo minoritario de gente, como más de tipo movimiento religioso que surge como una tendencia de independencia de una religión de la cual se derivan pero incluyen otros líderes espirituales, creencias o normas que incluso pueden

Para el cristiano la alegría es un imperativo, algo que no se a ser exclusivistas a la hora de aceptar miembros debe perder, un fruto precioso de experimentar el amor y la bondad de Dios en nuestras vidas, viviendo el presente con gran confianza en el Señor y mirando al futuro con esperanza en su fidelidad y en sus promesas. Jesucristo es el motivo de nuestra alegría. Él es el Amén de Dios, quien viene

fuerte que el mal y que es Dios quien tiene la última palabra.

Mucha gente ha perdido la alegría, incluso muchos católicos. Ante una sociedad donde se suscitan las guerras, la injusticia social, los vicios, la violencia y demás situaciones contrarias al plan de Dios, se ve sofocada; pero la alegría no nos viene de la ausencia de Dios en nuestras vidas, que nos anima a creer que estamos en sus manos y que unidos a Él podemos dar un rumbo distinto a nuestro mundo enfermo por el mal. Jesucristo es nuestra alegría, el médico y la medicina para aliviar nuestras penas. Los católicos debemos ser un signo que cuestione al mundo, expresando con nuestras vidas la alegría de la Buena Nueva de Dios, sin falsos triunfalismos pero con la certeza que nos da el saber que somos sus hijos y que en Cristo participamos de la vida nueva.

El papa Francisco en una de sus homilias nos habla sobre la alegría: “El Espíritu Santo es quien nos enseña a amar y nos llena de alegría. La alegría, es como el signo del cristiano. Un cristiano sin alegría, o no es cristiano o está



enfermo. ¡No hay otra! ¡Su salud no va bien allí! La salud cristiana. ¡La alegría! Una vez dije que hay cristianos con cara de pimientos en vinagre... ¡La cara siempre así! También el alma así, ¡esto es feo! Estos no son cristianos. Un cristiano sin alegría no es cristiano. Es como el sello del cristiano, la alegría. Incluso en los dolores, en las tribulaciones, también en las persecuciones, es imposible un cristiano triste” (Papa Francisco).

Si aprendemos a vivir más unidos

a Dios en nuestras situaciones cotidianas y dejamos de ser jueces para convertirnos en hermanos de aquellos que van de camino a nuestro lado, seremos más felices y haremos más felices a quienes nos rodean. “La verdadera alegría viene de la armonía profunda entre las personas, que todos experimentan en su corazón y que nos hace sentir la belleza de estar juntos, de sostenerse mutuamente en el camino de la vida” (Papa Francisco).

**LIBROS Y MAS**  
arte ■ música ▲ café

Disfruta de Miércoles a Sábado nuestra noches bohemias con música en vivo!

Horario: Lunes y Martes de 9 a 21 horas  
Miércoles a Sábado de 9 a 24 horas y Domingos de 11 a 19 horas.

Miguel Alemán 124 Sur, Cd. Obregón, Sonora  
Tel. Librería (644) 413-4709 Tel. Cafetería (644) 413-3559

# Fe y política

# Importancia de la salud mental en la vida

Por: Psic. Xóchitl Guadalupe Barco Escárrega

Tienen algo que ver la fe y la política? ¿Qué tienen que ver el amor y el derecho? Para muchos les sorprenderá que la respuesta es: sí. Pero hay que aclarar primero cuál es el papel del cristiano en la sociedad y por lo tanto en la política; así como ilustrar desde el Magisterio cuál es la naturaleza de la política.

**Los cristianos no nos debemos desentender de las situaciones sociales y de las condiciones políticas y de las estructuras de derecho a las que como sociedad estamos sujetos.**

«Den al César lo que es del César, y a Dios lo que es de Dios» (cf. Mc 12, 17). A propósito de esta cita tan conocida el Magisterio enseña en el Compendio de la Doctrina Social de la Iglesia: «afirma que hay que dar a Dios lo que es de Dios, condenado implícitamente cualquier intento por divinizar o absolutizar el poder temporal: sólo Dios puede exigir todo al hombre. Al mismo tiempo, el poder temporal tiene derecho a lo que le es debido: Jesús no considera injusto el tributo al César». (CDSI 379).

Jesús rechaza el mesianismo político, pero no aprueba la anarquía. Esta enseñanza queda bien plasmada en su lugar en la Carta a los Romanos donde San Pablo le da el lugar que le corresponde al deber cívico que tienen los cristianos que aún peregrinan en este mundo

«Insiste sobre el deber cívico de pagar los impuestos: «Dad a cada cual lo que se le debe, al que

tributos, tributos; al que impuestos, impuestos; al que respeto, respeto; al que honor, honor». (Rom 13, 7). El Apóstol no busca legitimar cualquier poder, sino más bien ayudar a los cristianos «procurar el bien ante todos los hombres» (Rom 12,7), también en sus relaciones con la autoridad, en cuanto ella está al servicio de Dios para el bien de la persona (cfr. Rom 13,4; I Tim 2, 1 -2; Tit, 3,1) y «para hacer justicia y castigar al que obra el mal» (Rom 13,4).» (CDSI 380).

Ni Jesús ni los apóstoles enseñaron rebeldía hacia las instituciones humanas legítimas. Aunque la obra salvadora de Jesucristo debía sacudirse de toda pretensión de política, queda la doctrina política establecida de modo indirecto, al no absolutizarla pero tampoco



aniquilándola. «San Pedro exhorta a los cristianos a permanecer "sujetos a toda institución humana por amor del Señor" (I Pe 2, 13). El rey y sus gobernadores tienen la tarea de "castigar a los malefactores y premiar a los buenos" (I Pe 2, 14).» (CDSI 380).

Los cristianos no nos debemos desentender de las situaciones sociales y de las condiciones políticas y de las estructuras de derecho a las que como sociedad estamos sujetos. De hecho San Pablo recomienda «La oración por los gobernantes, recomendada por san Pablo durante las persecuciones, señala explícitamente lo que la autoridad política debe garantizar: una vida tranquila, que se pueda vivir con toda piedad y dignidad (cfr. 1 Tim 2, 1 -2)». (CDSI 381).

Hemos pasado al otro extremo: el de la indiferencia ante las cuestiones sociales y políticas. Ante todo como ciudadanos tenemos una responsabilidad, un lugar en la ciudad terrena, en la cual se va edificando la Ciudad de Dios, como enseña San Agustín.

«La persona humana es el fundamento y fin de la convivencia

Para hablar sobre la importancia de la salud mental, es indispensable primeramente conceptualizar lo que es: "Estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad" (OMS).

Partiendo de este concepto, se puede ver claramente, que la salud mental es trascendental para el mantenimiento de una salud física adecuada, el bienestar social y espiritual, ya que somos seres integrales que requerimos de estar bien en todas nuestras dimensiones políticas.» (CDSI 384) «Considerar la humana para tener una adecuada persona humana como fundamentalidad de vida.

La aparición de las enfermedades mentales ha ido en aumento, mediante la tutela y la promoción tal grado que una de cada cuatro personas padece alguna enfermedad mental a lo largo de su vida. Un tercio de los años vividos con discapacidad pueden atribuirse a trastornos neuropsiquiátricos.

Globalmente, el 12% de ellos se a la vida eterna. Esta salvación esdeben únicamente a la depresión. total e incluye todas las facetas del hombre. Es por ello que tenemosLas enfermedades mentales compromiso como cristianos desuponenel40%delasenfermedades velar por el desarrollo integral delcrónicas y la mayor causa de los hombre y de todas sus facultades. años vividos con discapacidad. El impacto de los trastornos mentales

«La comunidad política persigue el bien común trabajando para la creación de un ambiente humanoal de las enfermedades crónicas en el que a los ciudadanos les seacomo la artritis, la diabetes o ofrecida la posibilidad de un reallas enfermedades cardíacas y ejercicio de los derechos humanosrespiratorias. La depresión es una y de un pleno cumplimiento de susde las causa de enfermedad número correspondientes deberes.» (CDSI uno en el mundo desarrollado. 389).

### Las causas que pueden afectar la salud mental:

- La inseguridad
- La desesperanza
- El rápido cambio social
- Los riesgos de violencia

- Problemas que afecten la salud física
- También por factores y experiencias individuales.
- Por la interacción social.
- Por los valores culturales.
- Por experiencias de la vida diaria.
- Por experiencias en la familia, en la escuela, en las calles y en el trabajo.

### Principales enfermedades mentales:

- Ansiedad.

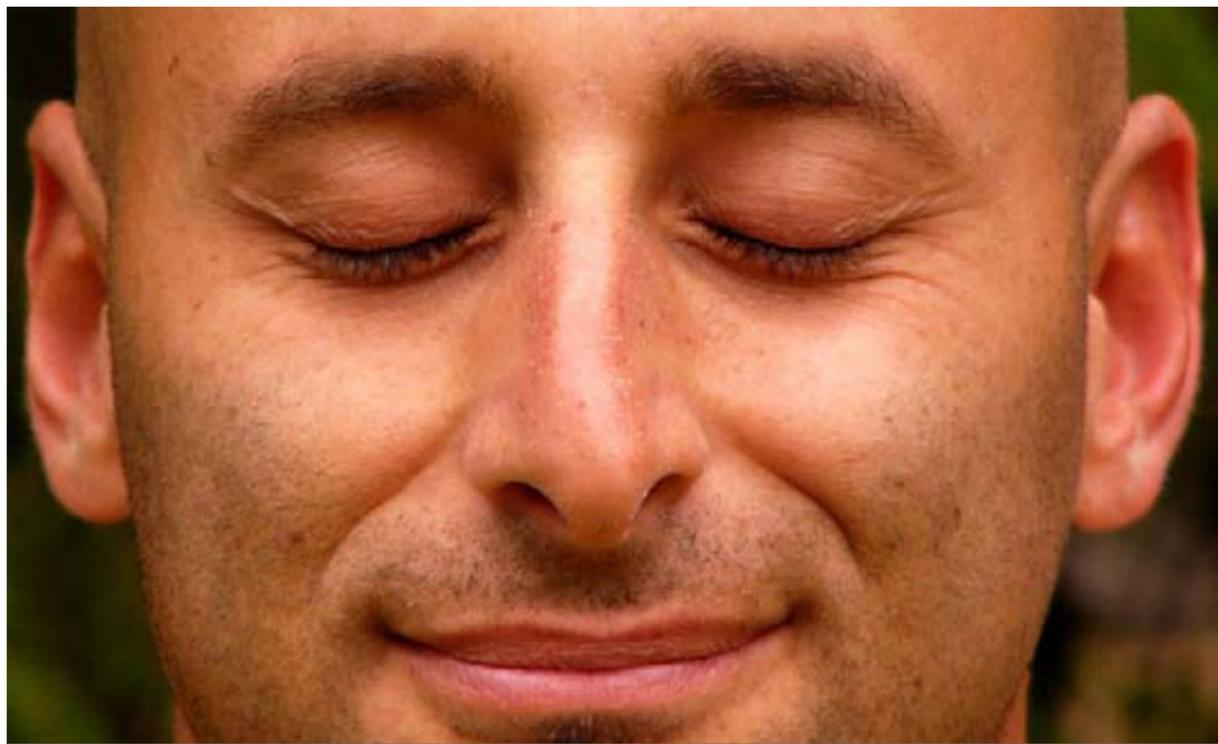
- Trastorno obsesivo compulsivo.

### Los factores que influyen para poseer una buena salud mental son los siguientes:

- Los buenos hábitos alimenticios.
- El ejercicio constante.
- Las buenas relaciones interpersonales.
- Evitar los vicios, tales como el consumo excesivo de alcohol y tabaco, o drogas.
- Dormir un mínimo de ocho horas diarias.
- Efectuando actividades

- Llevar una vida espiritual
- Esclarecer el propio sentido de la vida, etc.

Es fundamental hacer un alto en nuestra vida y revisar conscientemente cómo estamos viviendo nuestra existencia y si lo estamos haciendo de una manera responsable, de tal forma que podamos identificar las conductas autodestructivas que nos pudieran llevar a padecer algún tipo de enfermedad mental que nos incapacitara y nos desviara de cumplir con nuestra misión de vida personal.



Debemos hacer un alto en nuestra vida y revisar cómo estamos viviendo

- Depresión.
- Esquizofrenia.
- Fobia.
- Trastorno bipolar.
- Trastorno por estrés posttraumático.

sociales, recreativas, culturales y deportivas. Promover el hábito de la lectura, ya que enriquece la capacidad de atención e incrementa la memoria, aumenta la motivación y reduce el estrés

La vida es el más precioso regalo que hemos recibido y depende de cada uno de nosotros realizar las acciones de salud necesarias para cuidarla, en beneficio propio y de nuestros semejantes.



# Los juegos de azar

Por: Smta. Luis Ramón Félix Apodaca

bien>>; tiempo después, los aspectos materiales podrían ir en aumento, hasta llegar a la ruina, en el peor de los casos. Esto sólo en el ramo material.

Por otro lado, podemos observar cómo la persona ha cambiado radicalmente sus hábitos. Sus intereses personales

se gana, sino que están latentes las posibilidades del fracaso.

Desde el punto de vista cristiano, los juegos de azar no son vistos como contrarios a la justicia. Sin embargo, el Lmanifiesta el agradecimiento a Dios Catecismo de la Iglesia Católica, en su Padre por el tiempo que permaneció en numeral 2413, dice que estos juegos Padre José Alfredo García Palencia en nuestra comunidad, los cuales fueron 2 años y 3 meses, cumpliendo con alegría y gozo su ministerio sacerdotal.

“Cuando una persona no ha sabido establecer límites en su “diversión”, surgen nuevos pensamientos que terminan por convencer a seguir en el juego.”

Su llegada se realiza a esta comunidad un 30 de Octubre de 2012; quien fue recibido con gran alegría y entusiasmo, así inicia su labor pastoral. Jamás nos imaginamos el torbellino que traía, lo cual lo caracteriza como una persona alegre y activa, que fue lo que nos ayudó a emprender, a realizar, a transformar y enderezar nuestro camino a Dios.

<<resultan moralmente inaceptables, cuando privan a la persona de lo que le es necesario para atender a sus necesidades o las de los demás>>. Dicho esto, podemos entender que el concentrarnos tanto en esta actividad que nos divierte, puede arrebatarlos aspectos importantes de nuestra vida, como la familia, los amigos, el trabajo, nuestras metas, etc. También, según la doctrina, es grave cualquier falta que se cometa en los juegos, ya sean trampas o apuestas injustas, por lo que podríamos considerar como una traición a los valores que se nos han inculcado desde el núcleo familiar, que constituyen parte de nuestra moral.

Por todo lo anterior, es siempre necesario ser conscientes de nuestros pensamientos y actos, a fin de que podamos ser capaces de dominarnos a nosotros mismos y evitar autodañarnos o dañar a terceros. Tener siempre en cuenta qué es lo más importante en nuestra vida y nunca perderlo de vista, dar el valor que merece nuestra familia, nuestros amigos y por supuesto, Dios, quien nos ha regalado el don de la vida y debemos responder con gratitud a su regalo.

conductas de la persona que juega y, tal vez, algún reclamo por no participar en la dinámica familiar a la que se está acostumbrado; la prioridad que se le está dando a las amistades, entre otras situaciones.

El problema es gradual. Una persona que ha convertido su vida en un juego, puede llegar a la violencia. Hablamos de gritos, golpes y/o insultos a cualquier miembro de la familia; también pueden existir frustraciones, corajes, estrés, etc. pues en el juego, no siempre

Tienes alguna pregunta o duda que te gustaría responderamos, hazla llegar al correo: [elperegrino.obr@gmail.com](mailto:elperegrino.obr@gmail.com) y busca su respuesta en ediciones posteriores

Estimados lectores de “El Peregrino” en esta edición queremos presentarles esta nueva sección, a través de la cual pretendemos responder preguntas que con frecuencia nos causan ciertas dudas o incertidumbre ante situaciones de nuestra vida cotidiana, sobre todo cuál es el punto de vista de la Iglesia ante las mismas. Esperamos contar con su apoyo para el desarrollo de esta sección.

En todas las edades, los seres humanos buscamos divertirnos, pasar momentos agradables y amenos, que nos permitan experimentar la vida de una mejor manera; incluso, las actividades que son positivas para nosotros, nos ayudan a tener un panorama distinto de las situaciones, así se compara cuando ocurren eventos desagradables, negativos o poco atractivos. Según la etapa en la que nos encontramos, estas actividades van cambiando, pues a un joven no lo atrapa lo mismo que a un adulto. Estas actividades pueden ser solitarias, en pareja, en compañía de familiares, amigos, en equipo, grupales, comunitarias, etcétera. La importancia de dichas actividades es la experiencia que aporta al desarrollo personal y

desvían el camino y se llega a un destino radicalmente distinto. Las personas no siempre somos capaces de controlar las emociones o impulsos, ni tampoco identificar pensamientos que desembocarán en decisiones y acciones equivocadas. Este puede ser el caso de los juegos de azar.

Sin llegar a los extremos, los juegos de azar pueden traer consigo consecuencias fatales que se originan a partir de que el mismo jugador no ha sabido poner un alto a su juego. A esto nos referimos cuando hablamos de la falta de control de los impulsos y la mala toma de decisiones. Quizás causa ruido escuchar las palabras “consecuencias fatales”, pero para saber cuáles son, debemos preguntarnos ¿Qué

consecuencias pueden traer los juegos de azar? Y hay que aclarar que el objetivo no es exagerar en lo negativo de dichos juegos, sino más bien, hacer conciencia de lo que, a menudo, la gente no observa en ellos.

Cuando una persona no ha sabido establecer límites en su “diversión”, surgen nuevos pensamientos que terminan por convencer a seguir en el juego. Todo es un proceso. En un primer momento, tal vez haya palabras como <<una y ya>> o <<en la próxima me ira



social del ser humano, así como lograr su fin último: el entretenimiento. Entre las opciones podemos encontrar el deporte, la convivencia sana en familia, con mi grupo social, asistir a eventos culturales, entre otras cosas. Aquí también entra el tema que nos atañe: los juegos de azar, o a suerte, como también se les puede conocer.

Cuando malentendemos el concepto de entretenimiento o diversión, es cuando pueden ocurrir eventos que

# José Alfredo García Palencia gracias!!! por todo el bien recibido.

Por: Gloria Armida Álvarez León



Comunidad participando en la Santa Misa

Nos enseñó a orar y amar a nuestra Santísima Virgen María en nuestros hogares y en nuestras peregrinaciones.

Nos fortaleció en la oración dándonos un lugar digno en nuestra parroquia destinado para Jesús sacramentado “El Santísimo”, así como también a nuestras comunidades, celando y velando a nuestro señor.

También nos enseñó a celebrar la santa Eucaristía, motivándonos a nutrirnos con el Santo Evangelio.

Nuestros templos se vieron materialmente transformados y embellecidos con la motivación que nuestro párroco daba a los feligreses, los cuales lo demostraron contribuyendo a la mejoría de nuestra parroquia y sus comunidades.

Y en lo espiritual nos ayudó, cuidó y guió a través de su experiencia con Dios para querer realizar su voluntad y hacer lo más agradable para nuestra vida; sin menospreciar los momentos en que sentimos y a la vez sufrimos de situaciones que nos defraudaron, lo cual implicó al acercamiento más a Dios. Instrumentos que nos sirven de riqueza, para ayudarnos a crecer y dar sentido a nuestras vidas, evidencia vivida y realizada. Todo un gran testimonio.

Le agradecemos a Dios todo lo bueno que nos manifestó a través de nuestro sacerdote procediendo y siguiendo sus designios.

Les participamos que fue todo un

acontecimiento la despedida del Padre Jose Alfredo el pasado 23 de enero. Conmueve a toda la parroquia de San Isidro Labrador de Villa Juárez, se armó a lo grande, tanto adultos como niños le manifestamos toda muestra de amistad y agradecimiento con una gratitud sincera; entre lágrimas y tristeza lo elogiamos por su gran desempeño y unidad comunitaria y no faltó el canto como un homenaje, todos hicimos coro y entonamos a una sola voz la alabanza que lo distingue a el.

Su presencia Sacerdotal deja la semilla de la esperanza en el corazón de todos los feligreses.

Por su gran fortaleza de hacer y realizar el bien común, por su entrega y dedicación comunitaria



P. Alfredo y Grupo de acólitos

Y nos deja una gran enseñanza “Su legado”; para poder avanzar por el camino de la fe y la oración, fortaleciendo nuestro ser.

Elevemos nuestra oración de amor y agradecimiento por todo lo maravilloso que vivimos, que te recordemos por siempre, por tu amor y gran ejemplo pastoral. Obra que deja huella y que resume el mensaje de Jesús “El amigo que nunca falla”.

Esta comunidad parroquial que agradece, felicita y valora su ministerio sacerdotal y que nuestro Padre Dios lo bendiga y reciba nuestra oración de agradecimiento por el bien recibido.

Nuestra parroquia le da la más cordial bienvenida a nuestro nuevo Sacerdote Miguel Eli Ayuso Ruiz.

# Encuentro deportivo Juvenil Diocesano

Por: Pastoral Juvenil Diocesana



Procesión para iniciar la Santa Misa



Durante la Santa Misa



Jóvenes alegres de compartir este día



Jóvenes de diferentes partes de la Diócesis reunidos

Más de mil jóvenes se dieron cita en un ambiente de fiesta y convivencia en Cristo

Más de mil jóvenes de parroquias de toda la Diócesis se dieron cita en el pasado 15 de febrero en el Seminario de Ciudad Obregón para participar en el ya tradicional Encuentro Deportivo Juvenil, el cual se vivió en un ambiente de fiesta y convivencia en Cristo centro de nuestra fe.

El evento comenzó a las 7 de la mañana con la bendición del fuego deportivo, en una breve pero especial ceremonia llevada a cabo en el atrio de Catedral, donde el padre Guillermo Ávila Contreras, recordó que esa llama representaba la luz de Jesús que quería

estar presente en este encuentro.

Por relevos el fuego fue llevado hasta el seminario donde se encendió el pebetero, se realizaron honores a Padilla Cardona recordó que la fuerza de la sociedad la bandera y todos los participantes está en los jóvenes es por ello que se debe prestar hicieron el juramento deportivo, que especial atención a ellos y motivarlos a que, con estuvo dirigido por integrantes de la su entusiasmo, ayuden a dar un giro positivo a la Pastoral Juvenil.

Unos minutos antes del inicio de la Misa, Dios bendijo el encuentro porque se cree que hay cosas que si toda la una ligera lluvia que al cabo de unos minutos se calmó y permitió que las actividades continuaran como se tenía planeado.

El punto central del Encuentro Deportivo Juvenil, fue la celebración de la Santa Misa, la cual estuvo presidida por Monseñor Felipe Padilla Cardona



La presencia femenina engalanó el encuentro



Sonrisas, convivencia y fraternidad claves en el encuentro

y concelebrada por los padres Rogelio López, Guillermo Ávila, Alfredo González y Marco Ortega.

Durante su homilía, el Obispo Felipe hizo un llamado a los jóvenes a ser promotores de la construcción de una sociedad nueva, alegre y alejada del individualismo y el egoísmo que actualmente generan muchos de los males que afectan al mundo.

“No nos dejemos apabullar por las malas noticias o malas informaciones, sintamos que nosotros podemos dar testimonio de Jesús donde el pecado está ausente, donde las contaminaciones no están presentes. No nos dejemos apabullar por esta lepra que de manera sutil se está metiendo en el corazón de la humanidad. Salgamos a contrarrestar esto con un ejemplo valiente”, enfatizó.

Padilla Cardona recordó que la fuerza de la sociedad está en los jóvenes es por ello que se debe prestar especial atención a ellos y motivarlos a que, con su entusiasmo, ayuden a dar un giro positivo a la sociedad.

“Hoy en día hay una lepra moderna, que se difunde porque se cree que hay cosas que si toda la comunidad las hacen están bien. Hay que combatir la lepra del pecado, las contaminaciones como el odio, la envidia y la falta de perdón”, reiteró.

Terminada la Eucaristía se dieron por inauguradas las competencias deportivas y de inmediato empezaron los juegos en las canchas de basquetbol, futbol, voleibol y los seminaristas se encargaron de organizar el Rally Vocacional.

Durante la jornada se contó con la participación de varios grupos que estuvieron amenizando el encuentro con cantos dedicados a Dios, lo que le dio un toque más especial al evento.

También se contó con la participación de religiosas y religiosos de distintas congregaciones quienes presentaron sus carismas e invitaron a los jóvenes a no negarse a la posibilidad de encaminarse hacia la vida consagrada.

En general fue un ambiente de fiesta, el Seminario Diocesano se llenó de jóvenes alegres que entre cantos, bailes y porras apoyaron a sus equipos, sin olvidarse que todos juntos forman parte de un equipo todavía más grande, cuyo capitán es Jesús.

Al final los ganadores de cada categoría recibieron un trofeo de parte del padre Rogelio López Román, quien los felicitó por el esfuerzo demostrado y les recordó que todos son ganadores porque son parte del equipo de Cristo.

Los equipos diocesanos de Pastoral Juvenil y Pastoral Vocacional agradecen a todos los jóvenes



Voleibol femenino ganó la parroquia de la Inmaculada Concepción de Etchojoa



Basquetbol varonil ganó la parroquia de María Auxiliadora de la colonia Matías Méndez



Futbol varonil ganaron los jóvenes de la parroquia de Nuestra Señora de Guadalupe



Voleibol varonil ganó la capilla del Perpetuo Socorro del campo 77

que participaron y los invitan a regresar el próximo año y a quienes no participaron en esta ocasión que se preparen pues nos daría mucho gusto contar con su presencia a la siguiente edición de este bonito encuentro.

## Carne de Cerdo Sonorense

Porque sabemos lo que producimos... Valoramos lo que te ofrecemos.

**100% SONORENSE Sabor, Experiencia y Calidad**

La carne de cerdo, hoy en día es tan magra como la de pollo, según los datos arrojados por el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA). Dicha información revela que los cortes de cerdo más comunes poseen menos grasa que la que contenían hace 15 años. El promedio contenido de grasa bajó 16% y el contenido de grasa saturada se redujo 27%; dando como resultado por ejemplo un lomo de cerdo tan magro como la pechuga de pollo sin piel.

**Sistema Producto Porcinos del Estado de Sonora**

# Los "dioses" de nuestro tiempo

¿Cómo dar lugar a otros (personas, cosas, circunstancias) en el lugar que solo corresponde a Dios?

Nuestros "dioses" siguen siendo en su raíz los mismos que tentaron a Jesús, solo han ido cambiando en apariencia para ser más atractivos y agradables, cosa que disminuye en gran medida la sensibilidad de la presencia del

aún siendo "urgentemente necesarias" para nuestra vida creemos que nos darán la plenitud y la felicidad que solo puede hacer el único Dios Verdadero.

El Dios de Jesús, es el Dios del Pueblo elegido, el que salva, el que perdona, el que ama; el omnipotente, al que no podemos agregar ni un grado a su magnificencia. En cambio, en la



Las tentaciones encuentran respuesta positiva en nuestro egoísmo

Verdadero Dios en la propia vida; y por tal motivo vamos perdiendo nuestra verdad indeleble: "SER HIJOS" porque fuimos creados a Su imagen y semejanza (Gn. 1,27) vamos perdiendo nuestra dignidad, aquello para lo que fuimos creados dando importancia a cosas y personas que

modernidad somos nosotros quien da el grado de poder e importancia a las cosas ya creadas por el Verdadero Dios; construyendo así "becerros de oro" (no por el material sino por el valor agregado) e incitando a otros a observar y adorar nuestra obra.

Para hablar un poco de los "dioses"

actuales podríamos dividirlos en tres categorías:

- La primera categoría entra en nuestras necesidades inmediatas y veamos la tentación de Jesús: "Ahí estuvo cuarenta días y el diablo le puso a prueba. No comió nada durante aquellos días y después sintió hambre. El diablo le dijo: 'Si de verdad eres Hijo de Dios, ordena a esta piedra que se convierta en pan.'" (Lc. 4,2-3). Aquí sería bueno preguntarnos: ¿qué es lo que "creo" que necesito? Algo que se ha vuelto básico e indispensable para vivir... ¿comida? ¿pareja? ¿amigos? ¿celular? ¿video juegos? Etcétera.
- La segunda categoría cabe en todo aquello que podemos obtener gracias a nuestros dones o bienes materiales: "le dijo, yo te daré todo este poder y la grandeza de estos países, porque yo lo he recibido y se lo daré a quien quiera dárselo. Si te arrodillas y me adoras todo será tuyo." (Lc. 4,6-7). Aquello que ya hemos adquirido o luchamos por adquirir y lo colocamos en un nivel más alto que nuestra propia vida, no importa qué tenga que hacer para conseguirlo. ¿Propiedades? ¿negocio idealizado? ¿personas que me son agradables? ¿bienes materiales? ¿automóviles? ¿afectos? ¿viajes?
- La tercera categoría son todas aquellas "seguridades desordenadas" que nos ayudan a realizarnos como personas e hijos

Por: Hna. Yelitza Robles, MCCM

de Dios pero si nos descuidamos terminamos creyendonos que proveen a las personas a defender y superiores a los hermanos. crecer en su dignidad. Los valores morales "Después el diablo lo llevó a lason desarrollados y perfeccionados por cada ciudad de Jerusalén, lo subió al persona a través de su experiencia.

alero del templo y le dijo: "Si de veras eres Hijo de Dios, tírate abajo porque la Escritura dice: 'Dios mandará a sus ángeles para que cuiden de ti y te protejan'" (Lc. 4,9-10). ¿Títulos? ¿Reconocimientos? ¿Capacidades? ¿Dones

Situaciones, cosas, personas colocadas en lugares erróneos. Es difícil lograr un corazón puro e indiviso ante Dios pero Jesús nos dio el ejemplo: "Jesús le contestó: También en la Escritura dice: 'No tentarás al Señor tu Dios'. Cuando ya el diablo no encontró otra forma de poner a prueba a Jesús, se alejó de Él por algún tiempo." (Lc. 4,12-13).

Si fuimos creados a "imagen y semejanza" de Dios no existen razones válidas para querer adquirir un valor más del que ya tenemos. Tampoco somos dioses para agregar valores e importancia a lo ya creado.

Las tentaciones de nuestro tiempo siguen siendo las mismas: el poder, el placer, el poseer; tentaciones que encuentran respuesta positiva en nuestro egoísmo. Oremos a Jesús: "Haz nuestro corazón semejante al tuyo" de esa manera tendremos un corazón fuerte y misericordioso, vigilante y generoso; así nos lo recuerda el Papa Francisco.



# Los valores morales

Fuente: [www.valoresmorales.net](http://www.valoresmorales.net)

antropología, la filosofía y la zoología. Diversas teorías académicas de amistad que se han propuesto, incluyendo la teoría del intercambio social, teoría de la equidad, la dialéctica relacionales y estilos de apego.

**La Bondad:** Es el estado o cualidad de ser



bueno, sobre todo moralmente bueno o beneficioso. En cierto sentido, es la cualidad de tener calidad. En otras palabras en el campo de texto de la bondad: beneficiosos, remunerado, útil, provechoso, excelente.

**La Dignidad:** La dignidad es un término que se utiliza en las discusiones morales, éticos y políticos para significar que un ser tiene un derecho innato de respeto y trato ético.

**La Generosidad:** La generosidad es el hábito de dar libremente, sin esperar nada a cambio. Puede implicar tiempo, ofreciendo bienes o talentos para ayudar a alguien en necesidad. A menudo equiparada con la caridad como virtud, la generosidad es ampliamente aceptada en la sociedad como un rasgo deseable.

**La Honestidad:** La honestidad se refiere a una faceta del carácter moral y se refiere a los atributos positivos y virtuosos tales como la integridad, veracidad y sinceridad, junto con la ausencia de la mentira, el engaño o robo.

**La Humildad:** Es la cualidad de ser modesto y respetuoso. La humildad, en diversas interpretaciones, es ampliamente vista como una virtud en muchas tradiciones religiosas y filosóficas, cuya relación con las nociones de ausencia de ego.

**La Justicia:** La justicia es un concepto de la rectitud moral basada en la ética, la racionalidad, el derecho, la ley natural, la religión o la equidad.

También es el acto de ser justo y / o equitativo.

**La Laboriosidad:** Es el gusto por trabajar y esforzarse en conseguir objetivos sin rendirse.

**La Lealtad:** La lealtad es la fidelidad o devoción a una persona, país, grupo o causa.

**La Libertad:** La libertad es la capacidad de los individuos para controlar sus propias acciones.

**La Paz:** Es un estado de tranquilidad que se caracteriza por la no permanencia de conflictos violentos y la facilidad de no tener temor a la violencia. Habitualmente se explica como la ausencia de hostilidad.

**La Perseverancia:** La perseverancia es la tendencia del individuo a comportarse sin ser reforzado en los propósitos motivación y a no desfallecer en el intento.

**La Prudencia:** Es la capacidad de gobernar y disciplinarse a sí mismo mediante el uso de la razón. Es clásicamente considerada como una virtud.

**La Responsabilidad:** Un deber u obligación de realizar satisfactoriamente o completar una tarea (asignado por alguien, o creados por la propia promesa o circunstancias) que hay que cumplir,



y que tiene una pena consiguiente al fracaso.

**La Solidaridad:** La solidaridad es el grado y tipo de integración, que se muestra por una sociedad o un grupo de gente y de sus vecinos.

**La Tolerancia:** una actitud justa, objetiva, y permisiva hacia aquellos cuyas opiniones, prácticas, raza, religión, nacionalidad, etc., difieren de los propios.

Hermosillo

DISTRIBUIDORES DIRECTOS DE FÁBRICA

## Decoraciones Alma

Alfombras, persianas, pisos de todo tipo, cenefas, tapices y zoclos.

Juan José Aquirre #36  
Casi esq. con Penitenciero Norte  
Col. Balderrama  
Tel. (61) 6622 181241

Cd. Obregón

Zaragoza #111  
entre Coahuila y Colima  
Tel. (644) 415 2311  
415 1613

# La importancia de dar gracias en la vida

# Devociones y apariciones marianas ¿reconocidas o no reconocidas?

Por: Ing. Juan Francisco Vázquez Beltrán

Por: Pbro. Edgar Matuz Hernández

He estado con personas presenciando un acontecimiento en el que habrían de dar gracias (como, cuando adquieren un bien o un servicio), y no lo hacen. Al preguntarles por qué no dieron gracias me contestan que no tendrían por qué haberlo hecho si pagaron por aquello.

Casos como el anterior suceden mucho hoy en día, y son prueba de que se ha perdido, como muchos otros, el valor de dar gracias por lo que recibimos.

Voy a referirme a lo que nos enseña la Biblia sobre la importancia que tiene para nosotros los cristianos el dar gracias.

1) Que seamos agradecidos es la voluntad de

Padre de nuestro Señor Jesucristo, por vosotros en nuestras oraciones” (Colosenses 1,3)

Debemos dar gracias constantemente a todo aquel que nos hace bien, a nuestro padres terrenales que generosamente han contribuido con Dios para nuestra vida, no solo porque nos dieron la vida biológica, sino porque han dado toda su vida para formarnos.

También, debemos ser agradecidos con nuestro prójimo y en especial con nuestros familiares.

Pero, ante todo, debemos ser agradecidos con Dios, por todo lo que tenemos de su parte en

la multiplicación en nuestras vidas

“Tomo luego los siete panes y los peces y, dando gracias, los partió e iba dándolos a los discípulos. Y los discípulos a la gente. Comieron todos y se saciaron, y de los trozos sobrantes recogieron siete canastas llenas. Y los que habían comido eran cuatro mil hombres sin contar mujeres y niños. (Mateo 15, 36-38)

En este pasaje de la segunda multiplicación de los panes, Jesús mismo nos enseña a dar gracias y a valorar aún lo poco que tenemos (siete panes y unos pocos peces). Pero lo más importante, su enseñanza de que cuando damos gracias, el Padre multiplica las bendiciones y nos permite ver que lo poco que teníamos Él lo hace tan productivo con su gracia que alcanza para multitudes.

Creo que en este tiempo Dios nos enseña a no ser egoístas con los que tenemos que ser agradecidos, también lo demostramos cuando nos atrevemos a creerle a Dios que lo que Él nos da, alcanza para compartirlo con los que menos tienen.



Dios en todo momento y circunstancia

“Dad en todo gracias a Dios, porque tal es su voluntad en Cristo Jesús.” (1-Tesalonicenses-5,18)

En primer lugar, tenemos que estar convencidos de que dar gracias es lo que Dios quiere de nosotros, es su voluntad. Y la acción de gracias es una actitud que debemos tener en todo momento sin importar cuál sea la circunstancia en la que nos encontremos. Esto significa que es un mandato que debemos cumplir en la gracia de Jesucristo.

2) Dar gracias es una actitud permanente que debemos tener por todo(s) y con todo(s), sobre todo con Dios

“Dando gracias siempre y por todo a Dios Padre, en nombre de nuestro Señor Jesucristo.” (Efesios 5, 20)

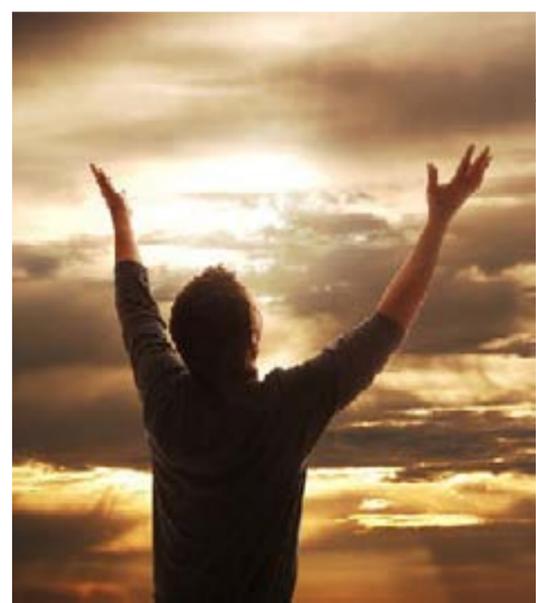
“Damos gracias sin cesar a Dios,

esta vida: la vida misma, la fe, la familia, los amigos, nuestro país, su Iglesia en Jesucristo, su Reino que pedimos constantemente en el Padrenuestro, y, no acabaremos nunca de terminar de agradecer...

3) La acción de gracias es un sinónimo de la alabanza a Dios y debe ser aún en los momentos de prueba

“Por lo cual rebosáis de alegría, aunque sea preciso que por algún tiempo seáis afligidos con diversas pruebas, a fin de que la calidad probada de vuestra fe, más preciosa que el oro perecedero que es probado por el fuego, se convierta en motivo de acción de alabanza, de gloria y honor en la Revelación de Jesucristo” (1-Pedro-1, 6-8)

4) Cuando damos gracias sucede el milagro de



La iglesia, a lo largo de toda su vida, mantiene con la Madre de Dios un vínculo que comprende su pasado, el presente y el futuro, dentro la vivencia del misterio salvífico de Cristo, y la venera como madre espiritual de la humanidad y abogada de gracia.

En este venerado lugar de María en el caminar de la Iglesia, es donde encontramos muchas y varias manifestaciones marianas a lo largo de los siglos. Podemos preguntarnos ¿todas son verdaderas? ¿Qué es lo que buscan? ¿Qué mensaje tienen? ¿Las reconoce la Iglesia? ¿Por qué algunas no?

Cerca de nosotros hemos escuchado, ¡se apareció la Virgen en un vidrio, en un pantalón, en una cuchara!, su enseñanza de que cuando damos gracias, el Padre multiplica las bendiciones y nos permite como la de nuestra señora de Fátima o de Lourdes, o una muy cercana, Santa María de Guadalupe.



El primer criterio para la validez de cualquier devoción o advocación mariana es la coherencia con el conjunto del hecho cristiano, con el mensaje de Cristo, la sintonía con su esencia, con su estilo.

Recordemos que existe en la Iglesia un único culto: el cristiano, que tiene su origen y eficacia en Cristo y su vida, y que conduce, por medio de Cristo, en el Espíritu Santo, al Padre y el servicio a los hombres. Y es dentro de este culto donde se inserta la relación singular de los cristianos con María.

Por tanto, toda aquella devoción o advocación mariana que nos proponga algo distinto o nos aleje del mensaje de Cristo, sería invalida. No venido de Dios.

“Yo soy la siempre Virgen Santa María, Madre del Verdadero Dios (v. 22).”

Pero, podemos encontrar una gran variedad de devociones marianas que la misma Iglesia promueve, formas de piedad mariana (el rezo del rosario, peregrinaciones a los santuarios marianos, el culto litúrgico sabatino, fiestas litúrgicas marianas, etc.) aprobadas dentro de la doctrina sana y ortodoxa que no sólo honra a María, hacen también que el Hijo sea debidamente conocido, amado, glorificado y se cumplan sus mandamientos (Lumen Gentium 66).

Otro criterio para la validez es la exigencia de la comunitarización, que promueva el sentido de eclesialidad, que toda devoción o advocación mariana tenga una orientación y un estilo que refleje y promueva el sello comunitario que caracteriza a la actual conciencia de la iglesia.

Que tales devociones estén en relación con los demás aspectos de la vida y no separadas de ellos; que colaboren en la transformación de la realidad y no sean ética y humanamente estériles; que colaboren a la salvación y liberación del hombre y no le sometan a nuevas esclavitudes; que sean posibles medios para hacer presente el único evangelio de la presencia salvadora de Dios en Jesucristo.

En los últimos años se ha extendido la noticia de

apariciones de la Virgen en Cleveland, Estados Unidos, y del surgimiento de la “Confraternidad de los corazones unidos”, un grupo que dice ser ecuménico y que, por tanto, evita la aprobación eclesiástica de la Sección Disciplinar de la Sagrada Congregación para la Doctrina de la Fe.

En un documento elaborado por la Diócesis de Cleveland y avalado por la Arquidiócesis Primada de México, alerta sobre este grupo y otros grupos, pues sugieren actuar al margen de la autoridad de los pastores y obispos.

En la teología mariana que aparece en el documento del Nican Mopohua (narración de las apariciones de Nuestra Señora de Guadalupe a Juan Diego), es plenamente tradicional, siempre en perspectiva de la fe pascual, la Virgen es denominada como “Señora del cielo”. María misma se define a sí misma diciendo: “Yo soy la siempre Virgen Santa María, Madre del Verdadero Dios” (v. 22). Cuando Juan Diego explica la aparición, indica el texto “que en todo se descubría ser ella la Siempre Virgen, Santísima Madre del Salvador, Nuestro Señor Jesucristo” (v. 53). Y nos lleva a él, nos los trae.

Así como también, encontramos la dimensión de la Maternidad de María: es la maternidad con referencia al pueblo amerindio, aunque se extiende a todos y que aparece en un momento bien concreto de su historia.

No es una Madre extraña y extranjera sino perfectamente compenetrada con su cultura y con su idioma. Se trata de una madre cercana, que reconoce la dignidad de sus hijos; como buena madre, que quiere reconstruir la familia deshecha, se preocupa de la situación y necesidades de sus hijos.

De este hermoso regalo que Dios nos ha querido dar, en Nuestra Señora de Guadalupe hablaremos después...

Advertisement for Turbo Lavado Garwash System. Text: POR LOS QUE LES GUSTA LO BIEN HECHO. LAVADO Y ENCERADO 12 A 18 MIN. FRENTE A PLAZA GOYA MUY BUEN SERVICIO. Includes an image of a car.

# Consejo Decanal de Pastoral

El Consejo Decanal de Pastoral es un Órgano de articulación entre las diversas comunidades parroquiales. Tiene como cabeza al Decano; pero se compone no sólo de clérigos, sino también de laicos y, en caso dado, de miembros de Vida Consagrada.

Su función es la de, mediante la aportación de elementos de la realidad eclesial del Decanato, ayudar a planear o incrementar acciones y servicios pastorales que necesita la comunidad Decanal.

Este Consejo está integrado por el Decano, cabeza y presidente del mismo; por el laico representante del Decanato ante la Comisión de Pastoral; por los clérigos y laicos (en caso dado por miembros de la Vida Consagrada) que, como coordinadores, encargados o responsables, están al frente de las pastorales fundamentales y de las pastorales diversificadas del Decanato.



Decano cabeza y presidente del consejo Decanal

Es importante captar que los dirigentes de un Decanato, por voluntad de Cristo y por la misión que el Obispo confiere son los presbíteros y diáconos con el Decano a la cabeza y que el Consejo auxilia a ese equipo sacerdotal para bien de la comunidad cristiana en el Decanato.

Las funciones específicas del Decano y del Laico que representa al Decanato en la Comisión

Diocesana de Pastoral son:

- Promover la formación y consolidación del Consejo Decanal de Pastoral:
- Encabezar la planeación del trabajo a realizar en apoyo a la Pastoral de las parroquias.
- Convocar a reunión mensual procurando que en esa reunión se cumplan los objetivos de: Formación, Animación, Coordinación e intercambio de experiencias.
- Llevar un informe de las Reuniones a la junta de la Comisión Diocesana de Pastoral.
- Apoyar, Planear, convocar las Asambleas Decanales de Pastoral.
- Apoyar y promover las iniciativas de las distintas Comisiones de pastoral diocesana, encabezándolas hacia el área correspondiente en el Decanato.

Las funciones del Coordinador Jerárquico Decanal de las Pastorales Fundamentales y diversificadas, son fomentar la pastoral del Decanato en su área específica, convocar y presidir las reuniones, informando al Diocesano acerca de logros y dificultades.

Las funciones del Coordinador Laical de las pastorales fundamentales y diversificadas es ayudar corresponsablemente al Coordinador Jerárquico a realizar las funciones propias de su campo.

Las funciones específicas de estos dos coordinadores son:

- Formar su equipo con los coordinadores parroquiales de su área.

Fuente: Segunda carta de Pastoral Obispo Emérito D. Vicente García Bernal



El consejo Decanal auxilia a los sacerdotes del decanato

- Planear las acciones pastorales que se realizan en el Decanato en su área de servicio, de acuerdo con el Decano y el laico que representa al Decanato en la Comisión Diocesana de Pastoral.

- Motivar a los Coordinadores Parroquiales de su área para que informen cada mes de su trabajo.
- Informar cada mes de su Plan de Trabajo Decanal, de sus logros y dificultades al Consejo Decanal de Pastoral.
- Apoyar y promover las iniciativas de las comisiones de pastoral diocesana, en su área específica.
- Asesorar a los Equipos Parroquiales en su área de servicio.

Saludos mis queridos hermanos en Cristo. Me presentaré ante ustedes: Mi nombre es Maralf Jiménez Mendivil, soy originario de Álamos, Sonora pero he vivido la mayor parte de mi vida en Nogales, Sonora. Actualmente me encuentro en Nairobi, Kenya estudiando mi tercer año de Teología y con el favor de Dios el 15 de Mayo tomaré mi juramento Misionero y el 16 de Mayo me ordenarán Diácono. Pero mejor les cuento un poco de esta gran aventura, desde mi inicio hasta el día de hoy.

**Mi viaje vocacional.**

A los 13 años me integré a un grupo de jóvenes en mi colonia, el grupo se llamaba Arco Iris, desafortunadamente me negaron la oportunidad de vivir un encuentro con ellos debido a mi edad, el encuentro era para jóvenes de 15-20, así que como premio de consolación me mandaron a otro retiro donde había familias (papás, mamás e hijos), y como yo no encajaba en ese lugar, pues me quedé tan decepcionado que desde ese momento me separé por completo de la Iglesia, me convertí en un católico de etiqueta. Asistía a misas de graduaciones, bodas y bautizos de familiares o amigos, pero no practicaba mi fe. Así continué viviendo. A los 18 recibí invitaciones a encuentros juveniles y siempre decía sí, pero nunca iba, la razón era simple, pertenecía al grupo de teatro y al grupo de atletismo de mi escuela, y los retiros coincidían con eventos artísticos o deportivos, así que en ese entonces prefería asistir a esos eventos en vez de los retiros. El tiempo pasó y finalmente a los 24 viví mi encuentro con Cristo en el grupo Arco Iris. Una experiencia excelente. Debido a mi trabajo en ese entonces no pude continuar con el grupo (solo duré 6 meses con ellos). Para este entonces ya había terminado mi carrera como Ingeniero en Sistemas Computacionales y mi tiempo era un poco limitado. Sucedió que a los 27 recibí otra invitación para un Encuentro con Cristo Misionero (ECM), y después de que me rogaron por un mes, acepté y me integré al grupo Liga Misional Juvenil (LMJ).

Mi vida era muy monótona: trabajo, escuela, familia y fiesta, una rutina

total. Pero cuando participé en misión de Semana Santa del 2002, me enviaron a una colonia de invasión, y con la gente que vivía en los basureros. Fue una experiencia que me sacudió interiormente, ¿cómo era posible que en mi ciudad existiera esa realidad y yo no estaba enterado? ¿Por qué mi vida era tan vacía y egoísta? Así inició mi proceso, estuve 5 años en el grupo LMJ, viviendo experiencias de misiones (Semana Santa y Verano), Encuentros, Cursos de animación y otras actividades. En el 2006, fui a campo misión en Calnali, Hidalgo y me quedé por un mes en la casa de un hermano Comboniano, viendo su álbum de fotos y su trabajo en África me motivaron mucho y pensé en ofrecer un poco más de tiempo, de una manera más comprometida con la misión. Al regresar a mi ciudad empecé a tocar puertas en diferentes comunidades religiosas, mi intención era ofrecer 3 años de mi vida al servicio de la misión. Debido a mi edad las puertas no estaban abiertas. Los Misioneros de Africa me invitaron a integrarme con ellos en el 2002, y me siguieron por 5 años y yo rechacé esa invitación cada vez que aparecía. Finalmente en el 2007, serví en un ECM y fue un Padre Blanco (Misionero de África) el que nos apoyó en el encuentro, tuve la oportunidad de platicar con él y compartí mis deseos. Inicialmente me dijeron que me aceptaban hasta los 30, después la puerta estaría cerrada (como ya tenía 32 pues no intenté con ellos), el padre me dijo si quieres, la edad no es un impedimento, ¿quieres? Ven y platica conmigo. Mi intención era solo ofrecer 3 años como laico al servicio de la misión, y heme aquí preparándome para ofrecer mi vida por completo. Viendo hacia atrás me doy cuenta que Dios tenía un plan desde el principio, me sedujo y aquí estoy muy feliz atendiendo a su llamado.

**Mi vida con los Misioneros de África.**

Al ingresar al seminario en Septiembre del 2007, tuve dos años de Filosofía en Guadalajara y después me enviaron a Kasama, Zambia para tener mi experiencia de un año de formación espiritual (equivalente al noviciado en las comunidades religiosas), después estuve dos años en mi servicio apostólico en el Valle

Luangwa en Zambia, una comunidad completamente rural. Y actualmente me encuentro en Nairobi, Kenya estudiando Teología. Durante este tiempo he hecho apostolado con las "Yumuyas" (Comunidades Cristianas de Oración) y en el trabajo con los jóvenes. Trabajé en colaboración con los Misioneros de Guadalupe en los "slums" (colonias de invasión y de extrema pobreza), y sigo con los jóvenes intentando abrir el grupo de LMJ aquí en nuestra parroquia. Por el momento solo somos 12 (como los apóstoles), pero ya ven que todo empieza en pequeño y con el favor de Dios crecerá.

**Les comparto algunas fotos:**



Los Jóvenes de San Thomas Moore con los que hice apostolado.



Los jóvenes de la Parroquia de Cristo Rey, de los Misioneros de Guadalupe.



En Tapac, Uganda caminando con los jóvenes y niños



Visitando las familias en las montañas de Moroto, Uganda con la Tribu de los Karamojon.

suficiente. Así que mejor les extiende la invitación. África te espera para que vengas y compartas tu fe, para que vivas la misión que Cristo nos ha encomendado, Anímate y ven.

Yo me despidió de ustedes esperando que en un futuro no muy lejano les pueda compartir más pero en persona. Por lo pronto me encomiendo a sus oraciones y cuenten con las mías.

Su hermano en Cristo, Maralf Jiménez Mendivil Misioneros de África (Padres Blancos) Email: maralf\_75@yahoo.com Tel: (+254)705-320934

P.D. Hace tiempo edité un video con el tema musical de la película de José el soñador, "Tu Dios tienes un plan", y este es el link: <https://www.youtube.com/watch?v=toM8jfm6kQQ>

# Una experiencia misionera

Por: Maralf Jiménez Mendivil

# Ejercicios espirituales: experiencia de vida

Por: Pbro. Guillermo Arnulfo Ávila Contreras

Mis hermanos con gran gusto les saludo deseándoles que este tiempo de Cuaresma sea realmente de gracia y oportunidad para todos. En esta ocasión quiero compartirles una de las experiencias más importantes y ricas para nuestro presbiterio, los ejercicios espirituales, que este año se realizaron las semanas que van del 26 al 30 de Enero y del 2 al 6 de Febrero, en la casa de formación Seminario.

Esta vez tuvimos el gusto de recibir como guía de ejercicios al Pbro. Joaquín Gallo, Sacerdote Jesuita, a quien pude entrevistar, pero antes de presentarles esta charla, quiero hablar un poco sobre lo que son los ejercicios espirituales ignacianos.

“Los Ejercicios son todo lo mejor que yo en esta vida puedo pensar, sentir y entender, así para el hombre poderse aprovechar a sí mismo, como para poder fructificar, ayudar y aprovechar a otros muchos” (Monumenta Ignatiana, v.1, p.113).

Los Ejercicios Espirituales de San Ignacio de Loyola son una secuencia ordenada de meditaciones y contemplaciones (ejercicios) que surgen de la profunda experiencia espiritual que Ignacio vive a partir de su conversión, con el fin de ayudar al que se ejercita en ellos a descubrir cuál es la voluntad de Dios para su vida.

Los Ejercicios Espirituales Ignacianos se remontan al Cuaderno de notas en el que Ignacio describe sus experiencias espirituales durante su visita a la ciudad de Manresa, donde le trataba Dios de la misma manera que trata un maestro de escuela a un niño (Autobiografía 27).

Ignacio decide escribir este Cuaderno de los Ejercicios Espirituales con el propósito de ayudar a otros, comunicándoles las ideas y sentimientos que a él le habían transformado. Por ello, los

concibe y realiza más bien como una guía dirigida, no tanto al que los experimenta, sino al que los Predica.

El objetivo de los Ejercicios Espirituales Ignacianos es ayudar al ejercitante, ayudar al que los experimenta, a discernir y conocer lo que Dios quiere de él, y a desear y elegir esto.

De modo particular, los Ejercicios Espirituales, son muy útiles para organizar la vida diaria de acuerdo a la Voluntad divina, e incluso a descubrir a qué Vocación Dios me está llamando, para aquellos que todavía no han decidido.

La experiencia completa de los Ejercicios Espirituales Ignacianos dura aproximadamente 30 días, los cuales se hacen en silencio y bajo la guía del Predicador. Pero es posible adaptar el mes de Ejercicios Espirituales a la situación real de cada ejercitante. De aquí que se puedan hacer versiones reducidas de 5 o hasta 3 días.

A continuación la entrevista al Padre:

El Padre Joaquín Gallo es originario del Distrito Federal, tiene 43 años de sacerdote en la compañía de Jesús, su vida ha sido ligada por un tiempo a la juventud y por otro lado a la virgen de Guadalupe; actualmente funge como Secretario del apostolado de la oración a nivel nacional, con el movimiento eucarístico juvenil.

1. ¿Cuál ha sido su experiencia como director de ejercicios espirituales?

Todo jesuita tiene una, dos o tres tantas por año, hay quienes están dedicados totalmente a ellos, y están en las casas destinadas para ofrecer esta experiencia. Por lo que son parte de mi identidad vocacional y congregacional.

2. ¿Qué han aportado los ejercicios ignacianos a la Iglesia?

Lo primero, muchos santos, en los



jesuitas 150 beatos y 52 santos, todos han pasado por allí, más los venerables, muchas congregaciones están inspiradas y nacidas de los ejercicios. Le han dado a la Iglesia una fortaleza muy grande, porque esta experiencia marca, el silencio, tener al Señor como referente espiritual directo.

3. ¿Cuál ha sido su experiencia con los sacerdotes de esta diócesis?

Los veo entusiastas, muy unidos, trabajando fuerte; hay varias experiencias interesantes de tipo pastoral, que vale la pena seguir cultivando, veo el florecimiento de las vocaciones, y me alegra mucho poder conocerlos.

4. ¿Cuál es la importancia de los ejercicios espirituales en la Iglesia?

La mayoría de las diócesis, lo hacen y piden algún jesuita para dar los ejercicios, esto sucede a nivel mundial, tienen bastante raigambre en el clero secular y eso va creando formación, gente que va quedando más formada en una espiritualidad para la acción y la contemplación,

5. ¿Qué opina de que la Iglesia tenga un Papa Jesuita?

Estamos todos “destanteados” no nos lo imaginábamos, como tenemos un especie de voto promesa de no aceptar cargos eclesiales de honor, pero este ha sido un caso extraordinario, y claro que estamos contentos.

6. Algún mensaje a los lectores del Peregrino

Que sean muy amigos de Jesús toda la vida, que le dediquen diario su rato de oración, que le dediquen el día, que se pongan en sus manos, de esa experiencia de encuentro surgirán muchas bendiciones para todos.

Agradecemos profundamente al Espíritu santo que dirigió estos ejercicios y por supuesto al padre guía, quien con su testimonio y entrega nos ha dejado una gran riqueza. Hermanos sigamos trabajando y creciendo, por supuesto guiados por el Espíritu, a ejemplo de Jesús “el Espíritu lo empujó al desierto y permaneció allí cuarenta días, siendo tentado por Satanás” (M 1,13a)



## Frases del Papa Francisco

Amigos lectores les presentamos solo algunas de las frases expresadas por el Papa Francisco durante el mes de Febrero dichas en diferentes discursos y homilias en que se dirige al pueblo de Dios.

**“Cuando nos abrimos a la vida y se sirve a la vida experimentamos la fuerza revolucionaria del amor y de la ternura, inaugurando un nuevo humanismo: el humanismo de la solidaridad.”**

01 de febrero

**“Es tarea de los cristianos difundir en todas partes la fuerza redentora, convirtiéndose en misioneros y heraldos de la Palabra de Dios.”**

01 de febrero

**“La oración de contemplación nos ayuda en la esperanza. Vivir de la sustancia del Evangelio. ¡Orar siempre!”**

03 de febrero

**“Los padres deben ser pacientes. Muchas veces no hay que hacer nada más que esperar, rezar y esperar con paciencia, dulzura, magnanimidad, misericordia.”**

04 de febrero

**“La salvación no es una teología de la prosperidad. Es solamente y nada más que el ‘buen anuncio’ de liberación llevado a todo oprimido.”**

05 de febrero

**“El ejercicio de la autoridad tiene siempre como objetivo el bien común y encuentra su razón de ser y de su eficacia en**

**ponerse diariamente al servicio de aquellos a los que se dirige su potestad.”**

06 de febrero

**“Tenemos que convencernos de que la caridad no es sólo el principio de las micro-relaciones, como en las amistades, la familia, el pequeño grupo, sino también de las macro-relaciones, como las relaciones sociales, económicas y políticas.”**

07 de febrero

**“Curar a un enfermo, acogerlo, servirlo, es servir a Cristo: el enfermo es la carne de Cristo.”**

08 de febrero

**“Quien no se pone en camino, nunca conocerá la imagen de Dios, nunca encontrará el rostro de Dios. Los cristianos que permanecen sentados, los cristianos quietos no conocerán el rostro de Dios: no lo conocen.”**

10 de febrero

**“Una sociedad de hijos que no honran a sus padres es una sociedad sin honor; ¡cuando no se honra a los padres se pierde el propio honor!”**

11 de febrero

**“El camino de la Iglesia es el de no condenar a nadie para siempre y difundir la**

**misericordia de Dios a todas las personas que la piden con corazón sincero.”**

15 de febrero

**“Para ser ‘imitadores’ de Cristo frente a un pobre o enfermo no debemos tener miedo de mirarlo a los ojos y de acercarnos con ternura y compasión.”**

15 de febrero

**“Cuando los pobres están como en casa, nuestra misma fraternidad cristiana recobra vida. Los cristianos, en efecto, van al encuentro de los pobres y débiles no para obedecer un programa ideológico, sino porque la palabra y el ejemplo del Señor nos dice que todos somos hermanos.”**

18 de febrero

**“No puedes ofrecer cosas a la Iglesia en los hombros de la injusticia que haces con tus empleados. Este es un pecado gravísimo: es usar a Dios para cubrir la injusticia”.**

20 de febrero

**“La Cuaresma, es un tiempo propicio que debe conducirnos a tomar siempre más conciencia de cuánto el Espíritu Santo, recibido en el Bautismo, ha obrado y puede obrar en nosotros.”**

22 de febrero

# Bicentenario Del Nacimiento De San Juan Bosco

Septima Parte

## JUAN BOSCO EN EL SEMINARIO.

Nos encontramos con Juan Bosco ya seminarista donde podremos ver qué estilo de sacerdote deseaba llegar a ser, aún dentro del seminario son decisivas sus relaciones con los superiores, con sus amigos y compañeros.

En sus memorias encontramos la narración de esta etapa tan importante en su vida.

“Los días de seminario trascurren más o menos iguales, por lo que me limitaré a describir algunas generalidades, dejando para escribir aparte otros hechos más detallados. Me referiré, ante todo, a los superiores.

Yo los quería mucho y ellos fueron siempre muy buenos conmigo; pero mi corazón no estaba satisfecho porque conversábamos con el Rector y los otros superiores



SEMINARIO DE CHIERI DONDE JUAN BOSCO SE FORMO SACERDOTE

sólo al volver y al marcharnos a vacaciones.

Del resto sólo se iba donde ellos cuando nos llamaban para reprendernos. Todos se turnaban semanalmente en la asistencia del comedor y para acompañarnos durante los paseos. Eso era todo. Cuántas veces hubiera querido hablar con ellos, pedirles un consejo o consultarlos sobre alguna duda, pero era imposible; por el contrario, cuando pasaba alguno de ellos entre los seminaristas, éstos, sin saberse por qué, se escapaban precipitadamente por una u otra parte, como si huyeran de un animal peligroso.

Todo me hacía desear más vivamente ser cuanto antes sacerdote para estar con los jóvenes, acompañarlos y ayudarles en sus necesidades.

En cuanto a los compañeros, me atuve al consejo de mi madre: que me juntara con los devotos de María y con los que amaran el estudio y la piedad. Pensando

Por: Hijas de María Auxiliadora

en quienes deseen entrar al seminario debo decirles que en éste, así como hay clérigos ejemplares, hay algunos también muy peligrosos. Porque no pocos entran sin vocación, ni tienen buen espíritu, ni se preocupan porque su conducta sea la de un buen seminarista. Es más, recuerdo haber oído pésimas conversaciones y una vez, registrando las cosas de algunos, les encontraron toda clase de libros malos y obscenos. Es verdad que este tipo de compañeros, o dejaban por propia iniciativa la sotana, o eran de inmediato despedidos apenas descubiertos, pero durante el tiempo que permanecían en el seminario eran una verdadera peste para buenos y malos.

Para evitar tales peligros elegí a algunos cuya virtud era notoria entre todos: Guillermo Garigliano, Juan

Giacomelli, de Avigliana y, más tarde, Luis Comollo. Estos tres compañeros fueron para mí un verdadero tesoro.

Las prácticas de piedad se cumplían muy bien. Todas las mañanas teníamos misa, meditación y la tercera parte del rosario. Durante la comida, alguna lectura formativa, que en esos años era la Historia

Eclesíástica de Bercastel. La confesión quincenal era obligatoria pero podía hacerse también cada

Sábado. En cambio, la Santa Comunión se podía recibir sólo los domingos o en especiales solemnidades.

Si se hacía también algunas veces durante la semana, teníamos que arreglárnoslas eligiendo entre

ésta o el desayuno, hacerlo a escondidas en la contigua iglesia de San Felipe y, una vez recibida la

comunión, meterse entre los compañeros cuando iban al estudio o a la clase. Era una falta contra el

horario y, por tanto, estaba prohibido, pero los superiores la autorizaban tácitamente ya que sabiéndolo

y aún dándose cuenta ellos mismos algunas veces, no decían nada. De este modo pude recibir con más

frecuencia la Comunión y puedo decir que ella fue el más eficaz alimento de mi vocación.

Más tarde, por disposición del arzobispo Gastaldi, se puso remedio a esto organizando las cosas de tal

forma que los que estaban preparados podían acercarse a comulgar cada mañana.

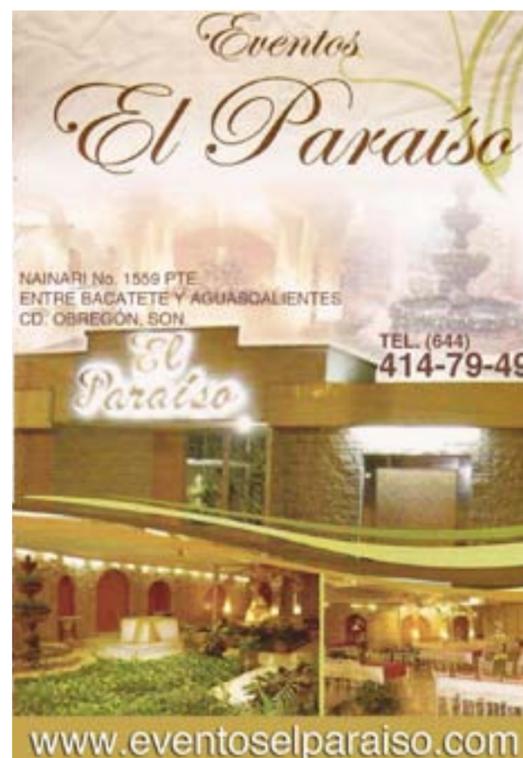
Entre las diversiones y recreos, las carreras eran el pasatiempo más común durante el tiempo libre... Se nos permitía también a veces el juego de barajas y me dediqué a él por algún tiempo .. prestaba tanta atención al juego que después no me era posible reconcentrarme en la oración y en el estudio, pues la



1815 • DON BOSCO • 2015

imaginación se me iba tras el Rey de Copas, la Sota de Espadas y el As de Oros o de Bastos. Me decidí entonces a renunciar a esta entretención como lo había hecho ya con otras. Esto me ocurrió a mitad del segundo año de filosofía, en 1836. Cuando la recreación era más larga se amenizaba con algún paseo por los pintorescos alrededores que circundaban a Chieri. Aquella salidas nos eran muy útiles para los mismos estudios pues nos ejercitábamos en temas escolares a través de preguntas y respuestas. Pero, aun permaneciendo en el Seminario, podíamos departir con los amigos sobre temas divertidos, o sobre ejemplos de vida o cuestiones científicas.

Aprovechábamos también los recreos largos para hacer en el comedor los llamados círculos de estudios. En ellos podíamos plantear nuestras inquietudes, pedir explicaciones sobre temas que en la clase habían quedado claros. Era algo que me gustaba mucho, porque servía no sólo para los estudios sino para la vida de piedad, y hacía bien a la salud.



La castidad es la virtud por medio de la cual el hombre domina y regula el deseo sexual según las exigencias de la razón. Su auténtico objeto es el placer sexual, que hay que poner deseado, distar y regular según un orden justo. Santo Tomás de Aquino.

El valor de la castidad

En el esquema que maneja Santo Tomás de Aquino, la castidad es

Antes de empezar a comentar sobre el valor de la castidad sería bueno nos adentráramos a algunas definiciones, y esto es a raíz de que hay algunas confusiones en torno a esta realidad, cosa que no nos ayuda para poder compartir esta virtud que viene a ser un fruto del Espíritu Santo. Veamos algunas definiciones:

La castidad consiste en el dominio de sí, en la capacidad de orientar el instinto sexual al servicio del amor de integrar en el desarrollo de la persona. Sagrada Congregación para la educación católica.

La castidad significa la integración lograda de la sexualidad en la persona, y por ello en la unidad interior del hombre en su ser corporal y espiritual. La sexualidad, en la que se expresa corporal y biológico, se hace personal y verdaderamente humana cuando está integrada en la relación de persona a persona, en el don mutuo total y temporalmente ilimitado del hombre y de la mujer. Catecismo de la Iglesia Católica 2337.

insertada en la virtud de la templanza, la cual es entendida como la valoración equilibrada de diversas tensiones, esto manejado en una perspectiva global de los valores.

Muchas cosas suceden actualmente en orden al tema de la castidad, se malentendiendo el significado y se le quiere dar un aspecto incluso morboso, y es así como le quitan el valor positivo al significado.

**“Los que os hablan de un amor espontáneo y fácil os engañan. El amor según Cristo es un camino difícil y exigente. El ser lo que Dios quiere, exige un paciente esfuerzo, una lucha contra nosotros mismos. Hay que llamar por su nombre al bien y al mal.”**  
(San Juan Pablo II)

Algunas definiciones daban a entender que la castidad era meramente renuncia y represión, y es así como se limitaba el significado; hacían ver a la castidad de los esposos como una castidad imperfecta, y por ende no llevaba a la plenitud de la vida cristiana.

Desde la perspectiva de Tomás de Aquino, que es la perspectiva que maneja la Iglesia, y lo manifiesta en el mismo Catecismo, la castidad no es menosprecio ni rechazo de la sexualidad o del placer sexual, sino fuerza interior y espiritual que libera a la sexualidad.

Esta virtud, es una virtud para dominarse a sí mismo, es una pedagogía de la libertad humana, es un vivir en la alegría su ser sexuado, y eso no lo podemos quitar, todos nosotros somos seres sexuados, y es importante vivir la sexualidad libremente, y la castidad a eso nos lleva. La misma Sagrada Escritura nos ilumina lo que estamos platicando, veamos:

El hombre paciente espera hasta el

# La castidad

Por: Pbro. Víctor Manuel Félix Alvarado

momento oportuno, y al final su paga es la alegría. (Eclo. 1,23)

Los mismos documentos del Concilio Vaticano II nos expresan la importancia de la castidad:

El hombre logra esta dignidad cuando, liberándose de toda esclavitud de las pasiones, persigue su fin en la libre elección del bien y se procura con eficacia y habilidad los medios adecuados' (Gaudium et Spes 17)

Son tantos los valores que trae consigo la castidad, otros pueden ser el mismo respeto de los derechos de la persona, tanto en el ámbito moral como en el espiritual. Es un don que proviene de lo divino, pero también de los esfuerzos humanos.

La misma castidad ofrece la preparación necesaria para cualquier

vocación o estado de vida. Esta virtud purifica el amor y lo eleva; es la mejor forma de entender, y sobre todo, de valor el don por excelencia: "El Amor".

Hay una nota muy interesante de la Iglesia Católica Española en torno a la castidad, se las comparto:

La castidad cristiana supone superación del propio egoísmo, capacidad de sacrificio por el bien de los demás, nobleza y lealtad en el servicio y en el amor. (Conferencia Episcopal Española).

Muchos quieren liberarse de la moral católica que consideran represiva, y lo que hacen es caer en la esclavitud del pecado que degrada al hombre. Podemos llegar a la conclusión, que la castidad perfecciona al hombre.

**¡El Mejor Huevo de la región!**

**rancho grande**

Granjas Avícolas Rancho Grande, S.P.R. de R.L.  
Matriz: Miguel Alemán 600 Nte. Tel. (644) 414-4545  
Suc.: Mercado Unión Tel. (644) 413-5554  
www.ranchogrande.com.mx

# LIBRERIA SAN JERÓNIMO

VENTA DE ARTICULOS RELIGIOSOS, CALIZ,  
ORNAMENTOS, ROSARIOS, BIBLIAS, IMÁGENES,  
CIRIOS, VELAS, ORACIONES, NOVENAS, LIBROS  
RELIGIOSOS Y MÁS....



## NOVEDADES



DIJES



MENSAJES



IMAGENES

CALLE ALLENDE NO. 823 OTE. LOCAL 5  
PLAZA EL DORADO  
TEL. (644)414-90-28  
CD. OBREGÓN, SONORA

CALLE SONORA NO. 161-B NTE, ALTOS  
TEL. (644)414-62-98  
CD. OBREGON, SONORA

## COMODIDAD Y TECNOLOGÍA.



**TUFESA**  
*Platinum*



Viajando con estilo ©

| tufesa social: | [www.tufesa.com.mx](http://www.tufesa.com.mx) | Centel: 01 800 737 8883 |