

El Peregrino



Ed. Mensual Enero 2018, núm. 142, Cd. Obregón, Son.

Sembrando fe, esperanza y amor

**“El Señor te muestre su
favor y te conceda la paz”**
Nm 6,26



“El Espíritu escribe a las iglesias. Les recuerda su pasado y estimula su presente. Hay palabras de reconocimiento y de corrección, de estímulo y de alerta. Hagamos silencio para escuchar lo que el Espíritu nos dice a nosotros.”

(Ap 2,1-11).

Un Año termina y un año empieza, el 2018; cuantas ilusiones, expectativas, temores y miedos vamos sintiendo en nuestro interior, pero lo que prevalece en estos momentos son sentimientos de gozo y alegría, por haber llegado con vida a un año más en un ambiente de fiesta espiritual, de agradecimiento a Dios vivido en un ambiente familiar. Creo que es el momento para guardar un momento de silencio y dejar por un instante el celular, un silencio que nos permita llegar a una breve meditación. Apartarnos un poco del ruido exterior e interior nos ayudará a estabilizarnos y poner nuestra situación existencial donde debe estar. No tengamos miedo a nuestro interior, a nuestro silencio, a nuestra realidad, allí nos espera el Padre Dios, nos escuchará y entraremos en un diálogo hermoso con aquél que sólo sabe amarnos. Es el momento del año para empezar a cultivar un poco de silencio hoy y después, de vez en cuando, y nuestra vida será más humana y pacífica, más consciente y responsable, más auténtica y alegre.

¡Hagamos silencio y dejemos hablar a nuestro corazón! Primeramente para AGRADECER. El sólo hecho de tomar esta actitud de agradecimiento, nuestro ser se engrandece y nuestro corazón se reviste de humildad; agradecer Dios de quien todo viene, tantas bendiciones otorgadas; ¡prestarnos la vida! A la familia y personas que nos han ayudado de muchas formas. Después pedir PERDÓN; porque no hemos dado el fruto esperado, incluso hemos producido frutos amargos. Cuánto daño hemos hecho quizás a los demás con palabras y actitudes hirientes. El perdón alivia el corazón, lo rejuvenece y lo lleva a la PAZ. Por último el de COMPROMETERNOS a generar no sólo en estos días abrazos y sentimientos de bienestar y felicidad, sino empeñarnos a trabajar por construir con nuestras pequeñas aportaciones y talentos que Dios nos ha dado, un ambiente de paz y no de violencia, de más participación y no de pasividad; no olvidarnos que mucha gente tiene la esperanza en cada uno de nosotros.

El Señor nos bendecirá con su paz. Nos va a bendecir con la sonrisa de un niño de ocho días. Nos va a bendecir con la ternura de una madre, que es nuestra y es de Dios; mejor, es madre nuestra porque es madre de Dios.

P. Rolando Caballero Navarro

12

19

23

11

Tema del Mes

Los momentos vienen y se van

Rincon Vocacional

Y postrándose le adoraron

Foro Abierto

La toma de decisiones

Pulso Cultural

La conciencia ciudadana

	Pág.		Pág.
Editorial	2	Espiritualidad Cristiana	15
Mensaje	3	Sacerdotal	16
Fe y Psicología	4	Instituto Bíblico Católico	17
Reflexiones	5	Vaticano y el Mundo	18
Mi Familia	6	Salud y Bienestar	20
Palabra de Vida	8	Entrevista	22
Adolescentes y Jóvenes	10		
Espacio Mariano	14		

Directorio

Director:
Pbro. Rolando Caballero Navarro

Impresión:
El Debate, S.A. de C.V.
Los Mochis, Sinaloa

Difusión y Distribución:
C.P. Silvia Lizárraga
Sr. Alejandro Morales Gerardo

Publicidad:
Srita. Kathy Corona

Contacto:
C.P. Silvia Lizárraga
Srita. Kathy Corona

Diseño Editorial:
Rubén Suárez
(644) 122 74 25

Corrección y Estilo:
Mtro. René Armenta

Equipo de Información:
Pbro. Salvador Nieves
Pbro. Guillermo Arnulfo Ávila Contreras
Pbro. Víctor Manuel Félix Alvarado

Tel. (644) 413 47 70
elperegrino.obr@gmail.com

Colaboradores

Obispo Felipe Padilla Cardona
MPS Magdalena Iñiguez Palomares
Any Cárdenas Rojas
Pbro. Luis Alfonso Verdugo Martínez
César Omar Leyva
Rodolfo Soriano Núñez
Lic. Rubén Valdéz
Pbro. Víctor Manuel Félix Alvarado

Pbro. Jorge Alberto Torres Molina
Pbro. Salvador Ibarra Garza
Pbro. Arnoldo Ornelas Díaz
José Enrique Rodríguez Zazueta
Pastoral Vocacional Seminario
Psic. Xóchitl Guadalupe Barco Escárrega
Psic. Edelmira Gámez Camacho

Visita la página web de la Diócesis

www.diocesisdeciudadobregon.org



Diócesis de Ciudad Obregón, A. R.

Circular 9 / 2017

*"Al altar del Señor llevarán sus holocaustos y sus sacrificios,
sus diezmos y sus ofrendas reservadas de sus manos"*
Dt 12,6,

A los Sacerdotes, Religiosos, Colegios Católicos y Fieles Laicos de nuestra Iglesia Diocesana:

En este ambiente de grata espera del Nacimiento de Jesús, Nuestro Salvador, tiempo de grandes bendiciones para nuestras familias; una forma concreta de mostrar nuestra gratitud a Dios, "Rico de misericordia" (Ef 2,4) es ofreciendo el **Diezmo Anual**, para poner en práctica esta exigencia de nuestra Fe y manifestar nuestra gratitud a Dios por todas las bendiciones que nos ha dado a lo largo del año 2017.

Nos damos cuenta que la crisis económica afecta a todos; así como la crisis de valores; pero necesitamos seguir promoviendo las obras de nuestra querida Iglesia de Ciudad Obregón, respaldándola con los recursos económicos necesarios para cumplir con la misión que Cristo nos encomendó en este mundo: en la evangelización, la práctica de las obras de Misericordia, la atención a los pobres y migrantes, el acompañamiento misericordioso a los enfermos, acciones concretas a favor de nuestros jóvenes; la formación de agentes de pastoral, la atención a Sacerdotes en su enfermedad y a los que se están preparando para mejor servir a esta Iglesia Diocesana, en el Seminario y en los Centros de Estudio Superior.

El importe mínimo de esta ofrenda sigue siendo el equivalente a **un día de salario** percibido o, **un día de utilidades** percibidas en el presente año. Que la Divina Providencia ampare y proteja a sus familias, sabiendo que Dios nuestro Padre, nos da lo que necesitamos y multiplica nuestros bienes en la medida que somos generosos con los demás.

El diezmo anual se entregará al sacerdote encargado de tu comunidad o, directamente a la Economía Diocesana.

Que la Inmaculada Concepción de la Santísima Virgen María, nos anime y guie en este tiempo de alegre espera misericordiosa de Jesús Salvador que viene entre nosotros.

Curia Diocesana de Ciudad Obregón del Sagrado Corazón de Jesús, el día 15 de diciembre dos mil diecisiete del Año del Señor.

Doy fe,

Hna. Lic. Marlene Roque García
Vice Canciller Secretaria

Felipe Padilla
Felipe Padilla Cardona
Obispo de Ciudad Obregón



La gracia supone la naturaleza: la relación entre lo humano y lo espiritual

Por: MPS Magdalena Iñiguez Palomares

El hombre es, por su propia naturaleza, una unidad biológica, psicológica, social y espiritual. Unidad integral de cuerpo, mente y alma en la que cada una de las dimensiones repercute en las otras.

Existe por lo tanto una íntima relación entre lo exterior y lo interior, de manera que lo exterior repercute en lo interior, y viceversa.

El hombre es un ser corporal; ésta es una realidad innegable. Nuestro cuerpo tiene requerimientos físicos, necesidades vinculadas a esta dimensión que no pueden ser desatendidas: respiración, alimento, bebida, abrigo y otras necesidades vinculadas al bienestar. La persona además de necesitar lo básico para sobrevivir requiere que su organismo se mantenga, además de vivir en un ambiente adecuado para su desarrollo adecuado.

Es claro que lo biológico no explica todo lo que somos. Si seguimos avanzando en nuestra experiencia como personas, nos damos cuenta que nuestra relación con el mundo va más allá de este nivel. También descubrimos que poseemos una dimensión psicológica. Esta dimensión tiene también sus propios requerimientos, como el conocer, comprender, abarcar la realidad, además de las necesidades afectivas.

En ese sentido, podemos decir que en la dimensión del alma, o psicoafectiva, el hombre experimenta también una serie de necesidades que deben ser satisfechas y que preceden en orden de dignidad a las necesidades físicas: ser amado, amar, sentirse importante para alguien, etc. De manera que podemos decir que el hombre no es solamente sus sentimientos o emociones, como tampoco es solamente su cuerpo, sus roles, funciones o pensamientos.

El ser humano es unidad y la dimensión espiritual

es la más importante, pero no anula a las demás áreas sino que debe haber una jerarquía, de manera que sea lo espiritual lo que dirija y nutra la realidad corporal y psicológica.

No obstante, también existe el libre albedrío. Quien no alimenta la dimensión espiritual con su voluntad, queda sometido a los vaivenes de lo circunstancial y/o contextual. Por eso, se hace necesario la contribución de la razón como un acto de voluntad,



es decir, la capacidad de decidir en la alimentación de la fe. Como diría Santo Tomás, la naturaleza puede contribuir a la comprensión de la revelación divina, el encuentro con Dios. La fe, por tanto, no teme la razón, sino que la busca y confía en ella. Como la gracia supone la naturaleza y la perfecciona, así la fe supone y perfecciona la razón. Esta última, iluminada por la fe, es liberada de la fragilidad y de los límites que derivan de la desobediencia del pecado original y encuentra la fuerza necesaria para elevarse al conocimiento del misterio de Dios. Aun señalando con fuerza el carácter sobrenatural de la fe, Santo Tomás no ha olvidado el valor de su carácter racional, sino que ha sabido profundizar y precisar este sentido. En efecto, la fe es de algún modo ejercicio del pensamiento y de la voluntad; la razón del hombre dando su consentimiento a los

contenidos de la fe, que en todo caso, se alcanzan mediante una opción libre y consciente, no queda anulada ni se empobrece dando su aprobación, sino que en todo caso, se alcanzan de una manera voluntaria y totalmente consciente.

Por tanto, quien pretenda la realización humana sólo saciando sólo las necesidades físicas e intelectuales, o buscando el equilibrio psicológico sin la vida espiritual, permanecerá incompleto, con cierto vacío, incluso frustrado en el ámbito físico y psicológico. El ser humano siempre ha sido llamado a alimentar esa necesidad de trascendencia que sólo puede ser llenada con Dios en el amor.

Es por ello que actualmente y más que nunca, el hombre contemporáneo es invitado a plenificar su existencia como unidad: cuerpo, mente, alma y espíritu. Se trata de vivir el máximo de sí mismo, trabajando porque nuestras cuatro dimensiones apunten armónicamente a la santidad en la vida cotidiana. Estamos invitados constantemente a la práctica del amor, desde lo más pequeño, en el día a día, hasta lo más difícil y contradictorio. Hacer de lo ordinario, algo extraordinario. Esto sólo se logra con la providencia gratuita de la gracia divina. Es decir, el hombre no puede llegar a su plenitud como hombre, si no es por la gracia. No puede llegar a ser plenamente sano y ordenado psíquicamente, si no es con la ayuda de la gracia de Dios.

Pidamos, oremos y clamemos por la gracia de Dios. Cuando entregamos nuestra vida y voluntad a Él, empiezan a suceder cosas maravillosas. Se trata de decidir en y para el amor, e incluso el amor es una decisión de nuestra razón. Dios es y será siempre un caballero, necesita de nuestro permiso para actuar. Contribuyamos con la gracia, que siempre será gratuita porque Dios es amor, y quien permanece en el amor permanece en Dios y Dios en él (1 Jn 4, 16).

Nuevo año: Tu Dios va delante

Por: Any Cárdenas Rojas

Lincia un nuevo año y como es típico, pensamos en propósitos y resoluciones que deseamos hacer: llevar dieta, hacer más ejercicio, ser mejor persona, convivir más tiempo con la familia...La lista de deseos es larga pero en ocasiones difícil de seguir. Muchos de nuestros deseos y resoluciones, sin embargo, son aspiraciones generalmente materiales que aunque no tienen nada de malo seguirlos, aun así, son cosas que no nos van a ayudar necesariamente a ser mejores católicos.

Entonces si uno quiere tomar un paso más hacia delante, uno puede tratar de ser más espiritual; es decir, acercarse más a Dios. Quizás entonces, los resultados sí valgan mas la pena como: ayudar al necesitado, no calumniar, alentar al que sufre, apoyar a la iglesia, asistir a misa, tener voluntad en hacer alguna causa justa, etc.

El tema de crecer espiritualmente usando las fuerzas de Dios y no las nuestras, merece un énfasis especial puesto que el resultado sí será verdadero. Hagamos las cosas diferentes: que Dios mismo haga los propósitos de un nuevo año para la humanidad, diciéndonos: ¡"Hey tu mortal, hijo mío, has las cosas correctas por tu propio bien. Te dí los Diez Mandamientos, te envié a mi Hijo para que te enseñara y guiara el camino que llega a Mi, para que tu vida sea santa, digna y que valga la pena vivirla. Tienes a tu prójimo, tienes a tu familia, hazlos sentir bien, que se den cuenta que eres un auténtico cristiano, ayúdalos. Porque soy infinitamente misericordioso,

pero también infinitamente justo. Doy al final, a cada quien lo que merece, como premio o castigo a lo que edificaron!"

Así...si entendemos bien las cosas, nuestro actuar será lo que Dios espera. Y debemos creerlo en serio, porque nuestra permanencia en el mundo no es un hecho accidental, sino que obedece a propósitos eternos que Dios estableció de manera especial para con cada uno de nosotros.



Qué triste y frustrante sería que llegáramos al final de nuestros días sobre la tierra y no haber vivido para el propósito para el cual Dios nos trajo al mundo. No olvidemos que eso depende de nuestra decisión personal.

Somos seres libres para vivir de acuerdo a los propósitos de Dios o para vivir de acuerdo a los nuestros. Estaría bien decidir la mejor parte y afianzarnos a propósitos que Dios desde toda la eternidad ha preparado para nosotros.

Debemos tener cuidado del punto de vista de los demás y seguir a

Jesús aunque nadie obedezca sus enseñanzas y las consideren "pasadas de moda" o "que no encajan" para el tiempo presente.

Es por eso que no hay nada más sabio que hacer la voluntad de Dios y nada más tonto hacer lo que Dios NO quiere.

Debemos compartir las enseñanzas de nuestro Padre a cuantas personas estén bajo nuestro alcance; así como

también reflejarlas con nuestro estilo de vida.

Es posible que muchas cosas ya sean de nuestro conocimiento, pero no está de más recordarlas y practicarlas.

Todo lo bueno que tenemos o somos, no ha sido por nuestros méritos personales o capacidades, sino porque Dios quiere magnificarse desde nuestra condición humana. No tenemos nada de que jactarnos o vanagloriarnos delante de los demás.

Él sabe dónde, cómo y cuánto tiempo vamos a desempeñar nuestra misión en la tierra. Dejemos que

sea Él quien quite todos aquellos estorbos que impiden tal propósito, pero que también nos de todas las herramientas que necesitemos.

Estamos en la tierra "de paso". No hemos venido a quedarnos en ella, vamos hacia la Patria Celestial, pero mientras vamos de camino es nuestro deber cumplir con el trabajo asignado por Dios. Recordemos: ¡No somos de aquí!

Si nos proponemos seguir a Cristo de una buena vez, tendremos una vida fructífera independientemente de las condiciones de maldad, peligro y limitaciones diversas que nos rodeen.

No se trata de mi o de mis sueños, se trata de Dios y sus sueños en nosotros, no se trata de lo que yo quiero ser, sino de quien dice Dios que soy.

Cualquiera que sea nuestro propósito de año nuevo, anhelemos primero que se nos permita alcanzar el propósito de Dios en nuestra vida.

Si nos acercamos a Dios, entonces tendremos murallas alrededor nuestro y fortalezas que nos guardarán y defenderán.

Encomendar a Dios todo lo que te propongas hacer en tu vida por muy mínimo que esto sea, es un reflejo de humildad y de sabiduría muy valorado, y el Nombre de Dios es reconocido y exaltado porque:

"Todas las cosas fueron hechas por medio de la Palabra y sin ella no se hizo nada de todo lo que existe". (San Juan).

¡No estemos ya en tiempos de promesas; estemos ya en tiempo de cumplirlas...!

El mal humor en los niños

Fuente: www.catholic.net

Todos en algún momento hemos estado de mal humor por causas diversas y nos enojamos con nuestros hijos, esposa(o) o amigos. Aunque sabemos que enfadarnos no nos lleva a nada bueno, en ocasiones no podemos evitarlo. Pero, ¿qué sucede cuando el que se enfada con nosotros es nuestro pequeño hijo? Hoy hablaremos del mal humor en los niños.

Generalmente cuando un adulto tiene ciertas actitudes hostiles hacia los demás, tendemos a justificar sus acciones diciendo que está molesto y por eso actúa de esa manera, pero cuando un niño demuestra estas mismas actitudes lo tachamos de berrinchudo y le pedimos que deje de tenerlas.

El mal genio en los niños se observa desde que son muy pequeños y es parte de su personalidad. Las actitudes que tendemos a etiquetar como berrinche no son otra cosa que la manifestación de su enojo ante las cosas que no puede cambiar o que no salieron como él esperaba. Algunos niños se enfadan más fácil que otros porque cuentan



con un temperamento más fuerte que es necesario educar para que aprendan a controlarlo.

Estos pequeños de temperamento fuerte en ocasiones se enfadan tanto que llegan a perder el control y su comportamiento termina por herir a otros o a ellos mismos dando puñetazos a las cosas, pegando a los demás, azotando puertas, etcétera.

Es obvio que para los padres de estos niños les es más difícil

llevar una relación armónica con ellos porque tienden a desesperarse fácilmente al verse rebasados por las conductas de sus hijos; aunado a que los niños con este tipo de temperamento, según algunos expertos, suelen tener una capacidad de argumentación mayor que los niños que tienden a ser más tranquilos, de tal manera que podrían presentarse mayores enfrentamientos con ellos si no se sabe cómo abordarlos.

Lo importante aquí no es pedirle

que deje de manifestar su enojo, sino ayudarlo a controlarlo y a expresarse sin agredir a nadie. Sin embargo, para poder enseñarle a los niños a controlar su temperamento, es necesario que los adultos que están a su alrededor prediquen con el ejemplo.

Como adultos debemos entender que al igual que nosotros, los niños pueden estar de mal humor por diversos factores. Lo ideal es no dejar que crezca su enojo: la clave está en



la paciencia. Es importante que ayudes a tus hijos a conocerse y a controlar sus emociones a través del diálogo con un tono apropiado, un contacto visual y un ambiente cordial.

En Red Familia te damos algunos tips que pueden ayudarte a lidiar con el mal humor de tus pequeños:

* Brindar un ejemplo positivo ante los conflictos mejorará las actitudes de los niños.

* Ante una actitud descontrolada de tu hijo, ármate de paciencia para contestar de la mejor manera y notificarle que tendrá tu atención cuando se calme.

* En momentos de calma, explícale que obtendrá un mejor resultado si manifiesta sus ideas con respeto.

Al momento de dar alguna instrucción procura ser claro y concreto con lo que se espera que haga, para evitar confundirlo y que se sienta frustrado.

Mediante el ejemplo y la comunicación, los padres debemos ayudar a nuestros

hijos a que aprendan a conocer y a controlar sus emociones para que puedan expresar sus necesidades y deseos de la mejor manera. ¡En la familia está la solución!

Clamando al Señor por ti, mi amado esposo

Señor, Tú que conoces los corazones y escudriñas en las profundidades de cada alma,

hoy quiero pedirte por mi esposo, que para mi corazón es muy amado.

A quien elegí gracias a Ti para que sea mi compañero y mi mejor amigo; a quien preferí y escogí entre las páginas de mi vida.

Quiero pedirte por su corazón, míralo con ternura y acaricia sus heridas más profundas, sana su memoria de recuerdos dolorosos y regáله la alegría siempre nueva para sus labios.

Colma su corazón de amor, para que sus palabras,

sus gestos se transmitan a quienes estamos a su lado

la compañía y la seguridad que tanto necesitamos.

Fortalece sus manos para que su trabajo sea digno y bueno,

guía sus pensamientos para que sus pasos sean bendecidos.



No alejes tu mirada de sus días para que se sienta muy amado por Ti

Atráelo hacia la Fuente de Tu Amor, si se encuentra alejado;

mantenlo muy unido a Ti

Toma su mano y guíalo cada día para que como padre y esposo,

sea fiel a tus mandamientos y su sola presencia inspire fuerza, valentía y seguridad.

Que nuestras hijas descubran en él, al modelo perfecto de amor y seguridad; que en sus brazos aprendan del valor del trabajo y la fidelidad.

Bendice su trabajo y las manos que día a día no se cansan;

que todos sus caminos sean bendecidos y que yo, como esposa, descubra en él... el amor verdadero y eterno que siempre anhelé.

Dame capacidad de entenderlo y amarlo, sin pretender cambiarlo, más bien valorarlo.

Que corrija con prudencia y camine a su lado

respetando su individualidad y diferencias.

Que lo ame y cada día lo conduzca con mis oraciones y ejemplo, hacia nuestro fin,

que es el Cielo, donde el amor será eterno.

Que encuentre en él la fuente del amor humano,

que su corazón no sea turbado y que nuestros corazones

al mismo ritmo de amor fusionen su latir, para que quienes comparten nuestras vidas,

vean en nosotros la belleza del Amor de DIOS en nuestras vidas!!!

Todo esto te lo pido en el nombre de Jesucristo Nuestro Señor... Amén.

Ana Ligia Hamed



Ilumine el Señor su rostro sobre ti

(Nm 6,25)

Por: Pbro. Luis Alfonso Verdugo Martínez

Iniciamos otro año, cuántos sueños, cuántos proyectos, cuántos deseos se agolpan en la mente y en el corazón. El horizonte no es tan claro como nos gustaría; nubarrones oscuros nos hacen ver con pesimismo el futuro. Quizá el año no pinta tan bien. Como nunca es propicio voltear a Dios, abrazarnos a la fe que puede darnos las respuestas que no podemos encontrar en otros lugares. Sin embargo, somos personas de fe y creemos que «Si Dios está por nosotros ¿quién contra nosotros?» (Rm 8,31), por lo tanto, no es tiempo de bajar la guardia y desesperarnos porque al igual que siempre la Providencia Divina es nuestra fuerza para el camino.

Como cada 1 de enero, en la solemnidad de Santa María, Madre de Dios, la liturgia nos presenta este texto tomado del libro de los Números (6,22-27), conocido como la «bendición sacerdotal» o Aarónica. Un texto hermoso y lleno de la profundidad del inmenso amor que Dios tienen por sus hijos. Repasemos sus palabras con detenimiento y reverencia:

a) «Habló Yahveh a Moisés y le dijo: Habla a Aarón y a sus hijos y diles: Así habéis de bendecir a los israelitas. Les diréis:» (Nm 6,22-23). La tribu sacerdotal, Leví, estaba dividida en dos grupos: los «aaronitas» encargados de las funciones sacerdotales (Nm3,2-4.10) y los «levitas» que eran los ayudantes de los primeros (Nm 3,5-9). Había tres grupos de «levitas» de acuerdo con las principales casas patriarcales: «guersonitas», «queatitas» y

«meraritas». Aarón y Moisés pertenecían al clan de Amrán, uno de los clanes de Queat. La bendición es por lo tanto un acto litúrgico, presidido por un sacerdote que actúa como intermediario entre el pueblo y Dios. Es también un acto comunitario, aunque es personal, se recibe como pueblo por quien Dios tiene una especial predilección. El espacio de esta bendición es la iglesia, la celebración litúrgica y especialmente la Eucaristía. No es suficiente pensar en Dios en un acto intimista que no vincula, tenemos que alabar y celebrar a Dios en comunión con nuestros hermanos.

b) «Yahveh te bendiga y te guarde;» (Nm 6,24). La bendición de Dios no es una fuerza inanimada, no es una energía. Es la presencia constante de Dios en nuestra vida. Es personal y personificante. Es la solicitud de un Padre por su hijo. Recuerdo que cuando era muy pequeño mi abuelita me enseñó una oración que aún sigo repitiendo antes de dormir: «Con Dios me acuesto, con Dios me levanto. Con la gracia de Dios y el Espíritu Santo. Dios conmigo, yo con Él. Dios delante y yo tras de Él. Si yo me duermo, Jesucristo me vela. Si yo despierto, la Santísima Trinidad me acompaña. Ahora y en la hora de nuestra muerte. Amén». Es esta experiencia de la confianza de ir por la vida sabiendo que Dios «está» de una manera misteriosa pero constante en nuestra vida y que nos hace



levantarnos cada día para luchar contra el pecado y buscar ser mejores personas, «Y he aquí que yo estoy con vosotros todos los días hasta el fin del mundo.» (Mt 28,20) y no se trata de una promesa sino de una realidad. «Si alguno me ama, guardará mi Palabra, y mi Padre le amará, y vendremos a él, y haremos morada en él.» (Jn 14,23), Dios más que darnos su bendición, se nos da como bendición.

c) «Ilumine Yahveh su rostro sobre ti y te sea propicio;» (Nm 6,25), «Entonces dijo Moisés: «Déjame ver, por favor, tu gloria.» Él le contestó: «Yo haré pasar ante tu vista toda mi bondad y pronunciaré delante de ti el

**POR LOS QUE LES GUSTA
LO BIEN HECHO**

LAVADO Y ENCERADO 12 A 18 MIN

FRENTE A PLAZA GOYA MUY BUEN SERVICIO



nombre de Yahveh; pues hago gracia a quien hago gracia y tengo misericordia con quien tengo misericordia.”. Y añadió: “Pero mi rostro no podrás verlo; porque no puede verme el hombre y seguir viviendo.”» (Ex 33,18-20). Lo que no podía cuestionarse es que Dios siempre estaba pendiente de las necesidades de su pueblo, su «rostro» lo acompañaba en todo momento y derramaba sobre él sus gracias y bendiciones. Experimentar su acción misericordiosa era en cierta manera observar el rostro amable de Dios. Nosotros hemos recibido la gracia de ver a Dios cara a cara, en el rostro de su Hijo en quien contemplamos el rostro misericordioso de Dios, «A Dios nadie le ha visto jamás: el Hijo único, que está en el seno del Padre, él lo ha contado.» (Jn 1,18), ver cara a cara a Jesús no nos aniquila, muy por el contrario, nos reconstituye y nos hace recuperar nuestra identidad perdida por el pecado, la de hijos en el Hijo.



es la plenitud de aquel que es bendecido, es llegar a ser lo que estamos llamados a ser.

- e) «Que invoquen así mi nombre sobre los israelitas y yo los bendeciré» (Nm 6,27), cuando con humildad y viendo nuestra indigencia acudimos a Aquel que es la fuente de todo bien; estamos seguros que Dios mostrará su rostro amable sobre nosotros y su sonrisa nos acompañará e iluminará nuestro camino.

La bendición no puede ser solamente un monólogo, sino que debe ser un diálogo de amor entre Dios y el que es bendecido. No es tampoco algo estático. En la bendición Dios no sólo nos da «algo» sino que se nos da pródigamente. Esto tiene sus consecuencias. El amor solo pide una respuesta, amor. La bendición no puede considerarse únicamente como un beneficio, es ante todo una responsabilidad que nos compromete. La bendición origina en la persona un movimiento que no puede terminar con la recepción

pasiva de la gracia. El amor tiene una fuerza dinamizadora que pone en movimiento a toda la persona, María después de recibir al ángel que le anuncia que será la madre del Salvador no se queda mucho tiempo pensando en las consecuencias, por el contrario, se encamina «presurosa» a servir a su prima Isabel, para hacerla partícipe de la alegría que inunda toda su persona (Cf. Lc 1,39-45), es que el amor «urge» a quien lo ha experimentado para ser comunicado.

Los encuentros con Jesús tienen el mismo efecto, no se trata solamente de recibir la bendición de la gracia, la liberación o la sanación, hay una consecuencia posterior: después de experimentar el encuentro con el amor divino, es tiempo de dar frutos porque como dice san Pablo, «Mas, por la gracia de Dios, soy lo que soy; y la gracia de Dios no ha sido estéril en mí. Antes bien, he trabajado más que todos ellos. Pero no yo, sino la gracia de Dios que está conmigo» (1 Co 15,10).

Después de haber sido sanados

diez leprosos, solo uno regresa ante Jesús para agradecer la bendición de la curación (Cf. Lc 17,11-19), Jesús lo despide con una encomienda, «Levántate y vete; tu fe te ha salvado» (Lc 17,19), a partir de hoy su misión consistirá en comunicar a otros la alegría de la transformación que el amor divino ha realizado en su persona. A la mujer acusada de adulterio (Cf. Jn 7,53-8,11), junto con el perdón le pide a su vez dar testimonio de esta gracia recibida, «Tampoco yo te condeno. Vete, y en adelante no peques más» (Jn 8,11). Al paralítico que esperaba la sanación en la piscina de Betesda (Cf. Jn 5,1-15), después de haber sido sanado le pide «Mira, estás curado; no peques más, para que no te suceda algo peor» (Jn 5,14), como dice un dicho, amor con amor se paga. No se trata de una obligación sino de una respuesta, esa es la dinámica del amor que solo alcanza su plenitud cuando se dona sin reservas.

La bendición es una responsabilidad. Es la responsabilidad que brota de una experiencia que fundamenta todo, el amor de Dios. La bendición de Dios no puede ser la búsqueda egoísta de la satisfacción de nuestros intereses personales, por más importantes que nos parezcan. La bendición es recibir a Dios en nuestra vida y dejarlo tomar posesión de toda nuestra existencia, es confiar plena y totalmente en su amor y dejarnos consumir por él, para que transformados en hombres y mujeres nuevos seamos sus testigos en el amor, y podamos decir convencidos «y no vivo yo, sino que es Cristo quien vive en mí; la vida que vivo al presente en la carne, la vivo en la fe del Hijo de Dios que me amó y se entregó a sí mismo por mí» (Ga 2,20).

Agrícola 

📍 Jalisco y Mayo #606 Col. Norte.

☎ (644) 4-14-61 61

📱 /vwobregon vw-delyaqui.com.mx

¡Es tiempo de Estrenar!
con Volkswagen Agrícola.

GOL HB
2018

Gol
Sedan
2018

Vento
Comfortline
2018

Nuevo
Tiguan
2018



Encontré a Dios en la cárcel

Por: César Omar Leyva

Hace un año la Pastoral Juvenil retomó el apostolado de realizar visitas a los jóvenes que se encuentran en el Instituto de Tratamiento y Aplicación de Medidas para Adolescentes (ITAMA) ubicado en la entrada de la comisaría de Cócorit.

especial.

Quienes tenemos la oportunidad de hacer este tipo de apostolado, lo primero que debemos tener claro es que no estamos encontrándonos con delincuentes, sino con personas, en este caso jóvenes que en algún momento cometieron un error y que

Juntos comenzamos a preparar los temas, las dinámicas y el resto de actividades que llevaríamos a los jóvenes de ITAMA cada sábado. Durante estos meses tuvimos encuentros muy personales con ellos. Platicamos de temas diversos, pero siempre poniendo el amor de Dios al centro y tratando de llevar un poco de esperanza a esos rostros que con la mirada querían decirnos tantas cosas.

Tengo muy grabado que en la segunda o tercera visita les “dejamos de tarea” a los jóvenes que rezaran por nosotros y les prometimos que haríamos lo mismo por ellos. Al mes siguiente cuando regresamos, justo antes de comenzar la plática uno de ellos se levanta y me dice “estuvimos haciendo oración por ustedes”. Esas palabras me llenaron el alma y es que ¿Quién no siente hermoso cuando un amigo le dice que ha rezado por ti?

En otra ocasión estábamos hablando de la felicidad y como dinámica le pedimos a los muchachos que trataran de decir tres cosas buenas de estar en ITAMA. Aunque en un principio callaron y tardaron para responder, después se generó una lluvia de ideas que al final formó una lista más grande que la que se había pedido.

Fue así como aquél apostolado, que consistía en que nosotros fuéramos

a dar palabras de esperanza y aliento a jóvenes que se encuentran en una cárcel, se transformó en una experiencia de vida en la que Dios hizo lo propio para que quienes recibiéramos inyecciones de esperanza y amor fuéramos nosotros mismos.

Ha sido hermoso llegar y que los muchachos digan “los estábamos esperando”. Ha sido hermoso escucharlos decir lo que sienten. Ha sido hermoso escucharlos decir que cuando salgan quieren ser mejores, que quieren seguir conociendo a Dios.

Son muchas las experiencias que se han vivido estos meses y estoy seguro que vienen otras más a partir del 6 de enero cuando, si Dios quiere, retomemos este apostolado.

Tengo muy presente el rostro de los muchachos el día que nuestro obispo Don Felipe Padilla Cardona asistió y celebró con ellos una misa en la que 15 jóvenes recibieron el sacramento de la Confirmación y Primera Comunión.

Guardo con cariño especial la última visita de 2017, lo que compartimos con cada uno de los 20 jóvenes que normalmente asisten al encuentro. Siempre que me preguntan cómo es visitar ITAMA respondo que es la oportunidad de ver a Dios de frente y permitirle que te abrace 20 veces en una tarde.



Durante este tiempo un equipo de jóvenes, al que tengo el gusto de pertenecer, ha llevado el mensaje de Dios el primer sábado de cada mes a esos muchachos que por circunstancias de la vida fueron recluidos en ese espacio.

De manera personal puedo platicar que desde la primera visita quedé sorprendido. Nunca había entrado a una cárcel, la experiencia aquel primer día fue muy fuerte. Recuerdo que nos pasaron al comedor ubicado junto a las celdas de la planta baja y hasta ahí comenzaron a llegar poco a poco un grupo de muchachos uniformados, con su cabello casi totalmente rapado y con un rostro que reflejaba muchas cosas.

Entendí en aquel momento que, si Dios me había invitado a ir a ese lugar, no era sólo para que yo prestara un servicio, sino para poder encontrarme con él, a través de esos jóvenes que con el paso del tiempo se han convertido en amigos a los que tengo un cariño muy

están pagando una condena (justa o injusta) por ese error que cometieron.

Confieso que no recuerdo de que trató aquella primera charla, ya que yo sólo iba como invitado. Mientras otro compañero dirigía la plática yo me dediqué a observar los rostros de esos muchachos, sus miradas, sus gestos, incluso trataba de adivinar sus pensamientos.

Recuerdo que al finalizar la primera visita tuve oportunidad de compartirles cómo Dios ha mejorado mi vida desde que decidí aceptarlo y después en la despedida abracé a uno por uno y aquellos abrazos me hicieron sentir un deseo enorme de volver y encontrarme otra vez con esos jóvenes.

Así transcurrieron todos los primeros sábados de cada mes de 2017. Sin querer me convertí en el encargado de mantener ese apostolado al que unos meses después se sumaron jóvenes del grupo Iluminare de Universidad La Salle Noroeste.



La conciencia ciudadana

Por: Rodolfo Soriano Núñez

En una audiencia recientemente celebrada en Roma, el santo padre, platicó con jóvenes de la Universidad Soñía de Japón. Una de las participantes le preguntó al papa Francisco cómo se veía él a sí mismo. La respuesta de Francisco no tiene desperdicio: “Trato de no verme nunca al espejo. ¿Por qué? Porque la vanidad siempre está al acecho: Es una cosa de la que tienes que cuidarte constantemente, te puede atacar en cualquier momento. Cuando nos peinamos, nos lavamos la cara, nos vemos al espejo. Pero cuando el espejo se vuelve parte de tu vida, comienzas a dialogar con el espejo, en una actitud casi o completamente narcisista. Debemos tener mucho cuidado cuando tratamos de juzgarnos a nosotros mismos. Debemos tener cuidado para no caer en la valoración del espejo, porque nos engañará, siempre nos engañará.

En lugar de la mirada en el espejo, lo que el papa recomendó a los jóvenes con los que platicó por medio del enlace vía satélite fue dedicar un par de momentos a lo largo de cada día a examinarse a uno mismo, a mirar a su interior, para tratar de encontrar en ese examen que se hace de lo hecho a lo

largo del día o de lo que debería hacerse, las claves para entender qué somos, qué debemos hacer para mejorar y de qué manera podemos evitar incurrir en errores, en torpezas.

Necesitamos hacer algo similar, parecido, en el ámbito social. Todos los mexicanos mayores de 18 años



tendremos el domingo primero de julio de 2018 la oportunidad de calificar qué se ha hecho y de decidir quién deberá tomar las riendas del gobierno federal y de los gobiernos de algunos estados y municipios.

Es importante acudir a esa cita con un corazón renovado, motivados por un profundo amor al país y a nuestros semejantes y preocupados por encontrar las mejores soluciones a los problemas que enfrentamos. A lo largo del año próximo, en la medida que transcurra el año litúrgico, tendremos la oportunidad de discernir

qué hemos hecho bien nosotros como ciudadanos y qué han hecho bien o no las autoridades. También podremos discernir qué ofrecerá cada partido, cada persona que aspire a ganar alguno de los distintos cargos de elección popular que estarán en juego.

Sin embargo, además de esa muy importante oportunidad para evaluar qué pasa y qué podemos hacer para mejor lo que pasa alrededor nuestro, la vida nos ofrece todos los días la posibilidad de hacer, como personas o como comunidades, ese examen diario del que el papa Francisco nos habla para evitar el peligro de caer en el narcisismo de quienes sólo saben mirarse en el espejo.

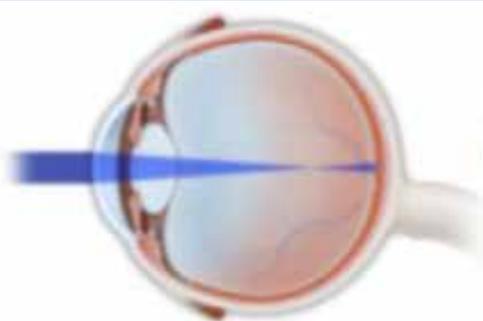
La clave para nosotros como cristianos y católicos está en aprovechar todas esas oportunidades para examinar qué hacemos y, sobre todo, para discernir qué debemos hacer, cómo debemos actuar, cómo debemos tomar las decisiones que nuestras distintas condiciones de cristianos, católicos, ciudadanos, madres, padres, hijas, hermanos o ciudadanos de tal o cual municipio o estado nos plantean.

Esto es algo que no depende sólo de las condiciones que enfrenta nuestro país, que son preocupantes por los

niveles de violencia que padecemos todos los días. Lo es también cuando consideramos, por ejemplo, qué ha resultado de la manera en que Estados Unidos votó en 2016 o de la forma en que otras naciones han ejercido su derecho a votar y participar en el proceso político.

El examen de lo que hemos hecho y de lo que deberíamos hacer en el futuro debe estar influido siempre por nuestras convicciones, pero debemos tener claro que el arma más importante a nuestro alcance, es el ejemplo. Las estructuras del Imperio romano no se derrumbaron porque los apóstoles o sus sucesores pactaran con los emperadores. Cayeron porque, al lado de los apóstoles, había una multitud de pequeñas comunidades, de parroquias, que practicaban de manera activa las enseñanzas de Jesús de Nazaret: dar de comer al hambriento, atender y cuidar a los enfermos, ayudar—en pocas palabras—a quienes más lo necesiten. En todo México hoy hay oportunidades para ayudar a otros mexicanos o a hermanos de América Central, del Caribe o de otras regiones del mundo que tratan de cruzar nuestro país para llegar a Estados Unidos. La medida de nuestro éxito como cristianos será que tanto seamos capaces de imitar a las comunidades originales de cristianos que surgieron luego de que resucitó.

**Clinica de Ojos
& Laser Optical**



**Dr. Leonel Gutierrez Mendivil
Cirujano Oftalmologo**

Los momentos vienen y se van...

Por: Lic. Rubén Valdéz

Inicia un nuevo año, nuevas expectativas, nuevos retos. Nuevas ilusiones, sueños y oportunidades

¡Qué hermoso es celebrar un año nuevo!

Creo que para el ser humano es importante celebrar la vida y no solo la vida sino el inicio de la vida. Quizá es por eso que cada año celebramos el cumpleaños o el aniversario de momentos importantes que marcaron la vida como es el aniversario de matrimonio. Forma parte de nuestra vida celebrarla. Es como reiniciar o, más que reiniciar, retomas fuerzas. Lo comparto con el sentimiento de tomar un nuevo aire y decir con esperanza: "Tengo una nueva oportunidad, tengo nuevas fuerzas para caminar".

Aunque también es innegable que se convierte en tiempo de reflexión, de introspección, de revisión de vida; pero me atrevo



a decir que esto lo realizamos no para martirizarnos o deprimirnos sino para proponernos nuevas metas o retomar metas o buscar repetir los logros.

Es un nuevo año, ¡Vamos, hay esperanza!

Platicaba esto con un amigo y me decía: "No sé por qué se

emocionan tanto y están alegres. Los problemas van a seguir ahí o hasta peores pues te gastaste todo en fiestas. No cambia nada de un año para otro como por arte de magia. Al contrario, todo sube y a trabajar. Somos los mismos de hace unas horas, por eso nada va a cambiar". Sinceramente en principio me dio tristeza, aunque también le concedo parte de verdad y al mismo tiempo no comparto su opinión. Ciertamente no cambia nada por arte de magia de un año para otro pero también caí en la cuenta del problema del no cambio cuando dijo: "Somos los mismos de hace unas horas". En gran parte el factor de cambio está en nosotros: necesitamos nuevas actitudes, nuevas esperanzas, renovar el ánimo y en ese sentido el alma. El sol

va a salir igual pero seremos nosotros quienes podremos dejar de ver el suelo para levantar los ojos al cielo. Le dije a mi amigo que podemos aprovechar ese momento anímico para precisamente hacer el cambio más importante que necesita el mundo para ser cambiado: iniciar o seguir un proceso de cambio cada uno de nosotros y el mejor cambio sería el volver el rostro a Cristo. Como dice la Palabra: "Por lo tanto, si alguno está en Cristo, es una nueva creación. ¡Lo viejo ha pasado, ha llegado ya lo nuevo" (2Co 5,17). Un nuevo corazón donado por el Señor: "Les daré un nuevo corazón, y les infundiré un espíritu nuevo; les quitaré ese corazón de piedra que ahora tienen, y les pondré un corazón de carne. Infundiré mi Espíritu

Librería Catequística

Biblias, Rosarios, Novenas,
Catecismos, Cd's
y Cassetes, Forros para
Biblias, Velas de Bautizos,
Documentos de la Iglesia,
Paquetes de Primera
Comunión...
y Mucho más...

Tabasco y Gregorio Payro Esq. No. 3017 Col. Cortinas
(Casa Pastoral Vicente García Bernal) Tel. 412-9347



en ustedes, y haré que sigan mis preceptos y obedezcan mis leyes” (Ez 36,25-27).

Cuando me pidieron escribiera estas líneas me dijeron: “Escriba una reflexión para el inicio de año nuevo. Cómo conseguir los propósitos planteados y no perder el enfoque”. Cuando miré lo que me pedían se me hizo imposible decir algo nuevo. ¿Cuántas veces se ha hablado sobre ello? ¿Cómo no perder los compromisos de año nuevo? ¿Cómo mantenernos en el eterno compromiso de: “Ahora sí, entrando el año me pondré a dieta y haré ejercicio”, y verdaderamente cumplirlo por largo tiempo y no una o dos semanas? Creo que ya hemos escuchado algunas recomendaciones: plantearnos metas concretas, medibles, a corto plazo; otros dirán que metas a largo plazo pero realistas. Unos más he escuchado dicen que debemos de hacer público el compromiso, entiendo es que si no lo hacemos por convicción lo haremos por orgullo (sonríe).

Yo voy a valorar todas las pistas que den distintos asesores, psicólogos o sacerdotes o medios de comunicación y me propondré mis pequeñas metas pero siempre agregaré en el día a día una oración que me comprometerá a lograr mi

objetivo y al mismo tiempo no estresarme en ellos para al final del año sentirme fracasado. Personalmente haré la oración de la serenidad en el día a día, en la mañana y al anochecer. Ese es mi primer compromiso. Te transcribo esta oración: “Dios concédeme la serenidad para aceptar las cosas que no puedo cambiar, el valor para cambiar las cosas que puedo, y la sabiduría para reconocer la diferencia”. Ojalá que en otra oportunidad podamos reflexionar esta oración. Hoy solo te la propongo como una oración diaria. Acaba un año e inicia uno nuevo. Ahí una oración para el año nuevo.

La Palabra de Dios nos dice en Jeremías 29,11: “Porque yo sé muy bien los planes que tengo para ustedes, dice el Señor, planes de bienestar y no de calamidad, a fin de darles un futuro y una esperanza”. Nos da esperanza de futuro y no importan las circunstancias por la que hemos pasado, estamos en un nuevo año y confiamos en Él que será un año de bien y bendición. Necesitamos que la virtud de la esperanza mueva nuestros corazones y nuestros actos. Hoy nuestra sociedad necesita esperanza actuante y actuada, es decir, esperanza que permea todas las realidades y que se haga acto en nuestra

vida.

En los momentos en que escribo estas líneas tengo en mi computadora la canción “Navidad, Feliz Navidad”; creo que todos la conocemos o la hemos escuchado alguna vez. Dice así:

Otro año que queda atrás
mil momentos que recordar
otro año y mil sueños mas
hechos realidad.

Los momentos vienen y van
y al final todo sigue igual
no hay montaña que pueda
mas que la voluntad.

Alzo mi copa aquí para brindar
por ti y desearte lo mejor.

Navidad dulce Navidad
vuelve a casa vuelve al hogar
Navidad dulce Navidad
el calor de hogar.

Ven a cantar, ven a cantar
que ya llego la Navidad
Se la has escuchado. Una
canción que verdaderamente
no pierde actualidad y cada año
se escucha y motiva. Llamo tu
atención a algo interesante:

relaciona el inicio del año (“Otro año que queda atrás”) con ¡La Navidad! (“Navidad, dulce Navidad”). ¿Es canción de Navidad o de año nuevo? ¡Es ambas! Y el año nuevo, el inicio de un nuevo año no puede desligarse de la nueva luz que iluminó e ilumina el tiempo: Cristo.

Lancémonos a un nuevo año con la vista fija en Cristo: “Hermanos, no pienso que yo mismo lo haya logrado ya. Más bien, una cosa hago: olvidando lo que queda atrás y esforzándome por alcanzar lo que está delante, sigo avanzando hacia la meta para ganar el premio que Dios ofrece mediante su llamamiento celestial en Cristo Jesús” (Flp 3,13-14)

¡Feliz Navidad todo este año 2018!

¡Bendecido año 2018!

Y como dice la canción: “Otro año y mil sueños más hechos realidad”

¡Podemos avanzar! ¡Podemos caminar! ¡Todo lo puedo en Cristo que me fortalece!

¡Feliz y esperanzado año!



María, Madre de Dios

Por: Pbro. Víctor Manuel Félix Alvarado

Iniciamos el año de la mejor manera, protegidos por la gloriosa siempre Virgen María, Madre de Dios, y madre nuestra. Celebramos como Iglesia, el 1 de Enero, la solemnidad de Santa María, Madre de Dios, hablemos un poco sobre ella: El relato de la llamada Anunciación en Lucas tiene la estructura de un relato de vocación: “La vocación de María a la maternidad”.

“Pero el ángel le dijo: “No temas, María porque has encontrado el favor de Dios. Concebirás en tu seno y darás a luz un hijo, al que le pondrás el nombre de Jesús”. (Lc. 1,30-31)



es excluido de ese origen. Así lo testimonian los evangelistas. María es la única portadora de la maternidad mesiánica. Ella es el único puente entre el Mesías y el pueblo de Dios. Dios Padre ha determinado comunicarse con el hombre a través de su Hijo, y para ello se ha servido de la maternidad de María.

Jesús nació de mujer. María lo concibió, lo gestó, lo dio a luz. Fue realmente engendrado por ella y posteriormente educado y atendido por ella.

María quedó profundamente modificada por su maternidad. A través de ella se convirtió para siempre en la Madre de Dios. Su maternidad la habilitó para comprender mejor, para ponerse más fácil de su parte, para hacer causa en todo con Él, que además era su Hijo único.

Bajo tu amparo nos acogemos, santa Madre de Dios; no desprecies las súplicas que te dirigimos en nuestras necesidades; antes bien líbranos siempre de todo peligro, Oh Virgen gloriosa y bendita.

plena, pneumática (llena del Espíritu Santo) y virginal.

Misterio de la maternidad

Un primer acercamiento nos habla de una llamada de Dios que quiere disponer de ella, de su cuerpo, para hacer de ella la madre de su Hijo. Dios ha predispuesto que su Hijo, nazca de una mujer:

“Pero, cuando llegó la plenitud de los tiempos, Dios envió a su Hijo, que nació de mujer y fue sometido a la ley, con el fin de rescatar a los que estaban bajo la ley, para que así recibiéramos nuestros derechos como hijos” (Gal 4,4-5).

Dios elige a María. Él ha querido que su Hijo pertenezca a un pueblo. Por eso, Jesús nació de Israel, a través de una persona, María. José



¿Cuál fue la misión confiada a María?

Podemos encontrar algunas respuestas, una, a partir del mismo relato de la vocación-anunciación; otra, teniendo en cuenta la figura bíblica de María. Según el relato de Lucas, María recibe la misión de la maternidad mesiánica. Una maternidad



Nuestro Bautismo

Por: Pbro. Jorge Alberto Torres Molina

Nos encontramos con que la mayoría de los habitantes de nuestra diócesis dicen “estar bautizados”. Pocos son los hermanos que dicen: “somos bautizados”. Esta simple expresión nos indica una diferente comprensión de lo que significa para la mayoría de nuestros cristianos el haber recibido este sacramento fundamental. Es verdad que no falta uno que otro “progresista” que opta por no bautizar a sus hijos con la idea de que ellos elegirán si bautizarse o no cuando sean mayores de edad. Pero, la gente considerada “normal”, piensa que lo primero que hay que hacer con una criatura es bautizarla. Esto parece muy normal y no se considera la recepción de este sacramento como algo demasiado extraordinario. Y, una vez bautizado el niño, pareciera que ya se cumplió y no tiene nada que ver con la vida que sigue. Sin embargo, lo que nos dice la Palabra de Dios es algo muy diferente.

En efecto, cuando acudimos al Evangelio nos encontramos que el bautismo es mucho más que un rito tradicional o social. Encontramos, por ejemplo, que Jesús le dice a Nicodemo: “El que no nace de lo alto no puede ver el Reino de Dios...” (Jn 3,3). Jesús, pues, habla de la necesidad de “nacer de lo alto”, pero, ¿cómo se hace esto? ¿Qué significa? Para empezar, encontramos aquí que hay una vida “de lo alto”, una vida “del Espíritu”, que es contrapuesta a la vida “de la carne”. En esta vida uno procede según el Espíritu y no según los deseos “de la carne”. En efecto, dice Jesús: “Lo nacido de la carne, es carne; lo nacido del Espíritu, es espíritu” (Jn 3,6). Toda vida es don de otro, nacemos primero de nuestros padres a la vida “carnal”.

Vayan, pues, y hagan discípulos a todas las gentes bautizándolas en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo...

Mt 28,19

Pero, según el Señor Jesús, podemos nacer a una vida verdaderamente nueva, distinta, superior, “de lo alto”, por puro don de Dios. Para nacer “de lo alto” necesitamos recibir esta vida nueva directamente de Dios.

Este nuevo nacimiento consiste en nacer “del agua y del Espíritu”. El agua simboliza y da efectivamente el Espíritu. La persona que vive este nuevo nacimiento nace del Espíritu y entra así en una vida de libertad, la libertad de Dios: “El viento sopla donde quiere, y oyes su voz, pero no sabes de dónde viene ni a dónde va.

Así es todo el que nace del Espíritu” (Jn 3,8). Entonces, quien se bautiza empieza a vivir una nueva vida, no según los impulsos de la propia vida carnal, sino según el impulso del poderoso viento libre del Espíritu de Dios.

Tenemos también otra referencia importante, el bautismo que ofrecía Juan el Bautista: “Acudían a él de Jerusalén, de toda Judea y de toda la región del Jordán, y eran bautizados (=sumergidos) por él en el río Jordán confesando sus pecados” (Mt 3,5-6). Juan practicaba un símbolo religioso antiquísimo que consistía en lavar con agua para expresar el deseo de purificación de lo que nos hace impuros ante Dios. Esto nos presenta dos clases de bautismo: el de Juan, que es sólo “con agua”. Expresaba un deseo de “conversión”, de purificación, expresando un deseo de ser bien acogido por la divinidad.

Pero hay otro bautismo: “Yo los bautizo con agua para conversión; pero el que viene detrás de mí es más fuerte que yo, y no merezco llevarle las sandalias. Él los bautizará (=sumergirá, empapará) en el Espíritu Santo y en el Fuego” (Mt 3,11). Este bautismo es

instituido por el que es más fuerte que Juan y consiste en sumergirse en el fuego del Espíritu Santo. En efecto, la fuerza purificadora del fuego es mucho más profunda e irresistible que la del agua. Esto se realizará en Pentecostés, en que el Espíritu se hará presente en “lenguas como de fuego”.

Entonces, el bautismo cristiano une el rito de Juan con los efectos de Cristo: ser “empapados”, llenos del Espíritu. Esto nos presenta un principio de reflexión sobre la vida del que es un bautizado. Es alguien que puede vivir libre de los apetitos de la carne para vivir en la libertad del Espíritu de Dios. Es también alguien que ha sido purificado por el fuego de este Espíritu para poder vivir la salvación de Cristo Jesús. El bautismo, pues, más que ser un rito social o un requisito cumplido pero sin referencia a la vida real, es más bien una transformación tan profunda de la persona que gracias a él, el bautizado puede vivir purificado y liberado por el Espíritu de Dios.

Ahora sigue contemplar el bautismo de Jesús como modelo del bautismo de sus seguidores. Pero esto lo haremos en próximos artículos, con el favor de Dios.



Sirviendo en nuestra Diócesis

P. Salvador Ibarra Garza

Mis padres: Juan Ibarra Trujillo y Pascuala Garza López (+)

Mi familia está compuesta de 9 hermanos, somos 6 hombres y tres mujeres.

Soy de Aguascalientes, Ags. (Diócesis de Aguascalientes).

Desde niño acudí al Catecismo Infantil, de ahí entre al movimiento de la ACAN (Asociación Católica de Adolescentes y Niños), y ya de joven a la ACJM (Asociación Católica de la Juventud Mexicana). Ahí en las filas del grupo Juvenil me nació la vocación al sacerdocio consagrado.

Soy egresado del Seminario Diocesano de Aguascalientes. Me Ordené Sacerdote el 1 de junio del año 2008.

Durante este tiempo he colaborado en algunas parroquias como Vicario Parroquial, después como capellán de una comunidad religiosas, Hermanas de Santa Ana (S.S.A), a su vez, coordino la Pastoral Penitenciaria a nivel diocesano.

En la diócesis de Aguascalientes tenemos ya varios años que algunos de nuestros hermanos sacerdotes prestan un servicio en otras diócesis que lo solicitan.



P. Salvador Ibarra Garza

El Obispo Don José María de la Torre Martín (VII Obispo de Aguascalientes) al presentar la invitación en este año de las diócesis que pedían colaboración, entre ellas mencionó la diócesis de Ciudad Obregón, a lo cual juntamente con mis 2 hermanos sacerdotes (P. José de Jesús Ortiz Briano y P. Arnoldo Ornelas Díaz), quisimos prestar un servicio en esta diócesis.

El Obispo Don Felipe Padilla Cardona me pidió que prestará el servicio de Párroco en la Parroquia del Sagrado Corazón de Jesús (Col. Nueva Esperanza, Sonora).

Tengo desde inicio del mes de Agosto del año en curso asumiendo este ministerio.

La Iglesia es misionera por esencia misma y por mandato de nuestro Dios y Señor. Nosotros que nos esforzamos por responder a esa iniciativa divina nos convertimos en servidores y colaboradores del anuncio de la Buena Nueva (cf. Mt 28,19-20), un anuncio que libera, conforta, reanima y da vida en plenitud; es por eso que, todo fiel bautizado ha de seguir renovando constantemente este gran don que de Dios hemos recibido (2Tim 1,6-8), de ser esos instrumentos cualificados de seguir compartiendo la fe donde Dios nos llame.

Les saludo deseando que el mismo Señor Jesucristo y Dios nuestro Padre, que nos ha amado y nos ha dado gratuitamente una consolación eterna y una esperanza dichosa, consuele sus corazones y los afiance en toda clase de obras y de buenas palabras (2Tes. 2,16-17).

P. Arnoldo Ornelas Díaz

Nací en los Sauces Jalisco Municipio de Encarnación de Díaz Jal. El 22 de diciembre de 1976

Fui ordenado sacerdote el 1 de junio de 2008 en la Diócesis de Aguascalientes Ags.

Mis primeros tres años de

ministerio los desempeñé en la sección del Curso Introductorio de nuestro Seminario, como director espiritual.

Después fui enviado a la Universidad de Navarra España a estudiar la licenciatura en teología moral y espiritual: modalidad ofrecida de esta manera en esa universidad.



Al regresar a mi Diócesis fui asignado nuevamente a la sección del Curso introductorio, pero ahora en la modalidad de prefecto de disciplina. Cargo que desempeñé hasta el 9 de julio del presente año.

Ahora estoy desempeñando mi ministerio sacerdotal en el Seminario Diocesano de Ciudad Obregón Sonora. Estoy ofreciendo mis servicios como director espiritual de las tres secciones.

Hasta el momento me siento genial en todos los aspectos. Me he adaptado al clima y estoy muy contento con la actividad de la dirección espiritual.

Es un aspecto que creo me va a hacer crecer mucho en la vida personal y sin duda le dará consistencia a mi vida ministerial.

Espero, con el favor de Dios, cubrir las expectativas que se esperan de mí en esta tarea asignada.



P. Arnoldo Ornelas Díaz



Camino de Fe

Por: José Enrique Rodríguez Zazueta

En el artículo anterior escribía sobre lo que los magos de oriente, como los describe Mateo al inicio del capítulo 2, nos da una idea de cómo estos personajes que viene de oriente, inician un caminar de FE, su única señal decía a donde debían de caminar era una señal en el cielo que venían observando desde hacía tiempo. Esa señal que para nosotros es la Estrella de Belén, para ellos era un indicador de que había algo grande de lo cual habría que ser testigo. Es por eso que ellos sin dudar caminaron hacia la señal sin titubear y sorteando los peligros y desaciertos que había en el camino.

Cuando llegan a la tierra de Judíos, preguntan hacia a donde debían de seguir, y preguntan al que se suponía debía de tener la información, el Gobernador en Turno (Herodes), el cual, ni él ni los consejeros estaban enterados.

La estrella de nuevo inicia su función de indicarles donde, algo que ellos toman sin dudar. Reinician de nuevo su caminar hacia ese lugar desconocido pero que saben que existe.

Al llegar al caserío de Belén lo más seguro es que están dudando de lo que ven ya que la señal que siguen es tan grande que no coincide con el lugar. Al enfilarse hacia donde está el pequeño y verlo humilde, desprotegido y admirado por los pastores y gente de condición pobre, lo más seguro es que su mente les decía que no era el lugar indicado. Pero el corazón les decía lo contrario. El texto como se indica v11, dice que se llenaron de alegría, se postraron y adoraron.

Abriendo los regalos que traían y ofreciéndolos, daban Gloria al salvador, algo que ellos saben y comprenden por las señales que estaban viendo.

Jesús en el sermón de la montaña agradece que las grandes cosas hayan sido ocultadas a los sabios y mostradas a los sencillos. Aquí vemos como estos magos eran gente sencilla y sabia. Algo que durante la vida de Jesús se va manifestando.



Los magos al final de su travesía comprenden de lo que acaban de ser testigos, entienden en su corazón y mente de cómo la grandeza de Dios se manifiesta en algo tan pequeño y tan frágil como lo es un recién nacido cuidado en un pesebre y adorado por los más pobres de esa nación.

Los sueños que los magos tienen después de estar con Jesús en el pesebre y de convivir con los pastores y lugareños, de conocer a María y José, es de que no deben de revelar el lugar al gobernador Herodes, que debían de regresar por otro camino a sus lugares de origen, ellos

prudentes y sabios obedecen esa señal, ya que en ese momento de sus vidas estaban ya sensibles a las voces de Dios, mostradas primero en la señal celestial, después de cómo es que se desconoce el lugar por quienes debían de conocer, después de cómo es que la Estrella retoma su camino y les muestra el lugar, de cómo es que la Grandeza se ve en lo sencillo, de como en sueños son advertidos del peligro que representa Herodes y sus seguidores.

Los pastores fueron invitados por un ángel, los magos fueron invitados por una señal celestial e iban cada uno preparado con lo que podían dar.

Estamos a inicio de un año civil, oportunidad que la sociedad nos ofrece por sus esquemas y costumbres, pero el nacimiento de Jesús también indica un inicio, un camino nuevo y una manera de ver la vida. Así como a los magos de oriente, testigos de las señales y obedientes a ellas, así también iniciemos este ciclo civil con una nueva visión y una nueva perspectiva, no caminemos por donde mismo, así como lo hicieron los magos, retornemos o tomemos otro camino, atento a lo que Dios tiene para Nosotros.

Que Dios Bendiga nuestro caminar.

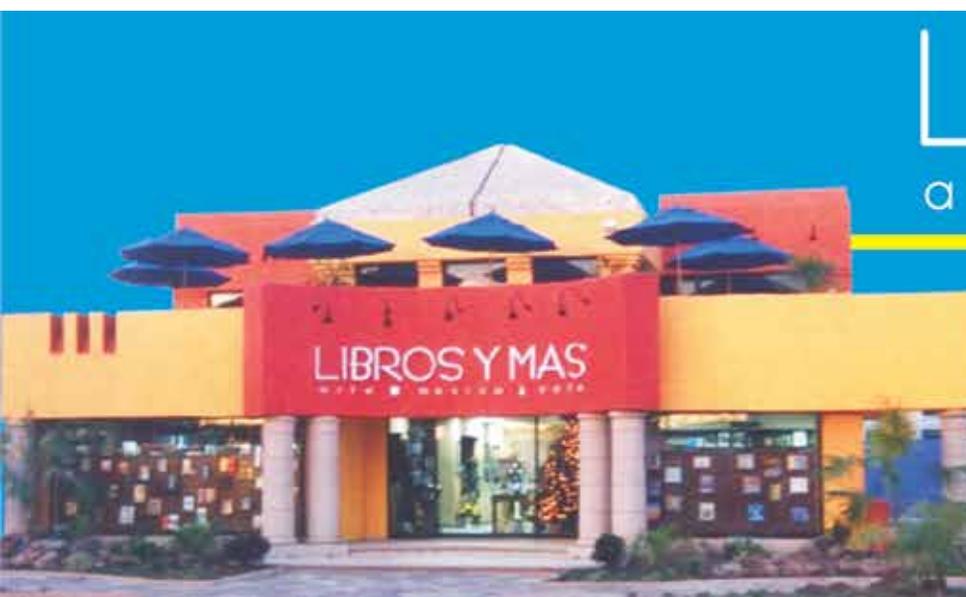
Que Jesús nos muestre el camino.

Que el Espíritu Santo nos de la fortaleza y María interceda por nosotros.

¡Feliz Inicio de Año!

LIBROS Y MAS

arte ■ música ▲ café



Ven y aprovecha nuestras promociones en cafetería

(Menciona que lo viste en El Peregrino)

Librería lunes a sábado de 9:00am a 9:00pm y domingo de 9:00am a 5:00pm

Cafetería lunes a sábado de 9:00am a 11:30pm y domingo de 9:00am a 5:00pm

Miguel Alemán 124 Sur, Cd. Obregón, Sonora

Tel. Librería (644) 413-4709 Tel. Cafetería (644) 413-3559



Estimados lectores de “El Peregrino” les presentamos algunas frases dichas por el Papa Francisco durante sus discursos en el mes de Diciembre.

“La persona que pone atención es la que, a pesar del rumor del mundo, no deja de abrumarse por las distracciones o la superficialidad, sino que vive de manera plena y consciente, con una preocupación dirigida ante todo a los demás.”

03 de diciembre

“¿Qué es ser humilde?”, Algunos pueden pensar que ser humilde es ser educado, cortés, cerrar los ojos cuando se reza... No, ser humilde no es eso.”

05 de diciembre

“Los cristianos vamos a Misa el domingo para encontrar al Señor resucitado, o mejor, para dejarse encontrar por Él, escuchar su palabra, alimentarse en su mesa, y así hacerse Iglesia, es decir, hacerse parte del Cuerpo místico viviente hoy en el mundo.”

13 de diciembre

“Parece como si nuestro Dios quisiera cantarnos una canción de cuna. Nuestro Dios es capaz de esto. Su ternura es así: es padre y madre. Muchas veces dice: ‘Si una madre se olvida del hijo, yo no te olvidaré’. Él nos lleva en sus entrañas.”

14 de diciembre

“Muchas veces hay personas olvidadas: ninguno las mira, ninguno quiere verlas. Son los más pobres, los más débiles,

relegados a los márgenes de la sociedad porque son considerados un problema.”

17 de diciembre

“Los jóvenes no deben estar quietos, deben estar siempre en movimiento, en todo su ser, pero enraizados en sus raíces.”

18 de diciembre

“José, se hizo cargo de una paternidad que no era suya, que venía del Padre. Y llevó adelante la paternidad con todo lo que ello implicaba: no sólo sostener a María y al niño, sino también hacer crecer al niño, enseñarle el misterio, llevarlo a la madurez del hombre.”

18 de diciembre

“El signo de la cruz, que reclama a la Santísima Trinidad y afirma que la oración litúrgica es el encuentro con Dios en Jesucristo, que por nosotros se ha encarnado, ha muerto en la cruz y ha resucitado glorioso.”

20 de diciembre

“La alegría cristiana es una alegría que procede de haber recibido el perdón, que se alimenta del Señor, y que evita el derrotismo.”

21 de diciembre

“La Navidad es la fiesta de la fe en los corazones que se convierten en un pesebre para recibirlo, en las almas que dejan que del

tronco de su pobreza Dios haga germinar el brote de la esperanza, de la caridad y de la fe.”

21 de diciembre

“Acoger el proyecto de Dios en nuestra vida, con sincera humildad y valiente generosidad.”

24 de diciembre

“El Hijo de Dios tuvo que nacer en un establo porque los suyos no tenían espacio para él, pero allí fue precisamente donde se enciende la chispa revolucionaria de la ternura de Dios.”

24 de diciembre

“Jesús es nuestro mediador y no sólo nos reconcilia con el Padre, sino también entre nosotros.

Él es la fuente del amor que nos abre a la comunión con los hermanos, eliminando todo conflicto y resentimiento.”

26 de diciembre

“Con los pequeños y despreciados, Jesús establece una amistad que continúa en el tiempo y que nutre la esperanza para un futuro mejor.”

27 de diciembre

Aniversarios Sacerdotales

Felicitemos a los sacerdotes que en este mes están festejando un año más de vida consagrada.

08 Enero	Pbro. Flavio Leal Robles (1997) Pbro. Javier Anibal Lauterio Valdéz (2002)
13 Enero	Pbro. Francisco Javier Anguiano Aldama (1995)
14 Enero	Pbro. Rogelio Félix Rosas (2005)
18 Enero	Pbro. Raymundo Meza Rodríguez (2002) Pbro. Roberto Llamas Domínguez (2005)

Que Dios nuestro padre siga bendiciendo su trabajo apostólico y que María Santísima derrame sobre su persona sus gracias y carismas.

Nombramientos

Nombramientos otorgados por el Excelentísimo Sr. Obispo Felipe Padilla Cardona a:

Sr. Pbro. Francisco Alberto Angulo Silva
Asesor Eclesiástico del Movimiento ARCOIRIS
Cd. Obregón, Son.
01 de Diciembre de 2017

Y postrándose le adoraron

(Mt 2, 1-11)

Por: Pastoral Vocacional Seminario

El llamado de parte de Dios es un mensaje claro que se hace presente a lo largo de varios elementos y ambientes, y son precisamente éstos los que rodean de un tinte especial a aquel y potencializan su intención y línea. Estos tiempos de gran alegría que como Iglesia vivimos por el Nacimiento de Nuestro Salvador, nos recuerdan una vez más que su venida trae consigo una petición, una llamada o exhortación a corresponder a esa salvación por medio de la respuesta a nuestra realidad y misión concreta: la vocación.

En esta ocasión podemos contemplar ésta manifestación del Señor a partir del encuentro que sucedió con los magos de oriente y entender que este pasaje presentado por el Evangelista Mateo, está cargado de elementos y pasos a seguir en el ámbito vocacional. Primeramente, los magos eran unas personas concretas, y aunque se nos dice que provienen de oriente no especifican su lugar de procedencia, por lo que se puede decir, que incluso, acudieron desde realidades y situaciones distintas y fueron posteriormente congregados por un fin específico. De esta manera, también en la vocación, el llamado se recibe en situaciones distintas: grupos juveniles, servicios en la parroquia, amistades, familia, o incluso en la inquietud de la propia conciencia. Lo cierto es que es una invitación dirigida de manera personal y única a una persona concreta, con sus realidades concretas, con una historia concreta, aunque en algunas ocasiones el llamado parece no tener correspondencia con esa realidad. Ese fin específico que los magos perseguían era encontrar al Mesías y



para lograrlo se valieron de varios medios; los dos más interesante son el cuestionamiento, es decir, preguntarse cómo y dónde sucedería aquel hecho y posteriormente descubrir y seguir como guía un elemento muy palpable, la estrella. Haciendo la comparación con la vocación es sencillo comprender que dos pasos muy importantes son el interpelarse uno mismo al percibir esa noción del llamado y por supuesto prestar atención a esas “estrellas” que aparecen en el camino que sin duda terminan guiando a la persona a encontrarse y responder a la vocación particular predestinada por Dios. Esa estrella puede ser representada actualmente en figuras concretas como los párrocos de cada comunidad que ofrecen orientación ante la inquietud vocacional, los encuentros vocacionales tanto para hombres como para mujeres, y muy recientemente los

círculos vocacionales implementados por el Seminario Diocesano para los jóvenes con inquietud al sacerdocio.

Una vez encontrada la estrella los magos la siguieron hasta lograr el fin deseado: encontrar al Mesías y adorarlo. Esas estrellas aparecidas en el camino vocacional de cada quien no deben solo dejarse de lado, antes bien deben atenderse pues pueden ser mediaciones de la voz de Dios y a la cual es necesario dar una respuesta, pero no una vacía o superficial. Así como los magos ofrecieron algo a Cristo, igual nosotros estamos llamados, desde nuestra realidad y situación muy particular a no llegar con las manos vacías a la pregunta de Dios, y no habrá mejor ofrecimiento ni regalo que el de nuestra vida al servicio de la misión que nos pide a cada quien. Cristo nos regala el don de la vocación, seguirlo es parte esencial de nuestro ofrecimiento.

Tips para tener un estilo de vida saludable

Por: Psic. Xóchitl Guadalupe Barco Escárrega

El estilo de vida es el conjunto de actitudes y comportamientos que adoptan y desarrollan las personas de forma individual o colectiva para satisfacer sus necesidades como seres humanos y alcanzar su desarrollo personal.

Cada año nuevo muchas personas se deciden por emprender nuevas cosas, modificar hábitos nocivos para la salud y adoptar nuevos y más saludables. La mayoría de las veces, los propósitos en esta área son más que nada enfocados al aspecto físico y/o económico. Y está bien, pero es muy importante hacerlo de una forma dimensional, es decir, tocando todas las áreas del ser, tanto física, psicológica, social y espiritual para poder hacerlo de forma integral, pues de no estar bien en una, se afectan todas las demás.

Además de revisar todas las dimensiones de nuestra vida para ver qué es lo que necesitamos trabajar, es importantísimo hacerlo de forma realista, sentarnos a pensar con qué recursos contamos en todos los aspectos para poder alcanzar lo que nos proponemos cambiar para mejorar en nuestra vida con resultados óptimos. Plantearnos metas con fechas de inicio y termino, saber qué es lo que vamos a necesitar en cuanto a lo que hay que invertir en tiempo, dinero y esfuerzo,

para planear un estilo de vida que esté al alcance de nosotros y no frustrarnos al final.

Tips para vivir mejor y poder practicar un estilo de vida saludable:



1. Conócete bien a ti mismo. Es importante conocernos para saber qué es lo que nos da felicidad, replantearnos sobre los cimientos que sustentan mi vida para ver si son los correctos o no y hacer los ajustes pertinentes de acuerdo a lo que se necesita.

Debes hacerte una serie de preguntas y tratar de responderlas con sinceridad. ¿Si pudieras volver a nacer qué profesión elegirías? ¿Qué actividad

estarías dispuesto a hacer sin cobrar? ¿Haciendo qué actividad te sientes feliz? ¿Qué capacidades tengo? ¿Qué destrezas o talentos tengo? ¿Qué cosas hago mejor y más rápido? ¿Quiero hacer eso porque realmente me gusta? ¿Cuáles mi definición de una vida exitosa? ¿Y de una vida feliz?

2. No pongas en riesgo tu salud. Tu salud es lo primero, va por encima de todas las demás cosas. Sin salud, aunque aún se puede saborear la vida, ésta no sabe tan dulce. Así que la próxima vez que vayas a hacer alguna locura piensa si realmente vale la pena correr el riesgo.

3. Cada día cuando te levantes muestra gratitud por lo que tienes

4. Estamos aquí de paso. Nosotros estamos en esta vida de paso y por ello, hemos de hacer todo lo posible para extraer de la vida todo su jugo. Será el empuje que necesitarás cuando el temor te retenga de hacer lo que quieres y de luchar por lo que anhelas. Además, te ayudará a prepararte para la muerte. Mejor morir con una sonrisa de paz y satisfacción que con cara de susto. ¿No crees?

5. Ten siempre en alto tus aspiraciones. No te dejes abatir por el fracaso, pues el éxito puede estar justo en la siguiente parada. Ten claro lo que quieres y trabaja duro para conseguirlo, es lo único que te

ALIMENTO INSPECCIONADO Y APROBADO TIF SAGARPA MEXICO

LA CARNE DE CERDO ES RICA EN

Tiamina

QUE AYUDA A TENER UN BUEN SISTEMA NERVIOSO

ASOCIACIÓN GANADERA LOCAL DE PORCICULTORES DE CAJEME

CALIDAD 100% SONGRA



hace falta para llegar a lo más alto en cualquier esfera de la vida.

6. Afronta tus miedos. Nuestros miedos nos reprimen de hacer lo que queremos, nos impiden alcanzar lo mejor de nosotros mismos y, con ello, nos cierran la puerta al verdadero camino de la felicidad. El éxito es para los valientes. La mejor manera de ahuyentar nuestros miedos es correr hacia ellos con determinación. Sólo libre de miedos (o manteniéndolos a raya) podrás dar el 100% de tus capacidades.

7. Nunca pierdas la esperanza. La esperanza por conseguir lo anhelado es el motor de nuestras vidas. Es la mecha que permite que nuestra llama siga su camino. En cuanto pierdas la esperanza tu vida carecerá de sentido y será el fin.

8. Implementa buenos hábitos en tu vida y practícalos día a día. Son

los hábitos los que van a marcar la diferencia a lo largo de tu vida. De nada sirve hacer una actividad de forma obsesiva durante dos semanas si luego ya no se sigue practicando. Para implementar un buen hábito es importante que lo hagas cada día y empieces por dedicarle un espacio corto de tiempo. Poco a poco el tiempo que le dedicas debe ir incrementándose hasta que estés satisfecho con los resultados que de él obtienes. Implementado un hábito te será más fácil implementar nuevos hábitos en tu vida.

9. Haz ejercicio cada día. El ejercicio moderado pero constante es la mejor medicina natural que existe. Haz un poco de ejercicio cada día y tus pilas se cargarán de la energía que necesitas para afrontar la jornada. Tu bienestar mejorará notablemente, dormirás mejor, podrás aumentar tu círculo de amistades y, por si todo esto fuera

poco, tu aspecto será mejor.

10. Sigue una alimentación sana. Hoy tenemos suficiente información como para saber que es sano y que no. No hace falta ser lumbreras para tener una dieta equilibrada.

11. Descansa.

12. Visita a tu médico.

13. Evita el tabaquismo y el alcoholismo.

14. Sé positivo. La vida es como un espejo que refleja lo que en ti percibe. Si eres una persona positiva te pasarán cosas buenas y si eres negativa cosas malas. Tan simple como eso. Es tu percepción de las cosas la que dice si algo es bueno o malo. Lo que unos ven como un problema otros lo llaman desafío.

15. Se lo más sociable que puedas.

16. Busca un nuevo hobby

17. Son las pequeñas cosas las que hacen de la vida un viaje agradable. Busca lo sencillo, ver un partido con los amigos; darte un chapuzón en el mar; disfrutar de la compañía de tus hijos; leer un libro; sentarte a escribir

tu libro; ir al cine con tu pareja, tener una cena romántica, bailar, cantar, etc.

18. Lucha por algo que realmente te merezca la pena. Debes de tener muy claro el por qué luchas cada día de tu vida. Sin un fin último que guíe todas y cada una de tus acciones, tu motivación puede desfallecer en cualquier momento. Sin una verdadera motivación que arda en tu interior cada mañana cuando te levantes corres el riesgo de rendirte ante los golpes que da la vida.

19. Determina con claridad tus prioridades en la vida. ¿Cuáles son las 5 cosas que tienes o que quieres tener más importantes para ti? Centra la mayor parte de tu tiempo en hacer actividades que vayan encaminadas a la conservación o a la obtención de cada una de estas prioridades.

20. Actúa – Ahora te toca a ti. Lo dicho hasta aquí es paja si no lo pones en práctica. Todo lo que puedas aprender de la vida no sirve absolutamente de nada si no aplicas las enseñanzas a tu vida día tras día tras día.



ELECTRICIDAD INDUSTRIAL DE OBREGON SAN MARTIN, S.A. DE C.V.

“Reparación de Motores, Transformadores e
Instalaciones Eléctricas e Industriales”.

6 de Abril No. 828 Ote.
Col. Centro C.P. 85000
Cd. Obregón, Sonora.
Correo: electricidadiosm@hotmail.com




(644) 413 83 76

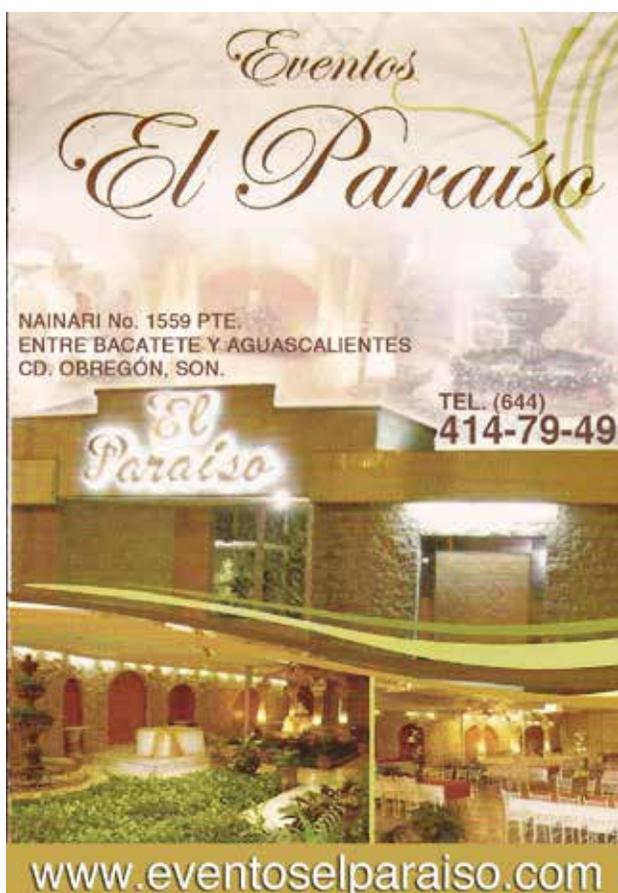
Breve entrevista con quien fuera el V obispo de nuestra Iglesia Diocesana

Por: César Omar Leyva



En días pasados estuvo en nuestra Diócesis Monseñor Juan Manuel Mancilla Sánchez, actual obispo de Texcoco y a quien recordamos por haber sido el V obispo de nuestra Iglesia diocesana.

Don Juan Manuel visitó Catedral del Sagrado Corazón de Jesús para participar en la misa



de exequias de Don Vicente García Bernal, a quien recordó como un hombre humilde, entregado y que siempre buscó lo mejor para esta Iglesia.

A pesar de que su visita a nuestra diócesis fue breve, Don Juan Manuel tuvo tiempo para recibir abrazos y saludos de sacerdotes, religiosas y cientos de feligreses que, al identificar su presencia, se acercaron para saludarlo y pedirle su bendición. Como siempre, Monseñor Mancilla se detuvo con cada uno tal y como lo hacía el tiempo que fue pastor de esta Iglesia.

También nos regaló unos momentos para platicar con él acerca del recuerdo que tiene de Don Vicente García Bernal y algunas otras ideas que se destacan en la siguiente entrevista.



¿Qué recuerda de Don Vicente García Bernal?

“Cuando lo conocí me dijo que amara la Diócesis, que los amara, que me entregara a ustedes porque él, así había caminado con un gran amor y yo traté de aprenderle, de no imitarlo, porque él era un hombre muy humilde, un hombre difícil de imitar. Don Vicente era santo. Creo que conocerlo es uno de los privilegios y experiencias más bellas que he tenido en mi vida”.

¿Su presencia aquí como obispo emérito le ayudó a usted cuando fue pastor?

“Don Vicente siempre estuvo al pendiente de la iglesia, de los pequeños, de los que sufren y yo traté de imitar eso de él, porque era una característica muy especial de su persona”

¿Y ahora como se encuentra en la Diócesis de Texcoco?

“Tengo muchos retos, muchas ilusiones, sigo sorprendido por el amor infinito de nuestro Señor, y entonces estoy feliz, estoy contento con todo lo que me está pasando”

¿Es muy diferente la Diócesis de Texcoco a la Diócesis de Obregón?

“Sí, pero al final es el único pueblo de Dios, nunca podemos hacer comparaciones entre iglesia e iglesia porque todos somos los hijos de nuestro Señor y dondequiera que vayamos está Él. Para mí es un privilegio servir en donde me encuentre”

¿Qué le pide a Dios?

“Le pido que tenga misericordia de mi y que la sangre de Cristo me cubra y que la sangre preciosa de Cristo siempre nos dé algo con qué bendecir y adorar”

¿Qué es lo más difícil de servir?

“Lo más difícil es nuestra pequeñez y nuestro pecado es lo que en momentos pega y duele”

¿Cuáles considera que son los retos de la Iglesia?

“Convertirnos, pedir la gracia, la santidad y lo demás llega solo”

¿Qué mensaje le envía a la gente de la Diócesis de Ciudad Obregón?

“Que los quiero, tuve el privilegio de amarlos, y seguirlos amando. Sigo sintiendo su oración su afecto y eso me entusiasma siempre. Los bendigo de corazón”.

La toma de Decisiones

Por: Psic. Edelmira Gámez Camacho

A veces el tomar decisiones no es fácil, nos enfrentamos a muchos conflictos internos, como seres humanos es normal sentir cierto temor, pero cuando dejamos todo en manos de Dios es más fácil lo que hemos decidido, nuestra madre María sintió temor cuando el ángel le dice que dará a luz un hijo.

Lucas 1, 30. Entonces el ángel le dijo: María, no temas, porque has hallado gracia delante de Dios.

Tomemos decisiones basadas en las Escrituras y empecemos este nuevo año con la DECISION de SEGUIR a DIOS, dejémonos moldear por Él, confiemos en las nuevas oportunidades que el Señor nos da y seamos como Nuestra madre María entregadas y confiadas en el Rey de Reyes, como lo dice su palabra en Lucas 1,38

Entonces María dijo: He aquí la sierva del Señor; hágase conmigo conforme a tu palabra. Y el ángel se fue de su presencia.



Iniciemos el año inculcando la fe a nuestros hijos, a nuestras familias, a nuestros compañeros de trabajo, al prójimo, seguir a Dios, y que esa estrella de oriente que guió a los reyes magos, sea quien nos guíe ahora a nosotros para ese encuentro con el Señor. Los reyes magos ofrecieron incienso, oro y mirra. ¿Qué le vas a ofrendar Tú al Señor en este 2018?

Que el Señor llene nuestros corazones de su amor y de su

espíritu, que realmente se note el nacimiento de Jesús en cada uno de nosotros, en nuestros actos, en nuestro diario vivir y aprovechemos este año nuevo para dar algo a nuestros hermanos de lo mucho que nos ha dado Dios.

Viajemos siguiendo esa estrella que nos lleva por el Sendero de la vida eterna. Pero sobre todo dejémonos guiar confiados y sin temor, para llegar a los brazos del Señor.



¡ 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



El Seminario Diocesano de Ciudad Obregón te invita al los

Encuentros Vocacionales

18 y 19 de noviembre

10 y 11 de febrero

28 de marzo al 1 de abril

(Encuentro de Semana Santa)

23 y 24 de Junio

"El se levantó y lo siguió"
Mt 9,9

¡Anímate a escuchar a Jesús!
¡Él te llama a seguirlo, descubre
cuál es tu vocación!



INFORMES



Seminario de Obregón



6442-10-59-21
6441-59-53-73



seminario_obregon



SemiObregon

LIBRERIA SAN JERÓNIMO

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

LIBROS



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