



## Construir puente con quien no cree

REDACCIÓN. El Papa Francisco invita a los católicos para que tiendan la mano a quienes no tienen credo o piensan diferente. Todo esto en L'osservatore Romano.

Ciclo C • DOMINGO XXXII DEL TIEMPO ORDINARIO • 10 de noviembre de 2019 • Año 34 • N° 1732 • B./0.50 • www.panoramacatolico.com

SÍGUENOS EN:



@pacatolico

## Ex narco comparte testimonio de vida



MISIONERO. Edwin Fernando Bolívar.

Piloto de los traficantes, después de un encuentro personal con Jesucristo se dedica a llevar almas al Señor. Dictará conferencia sobre su proceso de conversión.

35

## Festival del Perdón en la Tecnológica

Cristo no está solo en la parroquia, está en todas partes. Por esos jóvenes, docentes y administrativos de la Universidad Tecnológica realizan jornada de reconciliación y adoración eucarística.

15

• REFORMAS. Comité Permanente de la Conferencia Episcopal demanda participación de todos

# Escucha, respeto y diálogo piden obispos panameños



ENCUENTRO. Las autoridades nacionales se han reunido con grupos que rechazan los métodos utilizados en el debate.

Al iniciar el mes de la Patria, hacemos un llamado a la ciudadanía y a las autoridades para que prevalezca el respeto mutuo, la escucha atenta, el diálogo, la cordura y la tolerancia como caminos para encontrar el consenso nacional ante un tema tan sensible e importante como es el de las reformas constitucionales.

El ambiente de tensión y violencia, que dejó heridos y daños materiales, vivido en los últimos días, ha sido de enorme preocupación para los habitantes en este país.

Si bien, no es negociable el derecho fundamental a protestar y manifestarse sobre temas nacionales y vitales en la vida del país, no menos importante es que deba realizarse sin violencia y respeto.

Las reformas constitucionales demandan la participación plena de todos los sectores del país, sin exclusión de nadie, por lo que hay que garantizar que esto sea posible a través de un mecanismo serio, ágil y transparente, en el que se pueda consignar todos los aportes, para llegar a un consenso nacional.

Panamá merece una Constitución que responda a los desafíos del mundo actual, sin menoscabo de los valores y principios éticos y morales que la ha sostenido a lo largo de su historia.

Urge, más que nunca, devolver la esperanza perdida a causa de la injusticia, de la corrupción y la exclusión. Para ello, a cada uno nos corresponde sembrar signos visibles y tangibles que hagan germinar la credibilidad y la confianza en Panamá.

Panamá, 1 de noviembre de 2019.

## Pastoral de salud evalúa su caminar

Es hora de replantear. Los agentes de esta pastoral entienden que llegó el momento de una conversión en sus maneras de acercarse y evangelizar a las personas enfermas.

Aprovecharon el mes de octubre, dedicado a las misiones, para evaluar la forma como llevan adelante

su trabajo, y establecer métodos más creativos para acompañar a las personas que carecen de salud.

Un elemento en estudio es que, a partir del próximo año, los ministros extraordinarios de la comunión se integren a esta pastoral, para que su rol se amplíe más allá del templo.

16



## Al servicio

## • Panorama Católico

Por 34 años hemos trabajado para llevar buenas nuevas a todos los hogares del país. Necesitamos de tu apoyo.

Cuenta: Iglesia Católica N° 637063101

Bac Credomatic

Tel.: 282.6556

## • Pastoral Social-Cáritas Arquidiocesana

Atención a problemas sociales en las Parroquias de la Arquidiócesis

Cuenta: Asociación Cáritas Arquidiocesana  
N° 662785301

Bac Credomatic

Tel: 260.2144

## • Seminario Mayor San José (Panamá)

Imparte formación a los futuros sacerdotes de todo el país. Donación: Iglesia Católica Seminario Mayor San José, Cuenta Corriente - Banco General 03-01-01-002482-4

Telfs: 236.3708 - 236.3709



670 AM  
1250 AM  
RADIO HOGAR  
"La Presencia viva del Señor"

94.1 FM  
PANAMÁ Y PANAMÁ OESTE

103.7 FM  
CHIRIQUÍ, BOCAS DEL TORO  
Y COMARCA NGÁBE-BUGLÉ

Canal 857  
CABLE ONDA

## Índice

## ACTUALIDAD

04 ACTUALIDAD • REPORTAJE

## Empinarnos sobre las diferencias para construir la Patria de todos y para todos

El patriotismo es un sentimiento que nos une a todos los panameños, pero también es un sentimiento que nos divide. En este reportaje, analizamos cómo el patriotismo puede ser una herramienta para construir una patria más justa y equitativa, o simplemente un sentimiento que nos separa y nos divide.



- GÉNEROS
- DIÓCESIS
- INTERNACIONALES
- OPINIÓN

04

## ESPIRITUALIDAD

22 ESPIRITUALIDAD

## Espiritualidad y patria

La espiritualidad es un camino que nos lleva a Dios y a nosotros mismos. En este artículo, exploramos cómo la espiritualidad puede ser una herramienta para fortalecer nuestra conexión con la patria y con los demás.



- LAICOS
- CATEQUESIS
- LITURGIA
- BIBLIA

22

## COMUNIDAD

29 COMUNIDAD

## El papel del papá en el embarazo

El embarazo es un momento crucial en la vida de una familia. En este artículo, analizamos el papel del papá durante este periodo y cómo puede contribuir a un embarazo saludable y feliz.



- FAMILIA
- JUVENIL
- VIVIR
- NIÑOS

29

## VARIEDAD

35 VARIEDAD

## De piloto de narcos a piloto de almas

Este artículo cuenta la historia de un hombre que dejó una vida de crimen organizado para convertirse en un piloto de almas, ayudando a otros en su camino espiritual.



- ECOLOGÍA
- FE Y CULTURA
- BELLAS ARTES
- ENTRETENIMIENTO

35

## Editorial

## El nuevo patriotismo

Ser patriota está de moda, pero con sus nuevas formas electrónicas y líquidas, casi camufladas y en ocasiones en trincheras desde casa o la oficina, desde la hamaca y hasta detrás de un anonimato muy parecido al temor.

Es que muchos se guardan para sí su patriotismo, por el temor de ser inmediatamente señalados como "falsos", "izquierdistas", "derechistas" o "anacrónicos". Porque hay quienes criminalizan el patriotismo del otro, lo etiquetan y denigran.

Hoy en Panamá, donde la agenda nacional parece carecer de rutas y proyectos definidos, donde no hay caminos claros, pero sí infinidad de senderos posibles, ser patriota es una exigencia y cada cual se lo ha tomado a su manera, con sus tiempos y sus modos.

Podrán existir personas que consideren que eso está mal. La palabra "antes" aflora enseguida para decir que en tiempos idos el patriotismo era un sentimiento radical, fanático y revolucionario. Radical

porque no admitía atajos ni grises. No aceptaba ramificaciones ni interioridades. Era fanático por su carácter apasionado y entusiasta. Era alegre, de mirada limpia y directa. Y era revolucionario porque no era conformista, resignado o acomodaticio.

Lo correcto es entender que no hay fórmulas. Lo único que ha de considerarse común, es el agradecimiento. Porque el patriotismo básicamente es gratitud y memoria. Es recuerdo. Es el reconocimiento que aflora de manera espontánea en un individuo cuando evoca lo mucho que ha recibido de su patria, quizá sin haberlo merecido.

Por eso, como a la madre, le entregamos lo que somos sin condiciones, por pura correspondencia luego de haber obtenido de ella la cultura, la religión, la historia con sus luces y sus sombras. Y todo ello se traduce en una especial intensidad emocional representada por nuestros símbolos.

Que la Patria se divisa común, y el patriotismo un estilo de vida.

## Frater vive días patrios

La Fraternidad Cristiana de Personas con Discapacidad (FRATER), celebró el 3 de noviembre, "desfilando" por las casas de los amigos de esta agrupación, que por su condición de discapacidad, no pueden salir. Así, ataviados con vestidos típicos, transmitieron el espíritu de "panameñidad" llevándoles "sombrosos pintaos" para fotografiarlos. Ese fue su modo de celebrar la Patria, transmitiendo el mensaje de que no importa la condición en que estés, eres una persona valiosa y un ciudadano de este país.



HOMENAJE. Como ciudadanos de este país celebraron la Patria ataviados con vestidos típicos.

**Panorama Católico**  
Caminando en la Esperanza

Fundado: 24 de febrero de 1985

**S.E.R. José Domingo Ulloa M.**  
Presidente

**Betzaida Toulter U.**  
Directora

**Pbro. Seán T. Rooney**  
Asesor Pastoral (Fundador)

**Pbro. Severo Samaniego**  
Económico Administrador

**Mitzi de Álvarez**  
Secretaria

**Gregorio Herrera**  
Distribución y Circulación

**Karla Díaz**  
**Marianne Colmenárez**  
**Yoel González Núñez**  
Periodistas

**Anayansi Mosquera**  
Diseño Editorial

**Dirección** Calle 1era. Sur Carrasquilla, Edif. del Arzobispado, Ofic. 101.  
Teléfono: 282-6556

**www.panoramacatolico.com**  
Correo: redaccion@panoramacatolico.com

Celebrando los 65 Años de



RADIO  
HOGAR

Gran-Pre-Estreno

# IGNACIO de LOYOLA

MARTES 12 DE NOVIEMBRE DE 2019



BASADA EN HECHOS REALES  
SOLDADO PECADOR SANTO

**CINEMARK**

ALbrook Mall

*Boletos de Venta en el  
ARZOBISPADO DE PANAMÁ  
Y el día del evento.*

*Más Información:  
282-6558 / 6670-4637*

**Hora: 7:30 p.m.**

**Donacion: B/.15.00**



• **REFLEXIÓN.** TE DÉUM DEL 3 DE NOVIEMBRE DE 2019 EN LA CATEDRAL BASÍLICA SANTA MARÍA LA ANTIGUA

# Empinarnos sobre las diferencias para construir la Patria de todos y para todos

EXTRACTO DE LAS PALABRAS QUE MONSEÑOR JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, ARZOBISPO DE PANAMÁ, DEDICA EN ORACIÓN POR LA PATRIA. VAN DIRIGIDAS A TODOS, ESPECIALMENTE A LOS JÓVENES Y DIRIGENTES NACIONALES.

**REDACCIÓN**  
redaccion@panoramacatolico.com

## Hermanas y hermanos todos:

Los 116 años de vida independiente son motivos para estar contentos y hacer fiesta, pero también nos dan una oportunidad preciosa para mirar hacia atrás con memoria agradecida y proyectarnos esperanzados hacia el futuro.

Ayer los héroes, extraordinarios hombres y mujeres, se entregaron por la grandeza de Panamá en

del Reino en la tierra.

Encomendar la Patria a Dios significa decirle “queremos construirla nosotros contigo, nosotros según tus designios, nosotros como intérpretes y ejecutores libres sobre lo que tú piensas sobre nuestro pueblo, sobre la justicia y la paz, sobre la justa distribución de los bienes y sobre el amor.”

**La Patria, fruto de nuestra libertad**

La libertad que gozamos es el

**“La Divina Providencia no convierte al hombre en objeto pasivo: lo necesita y lo reclama como instrumento libre y responsable de sus actos”**

campos de batallas y en arriesgadas acciones; hoy hemos de buscar la grandeza de Panamá, fortaleciendo los principios y valores que sostuvieron tradicionalmente este país: una cultura en la que son evidentes la honestidad, la probidad, y la legitimidad de los ciudadanos y las autoridades del país.

## Panamá en las manos de Dios

En este día queremos poner nuevamente a Panamá en las manos de Dios. Confiar en Dios no significa abdicar de la propia responsabilidad en la construcción de la historia. Significa hacer la historia junto con Dios, interpretar en ella sus designios, y ser protagonistas de la construcción

mayor don de Dios, y a su vez, nuestra mayor responsabilidad. La libertad no consiste en hacer siempre lo que me agrada y beneficia, ella debe abrirse a los demás, para hacer justicia social, puentes de entendimiento y de respeto.

Ser libres es maravilloso, pero necesariamente nos hace responsables de nuestros actos, no queda espacio para excusas, para desentendernos de nuestra responsabilidad personal, o para pretender que otros hagan aquello que a mí me corresponde hacer, y hacerlo bien.

**Jóvenes protagonistas y amantes de la libertad**

Queridos jóvenes: hoy queremos



**CONVERSIÓN.** Nuestros males no son de carácter político sino moral, y se reflejan en las Iglesias, la política, la economía y todos los sectores.

nuevamente reiterarles que ustedes “no son el futuro”, sino “el ahora, el presente”.

En esta semana, muchos jóvenes dieron la cara sin violencia, sin antifaces, y expresaron con seriedad su punto de vista en torno a las reformas constitucionales. Les digo que me tocaron el corazón, me emocionaron, porque me han confirmado que este año ha sido, sin duda, el año de la juventud en Panamá. Ustedes

han dicho “sí” animados “a abrazar la vida como viene, con toda su fragilidad y pequeñez, y hasta muchas veces con todas sus contradicciones e insignificancias”, tal como nos dijo el Santo Padre.

Pero recuerden, no el que más grita tiene la razón, porque la fuerza de la juventud está en su creatividad y la frescura de su voz, en la manera limpia de ver la vida, y trazar sus caminos sin mezquindades ni segundas agendas, porque

un joven de verdad no negocia su integridad.

**Patria nueva en manos de todos**

El Papa Francisco en su encuentro con autoridades y líderes de la sociedad civil de nuestro país recaló que: “Es imposible pensar el futuro de una sociedad sin la participación activa -y no solo nominal- de cada uno de sus miembros, de tal modo que la dignidad se vea reconocida y garantizada



**HERMANOS.** "Panamá debe desterrar los egoísmos y ambiciones para convertirse en una patria fraterna y solidaria".



**SOLIDARIOS.** "Que los sabios se responsabilicen de los que permanecen en la ignorancia".

en el acceso a la educación de calidad, y en la promoción de trabajos dignos. Ambas realidades tienen la fuerza de ayudar a reconocer y valorar la genialidad y el dinamismo creador de este pueblo y, a su vez, son el mejor antídoto ante cualquier tipo de tutelaje que pretenda recortar la libertad y someta o asalte la dignidad ciudadana, especialmente la de los más pobres". (*Discurso en el encuentro con autoridades, del cuerpo diplomático y representantes de la sociedad civil, Palacio Bolívar – Ministerio de Relaciones Exteriores. Jueves, 24 de enero de 2019.*)

Las Reformas Constitucionales demandan la participación de todos los sectores, garantizando un mecanismo de consulta que nos lleve a lograr un consenso nacional.

También el pueblo espera con gran esperanza el nombramiento de los nuevos Magistrados; que sean realmente profesionales del derecho, con amplia trayectoria, con independencia, honestidad y ética comprobada. Que estas desig-



## Un sueño

“ Pido y ruego que se escuche a los jóvenes, y se les responda como ellos se merecen. La juventud es nuestra fuerza más hermosa. Ellos tienen el derecho a ser amados y valorados. Y tienen la responsabilidad de aprender a amar de un modo sano y transparente”.

naciones sean el signo de que realmente se quiere hacer la diferencia. Oremos para que sean de manos firmes, justas, desconectadas de cualquier interés y presión.

### Sigamos soñando

No quiero terminar sin compartir como todo panameño y panameña un sueño. Hoy debo decir que mi deseo y mi sueño es que

en Panamá el hombre y la mujer sean respetados y valorados; desde que son concebidos en el vientre materno, hasta que lleguen al ocaso de sus días.

Que en mi país todos vivamos con dignidad, libres de toda discriminación social, política, cultural, racial o religiosa. Que nos empeñemos mucho más en crecer en el amor, la fraternidad y la tolerancia.

Quiero que en Panamá prevalezca la justicia social y la equidad, que no haya muchos en la extrema pobreza, y pocos en la opulencia. Que los más fuertes no se desentiendan de los más débiles.

Que el mejorar los índices económicos o levantar grandes industrias y edificios, no se haga irrespetando al medio ambiente. Que los enfermos puedan tener acceso fácil a la salud.

Que cada niño tenga una escuela digna donde estudiar y los recursos para hacerlo. Y que los sabios se responsabilicen de los que permanecen en la ignorancia.

Que cada jefe de hogar tenga un

trabajo honrado, estable y justamente remunerado, que le permita cubrir las necesidades básicas de su familia, que tenga una casa digna, donde pueda reunirse a comer, a jugar, a orar, y a amarse entrañablemente.

Por último, quiero para mi patria lo más sagrado: que vuelva su corazón hacia el Señor. Hacia el Dios de la Vida. Que agradezcamos en cada aurora y en cada crepúsculo por tener una Patria y un país, con un pueblo creyente que se fatiga en cada jornada por ver convertido su sudor en una nueva esperanza, que nos anima a gritar de emoción: ¡Gracias Dios por nuestro Panamá!

Que Santa María la Antigua nos anime y acompañe en estos momentos de la historia, que requieren de hombres y mujeres que sepan empinarse sobre las diferencias para construir un país más justo, equitativo, de oportunidades, para todos los panameños.

**+Monseñor José D. Ulloa**  
Arzobispo de Panamá

• **URGENTE.** SE NECESITA LA PRESENCIA MISIONERA PERMANENTE EN ESTAS REGIONES DARIENITAS.

# Retos y desafíos de la zona misionera

SACERDOTES ENFRENTAN LA REALIDAD ECONÓMICA QUE GOLPEA LA ZONA MISIONERA, Y OBSTACULIZA SU LABOR PASTORAL.

YOEL GONZÁLEZ NUÑEZ  
redaccion@panoramacatolico.com

La zona misionera de Yaviza abarca una extensión de 26 comunidades, algunas conectadas por tierra, otras cruzando el río Chucunaque y uno de sus afluentes, el río Tuqueza.

Aquí se concentran humildes familias de campesinos, indígenas y afrodescendientes que viven en esta región de Darién.

En esta zona trabaja el padre Alvin Bellorin de la comunidad de misioneros claretianos, quien conoce muy bien la realidad económica y social de esta población.

El sacerdote no deja de ani-

**Hace falta misioneros y compromiso laical para el acompañamiento pastoral a estas poblaciones.**

marles y fortalecerles en la fe, sostenida por la Palabra de Dios.

Aquí también conviven migrantes que llegan a Darién atravesando la frontera con Colombia, pasando penurias.

Marragantí y Bajo Chiquito son regiones donde hay mayor presencia de estos migrantes.

## Realidad misionera

El indígena emberá es muy abierto tiene esa capacidad de aceptar y recibir siempre a la iglesia católica, pero por la falta de misioneros y la falta de compromiso laical ha bajado ese

## Detalles

- **En Yaviza**, compartir la vida con todos es poder lograr ese servicio desde la cultura, desde la fe y la convivencia fraterna.

- **Se requiere mucho la catequesis** y el acompañamiento de las familias, para lograr ese encuentro de fe con Cristo.

- **El estilo de vida** y el apego cultural son valores que los indígenas cusodian, pero les hace falta mayor compromiso con su Iglesia.

acompañamiento pastoral.

Precisamente son los sacerdotes los que administran los sacramentos. El padre Bellorin reconoce que en esta zona misionera han bajado las confirmaciones, primeras comuniones y bodas, porque no se puede dar un seguimiento continuo a estas comunidades, incluso algunas no cuentan con un templo.

“Además hay poco compromiso de los laicos, lo que impide tener misioneros activos en la región para que le den ese acompañamiento a las comunidades ubicadas en esta zona misionera”, explica el padre.

El padre Bellorin recordó que antes había catequistas emberá, pero ahora son pastores evangélicos, debido a la falta de acompañamiento de la Iglesia Católica en el área.

Resalta el padre Bellorin que por prejuicios o temor a perder algo, es que no se da esa apertura con los católicos.

En estas regiones no se celebran fiestas patronales, tampoco se han hecho capillas debido a la movilidad de las personas.

La Casa Comunal es un espa-



**ACOMPANAMIENTO.** El padre Bellorin regularmente visita las comunidades.



**LIBERTAD.** Los niños y jóvenes juegan fútbol.



**DIVERSIDAD.** Misiones como Cristo Sana llevan salud a estas regiones.



**SALUD.** Necesitan atención médica.

cio compartido por la comunidad, y ahí las sectas son las que más concentran espacio, y se ubican de manera desmedida.

El padre Bellorin afirma que los pocos que se interesan por servir, lo hacen porque quieren sentirse enviados.

Para este religioso claretiano no ha sido fácil trabajar pastoralmente en esta sector del país, pero esta experiencia misionera también le ha dado alegría en medio de las limitaciones propias de una región pobre.

“Definitivamente no ha sido fácil, pero tengo la satisfacción, haber ido acompañando a estas comunidades, desde mi carisma personal y de fe”, manifestó.

Uno de los grandes desafíos de la iglesia católica en el Darién es activar la Pastoral Juvenil.

“Faltan jóvenes convecidos de vivir una experiencia de fe y de encuentro con Cristo. Que pierdan el miedo y se formen para ser misioneros de otros jóvenes. Que se comprometan con su Iglesia a evangelizar”, comentó.

“Todo lo contrario”, dice el presbítero, desde los 12 años los jóvenes inician experiencias fuertes como drogas, sexo que los alejan de un camino de fe”, puntualiza el padre.

Está conciente de que el mayor reto es acompañar a estos jóvenes alejados de la Iglesia, de ayudarlos a crecer en su fe para que vivan esa experiencia de seguir a Jesús con alegría y valor y a trabajar para hacer, de estas comunidades apartadas, verdaderos lugares de misión.



# ¿CÓMO DONAR A TRAVÉS DE TU CELULAR?

**Iglesia  
eres Tú**

*Envía un mensaje de texto (SMS) con la palabra  
**TRANSFERIR** según el monto que desees:*

<b>3380</b>	para	<b>B/. 0.50</b>
<b>3381</b>	para	<b>B/. 1.00</b>
<b>3382</b>	para	<b>B/. 5.00</b>
<b>3383</b>	para	<b>B/. 10.00</b>

**+móvil**



Servicio exclusivo para Clientes +Móvil prepago y postpago. Los clientes prepago y postpago + Móvil podrán realizar transferencias de saldo o solicitar cargos a su cuenta de servicio a favor de la Iglesia Católica, respectivamente, desde sus celulares, enviando un mensaje de texto con la palabra TRANSFERIR al código corto 3380 para transferir o cargar a su cuenta B/. 0.50, al 3381 para transferir o cargar a su cuenta B/. 1.00, al 3382 para transferir o cargar a su cuenta B/. 5.00, al 3383 para transferir o cargar a su cuenta B/. 10.00 y al 3385 para transferir o cargar a su cuenta B/. 20.00. Para el caso de los clientes prepago no aplica hacer transferencias sobre saldo promocional. Las transferencias de saldo o cargos a cuenta para este propósito están sujetas a cargos de administración aceptados por la Iglesia Católica.

• **APICOLA.** EN LA FACULTAD DE CIENCIAS AGROPECUARIAS EXISTE UN PROGRAMA APICOLA.

# Abejas cuidan la casa común

LOS BENEFICIOS DE LA MIEL DE ABEJA SON TANTOS COMO EL NÚMERO DE MIEMBROS TIENE UNA COLMENA.

YOEL GONZÁLEZ NÚÑEZ  
redaccion@panoramacatolico.com

Es increíble que un insecto tan pequeño que puede causar la muerte con su picadura, sea capaz de producir algo tan dulce y nutritivo como la miel. Se trata de la abeja.

La Facultad de Ciencias Agropecuarias (FCA), de la Universidad de Panamá, en conjunto con el Centro de Investigación Agropecuaria de Chiriquí, tienen un programa de producción de miel de abeja que ha superado todas las pruebas de calidad por parte del Ministerio de Salud.

**No cuidar a las abejas afectará a las futuras generaciones de este mundo.**

La ingeniera MSc. Charoline Yaneth Gutiérrez Rivera quien trabaja en este programa explica que en tres apiarios hay entre 25 y 30 colmenas.

El apiario es el lugar o espacio físico donde se colocan un conjunto de colmenas para su posterior manejo.

Sobre su funcionamiento señala que comienza con el período de cosecha (época seca) y período de post cosecha (época de lluvia).

Durante el período de post cosecha se registra todo lo que ocurre dentro y fuera del apiario: el acondicionamiento de las colmenas, control de enfermedades.

## Detalles

- La miel es básicamente, vómito de abeja. Para producir miel, las abejas regurgitan 120 a 240 veces cada gota de néctar después de su paso por el estómago.

- En el programa apícola trabajan tres personas a tiempo completo, colaboran estudiantes que realizan sus prácticas en este programa.

- Existen 100 especies de cultivos que proporcionan el 90% de los alimentos en todo el mundo y 71 de ellos se polinizan con las abejas.



**NUTRITIVA.** Contiene proteínas en forma de enzimas como la amilasa.



**CAUIDADO.** Los apiarios son revisados minuciosamente.



**DELICADO.** La extracción se da en dos períodos cosecha y post cosecha.

Estudio tras estudio parece comprobar que las poblaciones mundiales de estos polinizadores disminuyen ante las prácticas insustentables de agricultura, el abuso de pesticidas, y la desaparición de plantas con polen.

Este programa que lleva adelante la Facultad de Ciencias Agropecuarias es usado como docencia e investigación, pero también es un programa autosostenible. La miel es vendida en las cafeterías de la Universidad de Panamá.

El reto es poder aumentar el

el número de apiarios dentro de la misma Facultad de Ciencias Agropecuarias; así como diversificar otros tipos de productos partiendo de los primarios elaborados y colectados por las abejas (Miel, polen, cera, propóleo, etc).

Sobre su cuidado, la ingeniera Gutiérrez explica que cada quince días o una vez por semana se revisan las colmenas para conocer su estado general.

Agrega que estas revisiones deben ser rápidas y ejercidas con mucho cuidado ya que se trabaja

con abejas africanizadas.

Estas abejas son una de las especies que brinda el mayor servicio de polinización a los cultivos, indicó.

“El transporte de polen favorece la fertilización y la formación de frutos y semillas; de ello depende parte de la producción alimenticia y la biodiversidad mundial”, informó.

Dijos además que es necesario contribuir en la protección de los ecosistemas y generar biodiversidad.

“Con esto ayudamos a las abe-

jas a ser más productivas” inbido.

También ayuda mucho sembrar plantas que sean atractivas para las abejas como las flores tradicionales: margaritas, amapolas, romero, juanilama, girasoles, romero. “A las abejas le atraen las hierbas, vegetales y frutas” comentó.

Por último sugirió a los agricultores no usar productos químicos que contengan neonicotinoides. “Deben sustituirlos por otros como nematodos o BT (Bacillus thuringiensis)”, acotó.

• **LEGADO.** SU FAMILIA ERA DE RAIGAMBRE COLONIAL QUE PRODUJO NOTARIOS, MILITARES Y ECLESIASTICOS.

# José María Correoso Catalán, un prócer desconocido

SU PARTICIPACIÓN EN LA GESTA DEL 10 DE NOVIEMBRE REFLEJA EL PAPEL DE LA IGLESIA EN ESOS TIEMPOS.

MANUEL MORENO A.  
redaccion@panoramacatolico.com

En La Villa de Los Santos el 10 de noviembre de 1821, el cabildo santeño presidido por Julián Chávez convoca a sus miembros para deliberar sobre la situación política existente. El acta redactada este mismo día destaca la presencia en dicha reunión del Dr José María Correoso Catalán, quien fue convocado al igual que “muchos vecinos a quienes

## Un ilustrado vecino que apoyó la gesta revolucionaria.

manifestó dicho señor presidente el voto general del pueblo para separarse de la dominación española”.

La invitación que le hace el presidente del ayuntamiento al cura párroco y la presencia de éste en la sala de sesiones, nos hace pensar que el grupo dirigente del grito santeño conocía muy bien las ideas con la que

comulgaba el presbítero Correoso, por ello fue invitado, no solo como la autoridad eclesiástica que era, sino por conocer de antemano los principios ideológicos con que se identificaba, ya que lo ligaban estrechos vínculos con los próceres santeños de 1821.

Prueba de ello es que el 4 de julio de 1817 el Dr José María Correoso, sirve de padrino de la párvula, Juana Bautista, hija legítima del prócer santeño, don Salvador del Castillo y doña Antonia Franco. Igualmente, el 10 de julio de 1820, presenció las nupcias del entonces capitán don Segundo de Villarreal y doña Juana Bautista Angulo Correa.

### Pero, ¿quién era este religioso?

Era natural de la ciudad de Panamá, hijo de Teresa Aizpuru Lacalle, natural también de Panamá y por esos años vecina de la heroica y libre ciudad de Los Santos, donde falleció el 28 de marzo de 1822. Por el apellido podemos deducir que pertenecía a una familia de raigambre colonial

La actuación sobresaliente del sacerdote se dio el 10 de noviembre de 1821 donde era el cura párroco y “con seguridad el más ilustrado de los vecinos” Este hombre de sotana que había escuchado y profundizado las ideas de la ilustración, decidió

seguir sus convicciones y principios optando por respaldar el movimiento insurreccional que surgió en su parroquia. Al decir del documentado historiador nacional Dr. Alberto

Osorio O. “Quién más imbuido, quien más actualizado de las novedades que venían de Francia e Inglaterra, que un hombre de sotana.” El texto del acta santeña deja ver claramente el

guaje totalmente novedoso donde el cabildo se convierte en vocero de la voluntad popular.

En 1825 es elegido como miembro por la Asamblea Electoral del Cantón de Los Santos, junto a los señores Ramón Guardia, Damián Pérez y J. M. López.

La defunción del Presbítero Correoso ocurre entre los años 1825 y 1834, ya que una partida bautismal que se conserva en el archivo Parroquial de La Villa se refiere a él como “finado”.

## Claves

- **El Museo de la Nacionalidad** de la Heroica Villa de Los Santos custodiado por el INAC, fue inaugurado el 10 de noviembre de 1974.
- **El histórico inmueble** pasó a ser propiedad de Don Francisco Villalaz y sus hijos lo vendieron a la dirección de patrimonio histórico del INAC.
- **La tradición oral señala** el lugar donde se ubicó el museo como el sitio donde se reunió el cabildo santeño para declarar rotos los lazos políticos.
- **La disposición museográfica** instalada en este inmueble de dicha institución se le debe al profesor Raúl González Guzmán.



• **VOLUNTARIOS.** NUEVE LÍDERES APOYAN DURANTE LAS CELEBRACIONES DE LA PALABRA, EN LENGUA NGÖBERE.

# En Ngöbere llevan buena nueva

TRES SACERDOTES CELEBRAN MISA Y LOS VOLUNTARIOS APOYAN EN CELEBRACIONES, CADA MES.

OLMEDO CARRASQUILLA ALBEROLA  
redaccion@panoramacatolico.com

Kankintú es el centro parroquial atendido por la Orden de Agustinos Recoletos (OAR). Tres sacerdotes sirven en esta porción de la Prelatura de Bocas del Toro.

Por la cercanía o distancia con algunas comunidades los frailes agustinos recoletos vieron la necesidad de formar evangelizadores que lleven la Palabra de Dios en su lengua Ngöbere.

El párroco en esta comunidad es el padre John Freddy Reyes C. Le acompañan los padres Nelson Tiusaba Torres y Bolívar Sosa vicarios parroquiales. Todos se encargan de manera integrada a la

**La evangelización crece y se expande ahora en lengua Ngöbere.**

formación.

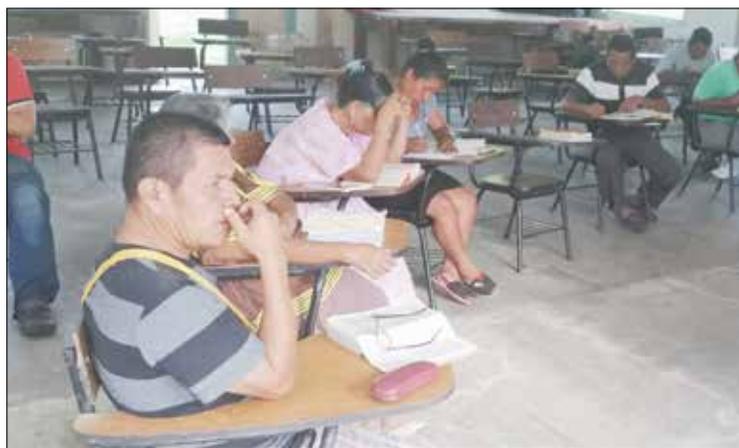
## El Equipo

Fray Nelson Tiusaba Torres destaca la importante misión de estos nueve líderes en el anuncio de la persona de Jesucristo, su amor, la misericordia y el perdón de Dios que se revela a cada uno de los hombres.

El religioso agustino recoleto, describe el trabajo pastoral de estas comunidades así: “La población de esta comarca es totalmente indígena; y el trabajo pastoral se hace con el apoyo de sus líderes”, dijo. De ahí la importancia de que los colaborados hablen la lengua Ngöbere.



**SACERDOTES.** Compañan a los fieles en la labor evangelizadora.



**REFLEXIONAN.** La Palabra es compartida para que mediten la misma.

Fray Nelson considera importante esta ayuda de los laicos. “Con este valioso apoyo se hace más cercana esa presencia de un Dios, pues se camina y hay una comunicación más fluida”.

Está convencido que “el pueblo se beneficia pues se logra una experiencia de encuentro y apoyo mutuo, manteniendo un orden”, explicó.

Los sacerdotes que sirven en esta parroquia de San Agustín, no lo hacen solos, un equipo de laicos que se han formado para ir a evangelizar a su propia gente.

Los primero que se forman es en el anuncio del Kerygma, que

es el primer anuncio del Evangelio para aquellas personas que aún no conocen a Jesucristo.

La formación incluye el estudio del catecismo, y de la Biblia, importante en el servicio que brindan en las celebraciones de la Palabra.

Las enseñanzas recibidas le sirven de base para el manejo de los temas que abordan desde la realidad, confrontado con los textos bíblicos. En cada celebración son desmenuzados en sus comunidades y en su lengua”, reconoce el padre Nelson, quien se ha preocupado por darles formación integral a los indígenas para que



**CAPACITADOS.** Son preparados para compartir el mensaje.



**INTERACTÚAN.** Esta formación permite desde el encuentro un conocimiento fraterno.

sean transmisores de la fe, en su lengua Ngöbere.

## La Misión

Llegan a las comunidades cercanas y las más lejanas de la parroquia llevando el Evangelio liberador.

Comenta Fray Nelson Tiusaba Torres que mensualmente las comunidades son visitadas y celebran la eucaristía, rezan el rosario, y reciben un tema litúrgico o catequético.

“Ellos hacen en su lengua materna el anuncio de la Buena Nueva del Señor. En cada jornada logran que sus hermanos comprendan el

mensaje.

Esto mismo se hace cuando los sacerdotes no van y quienes les asisten son los líderes ya formados para atender estas tareas.-

Celebran la liturgia de la Palabra asumiendo el compromiso en la transmisión de la fe, enriquecida y reafirmada en su cultura.

“Es ese mensaje que se transmite, tomado de la Palabra de Dios, pero inculturada”, acotó el padre Neelson.

Se trata de un grupo de personas ya mayores comprometidas que cuentan con el acompañamiento por parte de los Agustinos Recoletos.

• **DIVERSIDAD.** CON DISTINTOS DONES Y CARISMAS SON UN EQUIPO QUE APOYA EN LA TRANSFORMACIÓN DE LA VIDA ECLESIAL.

# Apóstoles de luz un ministerio con siete años de servicio

CATEQUISTAS, MÚSICOS, CANTANTES, ANIMADORES, ACÓLITOS SON PARTE DE ESTE MOVIMIENTO QUE SACARÁ PRONTO SU PRIMER SENCILLO MUSICAL.

AUGUSTO RAFAEL SANJUR ALVARADO  
redaccion@panoramacatolico.com

El Ministerio Apóstoles de Luz, esta radicado en la ciudad de Santiago de Veraguas, específicamente en la Capilla Don Bosco que pertenece a la parroquia Catedral Santiago Apóstol, donde hace más de siete años sirve a esta comunidad.

En esta comunidad la gran mayoría son jóvenes, algunos sirven como catequistas, músicos, animadores, acólitos, diversidad de personas con dones especiales al servicio del Reino de Dios.

En la Catedral de Santiago apoyan con su ministerio desde la capilla Don Bosco.



TESTIMONIO. Son multifacéticos y llenos de Cristo.



MONAGULLOS. Apoyan en los servicios del altar.

La variedad de talentos y capacidades de sus integrantes fortalecen el trabajo pastoral de la iglesia.

Actualmente participan activamente, 25 jóvenes asesorados por el padre Norberto Cáceres. Próximamente lanzarán su primera producción musical, titulada: "Fiel es Dios". Contiene ocho temas inéditos para la Eucaristía y adoración.

## Testimonios

Paola De Gracia, asegura que ser parte de este ministerio es algo que ha marcado un antes y un después en su vida.

"Como cristiana, evangelizar en cada canto, cada baile, me ha motivado a servir mucho", dijo.

Manifestó que poder transmitir a Cristo con su talento, es algo que me llena mucho como interprete y como católica practicante.

De Gracia afirma que, Apóstoles de Luz le ha transformado su vida, no tiene dudas que el ambiente en este grupo es de plena paz. "Son jóvenes que se entregan a servir sin medidas", acotó.

Por su arte, Luis Donoso comentó que se motivó desde la confirmación a ser parte del ministerio de música y esto le transformó su vida.

Comentó que como parte del ministerio lleva la Palabra de Dios a jóvenes en eventos estudiantiles, predicando mediante la música, expresó.



TALENTO. Comparten sus dones al servicio de su iglesia.

• **DEDICACIÓN.** REALIZAN OBRA HUMANITARIA EN ALTOS DE LOS LAGOS, UN EJEMPLO PARA TODOS.

# Más de 250 niños reciben alimento diariamente

EL PADRE SALVATORE DESARROLLA UNA NOBLE LABOR: DARLE DE COMER A MÁS DE 250 NIÑOS, QUE CON UNA SONRISA RECIBEN LA COMIDA.

NELLY DE SOSA  
redaccion@panoramacatolico.com

Desde hace tres meses, el padre Salvatore Sicignano, encargado de la parroquia San Francisco Javier de la comunidad de La Feria, viene desarrollando una noble labor con más de 250 niños, distribuyendo semanalmente platos de comida entre lunes y sábado.

Este importante aporte recibe apoyo de otras organizaciones sin fines de lucro. La comunidad indostana de Colón, por

La dedicación del sacerdote Sicignano impulsa a otros a servir y entregarse a los demás.



COLABORAN. Manos amigas apoyan en la cocina.



ALEGRÍA. Los rostros de los niños muestran su agradecimiento.

ejemplo, todos los lunes dona víveres para garantizar el plato de comida.

“Entre 250 a 300 platos de comidas son servidos y entregados a niños de escasos recursos para aliviar un poco las necesidades que enfrentan cada día”, informó el sacerdote.

## El trabajo diario

La comida es preparada diariamente por dos maestros de la comunidad de La Feria.

En este servicio voluntario, el padre Salvatore distingue a la señora Legia Lara, conocida como la Tía Mimi; así como al maestro Edward Herrera, catequista de Primera Comunión y coordinador del grupo de los

monaguillos, y la señora Reina Martínez, quien pertenece al equipo de liturgia.

Los días miércoles, las madres ayudan con la preparación de la comida. Mientras que los días viernes, la labor es desarrollada por los jóvenes del grupo juvenil y los sábados, los jóvenes del grupo de Confirmación se encargan de la preparación y distribución de los platos de comida.

Inicialmente, el comedor estaba ubicado en la parroquia Francisco Javier, donde se distribuían entre 40 y 50 platos de comidas, pero aumentó con la llegada de los niños de la comunidad de Altos de los Lagos.

Como dice el padre Salvatore: “los residentes de Altos de Los Lagos tienen casa nueva, pero no tienen comida para sus niños”.

Dijo además que, el 90% de los que asisten al comedor duermen en el piso”.

Las comidas se distribuyen desde las 6:00 p.m., en el estacionamiento ubicado al lado del cuartel de la Policía Nacional, al aire libre y en ocasiones bajo la lluvia, ya que no se cuenta con un área techada para protegerse de las lluvias.

El padre Salvatore anhela poder llevar comida a los adultos mayores, pero no cuenta con los recursos necesarios.



SEERVIR. El equipo de apoyo hace su esfuerzo por los demás.

• **EJEMPLO.** REPRESENTAN VALORES DE FE Y CULTURA.

# Coclé: tradiciones, folclor y fe

**ANTÓN Y LA PINTADA:**  
REGIONES RICAS EN TRADI-  
CIONES CULTURALES Y CON  
DEVOCIONES BIEN ARRAI-  
GADAS.

REDACCIÓN  
redaccion@panoramacatolico.com

El papa Francisco siempre ha llamado a valorar la diversidad de culturas y el significado de la importancia del folclor en cada pueblo.

Antón es el hogar del Cristo de Esquipulas, manifestación religiosa más concurrida de la diócesis de Penonomé, con una muestra de cultura y tradición como la del Toro Guapo que se realiza desde 1964. Siendo un homenaje al toro que se lidiaba alegóricamente con unos cuernos y un armazón de cañas y bejucos. Por eso, el pueblo de antonero es un punto de encuentro para cientos de personas

**El Guacho en Totuma...**  
tradición que comparten  
las familias de Antón  
con los visitantes.

que llegan de todas partes, para celebrar el Festival Nacional de Toro Guapo, que quiere dar a conocer las costumbres y los rasgos folclóricos de la región. Esas mismas huellas de la época se recuerdan y representan ante propios y extraños, incluyendo las nuevas generaciones.

El festival inicia con una eucaristía solemne en el templo parroquial, donde asiste el pueblo para darle gracias a Dios por sus beneficios y agradecer por las muchas bendiciones.

Este año fue celebrada la eucaristía por el párraco Teobaldo



**CULTURA.** Con el tradicional Sombrero Pintao se marcan costumbres en La Pintada.



**DELICIOSO.** El Guacho en Totuma tradicional en estas festividades.

Quirós, quien exhortó a la feligresía que lo más importante de la educación de nuestros hijos es inculcarles valores, “una buena tradición de enseñarles el respeto por las personas, los animales y todo lo que les rodea. Además, ser capaces de tener relaciones sociales sanas”, explicó Quirós.

Blanca Inés Morales, religiosa de la Asunción y oriunda de Colombia, manifestó que en el festival hay muchísima participación de niños y jóvenes, en la que se manifiesta la alegría. Además, la hermana comentó que en este país,

y en especial en este pueblo de Antón, el tradicional Guacho en Totuma es uno de los eventos que más se destacan, por el compartir de las familias con los que visitan el lugar.

## Sombrero Pintao

El pueblo de la Pintada es la tierra del Sombrero Pintao que también reúne a miles de visitantes, para manifestar la riqueza de nuestro folclor y tradiciones. Recientemente fue reconocido como Patrimonio Inmaterial de la Humanidad por la Organización



**FESTIVAL.** El Toro Guapo es una manifestación cultural que reúne mucho público.



**ARRAIGO.** La festividad del Cristo de Esquipulas muy visitada.

de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO).

El ambiente de respeto y devoción es algo esencial en este evento, que inicia con la celebración de una misa típica con cantos tradicionales y engalanada con las ofrendas de sombreros y artesanías netamente pintadeñas.

Este año, la solemne eucaristía fue presidida por el padre Rafael Fernández, de la parroquia Santiago Apóstol de Río Hato, quien resaltó que, mientras la globalización continúa creciendo, el folclor

se va perdiendo, “ante esta situación es deber de nosotros como coclesanos conservar nuestras costumbres, aunque las tradiciones de otros países entren”.

El padre Fernández resaltó, que, para preservar el folclor debemos en un principio, definir las costumbres y el por qué es importante para nuestra identidad como país, que es esencial para nuestra cultura.

Concluyó que tanto la fe religiosa como la tradición, la vive la población antonera con verdadera entrega y pasión.

Comisión de  
Justicia y PazReformas  
Constitucionales

Rigoberto Pitti Beitia

Al cierre de la segunda legislatura de la Asamblea Nacional de Panamá en este año 2019, se han presentado varias perturbaciones sociales, como resultado de las inconformidades relacionadas con los contenidos y la metodología que ha propuesto el gobierno nacional a través de los Órganos Ejecutivo y Legislativo.

El procedimiento (el método) seguido ha sido el de reforma constitucional bajo el formato de dos períodos legislativos. Esto significa que a partir de enero de 2020 la Asamblea Nacional retomará lo aprobado en estas semanas anteriores, hará su debate y aprobará un nuevo texto de reforma para ser sometido a la consulta popular a través de un referéndum (Art. 313.2 de la Constitución, 2004).

Las otras dos formas permitidas por la Constitución son la reforma en dos legislaturas de dos períodos distintos de gobierno (313.1) y la asamblea constituyente paralela, que puede ser convocada por el Órgano Ejecutivo, por dos terceras partes del Órgano Legislativo, o por iniciativa ciudadana con el 20% de firmas de los integrantes del Registro Electoral del año anterior a la solicitud.

El camino elegido por el gobierno actual, sólo contempla la participación ciudadana al final en una consulta sobre lo que previamente hayan consensuado en la Asamblea Nacional, cuyos contenidos reformados son percibidos en la ciudadanía como más de lo mismo; "parches", más que cambios profundos.

"Es necesaria una democracia participativa y basada en la promoción y respeto de los derechos humanos" (Aparecida, 2007, 74).

• **EXPERIENCIA.** DESDE COLOMBIA EXPERTOS PESEBRISTAS VINIERON A ENSEÑARLES.

# Niños de El Chorrillo confeccionan pesebres con material reciclable

EL INSTITUTO NUESTRA SEÑORA DE LA MERCED EDUCA, EVANGELIZA MIENTRAS DESCUBRE DONES Y HABILIDADES EN SUS ALUMNOS.

MARIANNE COLMENÁREZ  
redaccion@panoramacatolico.com

No fue necesario que llegara el Adviento para empezar con la experiencia en el Instituto Educativo Nuestra Señora de la Merced. Sus 680 alumnos, la mayoría niños provenientes de El Chorrillo participaron en un taller intensivo de pesebrismo, dictado por Julián Fernández y su hermana Julia, quienes viajaron desde Popayán, Colombia, para compartir sus conocimientos.

"Le agradezco que venga desde tan lejos a enseñarnos hacer nuestros pesebres", ésta fue una de las tantas muestras de cariño que de manera espontánea los niños expresaron a los hermanos Fernández.

Trabajaron con materiales de reciclaje porque así lo pidió Fray Javier Mañas, director del colegio. "Tengo más de 15 años haciendo belenes con movimientos, luces, efectos especiales, pero esta experiencia es una novedad para nosotros, ha sido todo un reto enseñar esta semana a tantos niños" manifestó complacido Julián.

Explica que la inducción para confeccionar el portal y las figuras la iniciaron con los alumnos más grandes para que luego ellos mismos ayudarán a los más pequeños. "Los docentes también se entusiasmaron por aprender, fueron un importante apoyo", dijo.

El taller les permitió estimular creatividad, ingenio y desarrollo de habilidades manuales a partir de las más diversas, pero sencillas técnicas involucradas en la construcción del pesebre.

Distribuidora Gago donó gran cantidad de cajas de cartón y jamoneras de madera que sirvieron para elaborar el portal. La mayoría de los estudiantes identificaba inmediatamente su creación, con el entusiasmo de verlo culminado y llevarlo pronto a casa.



PESEBRISTA. "Cada día se aprende algo nuevo".



FE. Nacimiento de Jesús, motivo central de la Navidad.

El colegio es dirigido y gestionado por la Comunidad Mercedaria, responsable de 680 alumnos.



MATERIALES. Usaron hielo seco, madera y cartón.



APRENDIZAJE. Adquirieron conocimientos para un oficio, el pesebrismo.

• **ESPACIO.** ESTUDIANTES, ACADÉMICOS Y ADMINISTRATIVOS PARTICIPARON EN EL FESTIVAL DEL PERDÓN.

# Universitarios crecen en espiritualidad y compromiso con la sociedad

EN LOS DÍAS PATRIOS INICIARON LA CONSTRUCCIÓN DE UNA CAPILLA EN CAPIRA.

MARIANNE COLMENÁREZ  
karla@panoramacatolico.com

“Cristo no está solo en la parroquia está en todas partes, como cristiano católico aprendí en esta pastoral que me debo a una sociedad, a una vida comunitaria”, así lo manifiesta Adonis Quintero, estudiante de la Universidad Tecnológica de Panamá, mientras reparte a sus compañeros una volante con indicaciones de un examen de conciencia.

**Volantean en todas las facultades, para invitar a cada una de las actividades que organizan.**

Adonis es de Bocas del Toro, estudia el último semestre de Ingeniería Civil. Durante todos los años de carrera formó parte de la Pastoral Universitaria de la UTP, a la que debe muchas experiencias y aprendizajes.

“En esta etapa de mi vida pude absorber lo que el Señor me quiso regalar a través de esta pastoral, fue una plataforma que Jesús utilizó para engancharme”, asegura Quintero.

Él y otros muchachos se organizaron para llevar a cabo el 31 de octubre el Festival del



**ADORACIÓN.** Jesús Eucaristía en pleno Parque Aljibe de la UTP.

Perdón, un evento que sirve como espacio de encuentro entre los miembros de una comunidad que asiste al parque Aljibe para acompañarse espiritualmente, compartir la fe desde la oración y la adoración al Santísimo.

“Iniciamos a la una de la tarde con la exposición del Santísimo, hicimos pausas para hacer la Coronilla de la Misericordia y el rezo del Santo Rosario. Oramos al Sagrado Corazón de Jesús en desagravio y reparación por todo los actos de sacrilegios que realizan esta noche”, afirmó el sacerdote Justo Rivas, Capellán de esta casa de estudios.

Mientras los jóvenes alababan al Señor



**SIN TEMOR.** Adonis abordaba a los jóvenes.

con cantos y oraciones, el padre Justo ofrecía el sacramento de la reconciliación a estudiantes, profesores y parte del personal administrativo que se animó a participar en la jornada que culminó a las 8 p.m.



**ACCIÓN.** Tres veces al año la pastoral UTP sale de misiones.

## Construyen capilla en Capira

MARIANNE COLMENÁREZ. Los universitarios junto al capellán, partieron el 2 de noviembre hacia la comunidad Santa Rosa de Lima N° 2 de Capira. “Fuimos 18 muchachos. En las mañanas algunos salían a evangelizar, otros cocinaban y gran parte colaboramos

en la construcción de la capilla”, informa Orlando Cedeño, miembro de la pastoral.

Agrega que la capilla solo tenía la estructura, en tres días lograron repellar las paredes internas y externas, hicieron el piso y el sobre piso del altar.

**Mural**

### • Adviento y Navidad

Presidentes de celebración, diáconos, ujieres, lectores, salmistas, directores de coros y equipos de liturgia están invitados a participar en la Jornada de Actualización Litúrgica para Adviento y Navidad. Día: 19 y 20 de noviembre. Hora: 6:00 p.m. Lugar: Arzobispado de Panamá. Donación: B/ 5.00

### • Feria típica

El domingo 24 de noviembre, la parroquia San Francisco de Paula de La Chorrera llevará a cabo una gran feria con presentaciones folklóricas, gastronomía, tómbola y mucho más.

Todo iniciará con una Eucaristía típica campal.

¡Te esperamos! ¡No faltes!

### • Honor a la Virgen de Chiquinquirá

El 16 de noviembre celebrarán 310 años de la aparición de la Virgen de Chiquinquirá, en la Iglesia Santa Marta. A las 5:00 p.m. se unirán con el rezo del Santo Rosario, 5:30 p.m. Eucaristía y a las 7:00 p.m. gaitas venezolanas en honor a la Santa Madre.

### • Conferencia magistral

El Cardenal Oscar Andrés Rodríguez Maradiaga vendrá a Panamá para impartir sus conocimientos y experiencias sobre la Encíclica Laudato si. El 20 de noviembre en la Iglesia Nuestra Señora de Lourdes a las 7:00 p.m. Mayor información: 6591-4295.

• **ENCUENTRO.** EVALUARON FORTALEZAS Y DEBILIDADES EN EL CAMINAR DE LA PASTORAL.

# Discípulos y misioneros en el mundo de la salud

SE OBSERVARON CARAS NUEVAS ENTRE LAS 160 PERSONAS QUE PARTICIPARON EN ESTA FORMACIÓN.

MARIANNE COLMENÁREZ  
redaccion@panoramacatolico.com

Desde la primera comunidad formada por los apóstoles hasta nuestra época, con sus posibilidades y limitaciones, la Iglesia ha enfocado su servicio hacia los débiles, los pobres, especialmente hacia los enfermos.

“La pastoral nace del corazón mismo de Jesús, de su actuación, de un mandato misionero personalísimo suyo de anunciar y sanar”, así lo manifiesta Tecla Springer, agente de pastoral de la parroquia Natividad de María y participante del XIX Encuentro Arquidiocesano Pastoral de la Salud.

El sacerdote Marlo Verar, asesor nacional de la Pastoral, declaró que el objetivo general del encuentro realizado del 25 al 27 de octubre era replantear la Acción Pastoral; por eso el lema: “Discípulos y Misioneros en el mundo de la salud”, considerando que octubre es el Mes Misionero y que la razón de la Iglesia es evangelizar.

“Nos alegró mucho ver caras nuevas en este Encuentro, eso nos dice que se está renovando la Pastoral de la Salud y eso es positivo. Parroquias como Cristo Redentor, San Juan María Vianney, La Natividad de María, entre otras, enviaron a sus laicos con deseos de aprender en esta misión”, destacó el P. Verar.

Manifestó que al inicio del 2019 sintieron que se estaba debilitando

esta pastoral en la Arquidiócesis, y no tuvimos nuestros encuentros formativos tal como lo tenían planeados: dos veces al mes. Les afectó considerablemente los cambios de párrocos para realizar los encuentros por Vicarías. “Ya instalados, los sacerdotes están considerando muy bien la importancia de esta Pastoral y lo vemos reflejado en la asistencia de este encuentro”, dijo.

**Pastoral de la salud es presencia y acción de un ministerio eclesial realizado en nombre de Jesús.**

## Enviado del Señor

MARIANNE COLMENÁREZ. La enfermera Desire de Pérez, secretaria ejecutiva de la Pastoral de la Salud de la Conferencia Episcopal Panameña, se encargó de explicar a los asistentes cómo organizar en la parroquia este equipo de trabajo que tanto bien hacen a la humanidad.

“Sobre el agente de Pastoral pensamos debe tener un perfil específico, y eso lo abordamos siempre en nuestros encuentros formativos”, asegura Desire. Señala que debe ser una persona



**DIGNIDAD.** La Iglesia incorpora al enfermo a la sociedad que lo margina.

equilibrada, madura, respetuosa, discreta, que comunique cariño y ofrezca compañía, comprometida como laico responsable, abierta a la formación continua.

El padre Marlo Verar añade que el agente de pastoral debe estar enamorado de Jesús para poder servirle a los enfermos. “Siempre abordamos el tema de la espiritualidad porque el agente es un enviado del Señor y no va a título personal”, reiteró.



**VISITA.** Monseñor Ulloa les alentó a seguir en tan importante misión.

## Opiniones

**TECLA SPRINGER**  
Agente



“Los enfermos me reconfortan. No hay excusas para servir, yo soy discapacitada, pero tengo igual la misión de aportar en esta acción de la Iglesia”.

**FELICITA VEGA**  
Agente



“Estamos iniciando la Pastoral de la Salud en la parroquia María Auxiliadora en Bejuco. Vinimos para capacitarnos y salimos con la misión de servir a 36 comunidades”.

**ANDREA MORENO**  
Agente



“Tengo 14 años formando parte de esta pastoral. Nos formamos constantemente, desde cómo cambiar un pañal a un anciano hasta como debemos fortalecernos espiritualmente”.

**BERTA PÉREZ**  
Agente



“Todos los viernes llevamos la comunión a los enfermos y los sábados les visitamos para compartir la palabra de Dios con ellos y sus familiares”.

**NARCISA RODRÍGUEZ**  
Agente



“En cada visita vemos en los enfermos a Cristo, pero también debemos reflejar ser ese Cristo misericordioso para el que sufre”.

## Obispos de la UE llaman al diálogo



ARCHIVO. Muro de Berlín / Vatican Media.

ZENIT. Con motivo del 30º aniversario de la caída del Muro de Berlín, los obispos de la Unión Europea (UE) exhortan a todos los europeos a trabajar juntos “hacia una Europa libre y unida a través de un proceso renovado de diálogo (...)” para lograr “un futuro pacífico común”.

Así lo expresan en una declaración difundida el 6 de noviembre de 2019, por la Comisión de Conferencias Episcopales de la Unión Europea (COMECE), formada por obispos delegados de los episcopados católicos de los 28 Estados miembros.

### Exhortan a todos los europeos a trabajar juntos “hacia una Europa libre y unida”.

Los prelados consideran que la caída del muro de Berlín, el 9 de noviembre de 1989, “fue uno de los acontecimientos más importantes en la historia europea de las últimas décadas” y fruto del compromiso “de un gran número de europeos que expresaron de manera constante y pacífica su profundo anhelo por el cambio político”.

Al mismo tiempo resaltan la dimensión profética del mismo: “Nos ha enseñado que construir muros entre las personas nunca es la solución y es una llamada a trabajar por una Europa mejor y más integrada”.

La declaración recuerda el papel crucial de san Juan Pablo II, que decía “¡Europa necesita respirar con dos pulmones!” y reconoce que el proceso de curación y reconciliación es “delicado y difícil”, incluso en la actualidad, especialmente para las víctimas de “los regímenes opresivos”.

## Voz del Pastor

# Unas palabras a los periodistas panameños

Mons. Uriah Ashley / Obispo emérito



Nuestro país celebra esta semana el Día del Periodista Panameño, tomando como conmemoración el día en que Gaspar Octavio Hernández -un periodista y poeta afrodescendiente- murió realizando su trabajo como jefe en la redacción de La Decana, La Estrella de Panamá. Era el 13 de noviembre de 1918. Este joven apenas contaba con 25 años.

Gaspar, a quien se le conoció como “El Cisne Negro”, no sólo por el color de su piel, sino por su canto poético riguroso y de alto vuelo, en la que se destacan los temas patrióticos, la justicia, los valores y el resguardo de las tradiciones nacionales, murió de un ataque fulminante de tuberculosis, la enfermedad de los pobres.

Fue un hombre orgulloso de sus raíces negras, y un autodidacta admirado por los colegas de su época, a quienes Gaspar Octavio no dudaba en criticar cuando dejaban en entredicho la profesión del periodismo por no querer leer, pensar, analizar e investigar a fondo los hechos que pretendían narrar en sus notas, así como también hacia con aquellos que optaban en improvisar alejándose de toda objetividad.

El Dr. Alfredo Figueroa Navarro en su libro “Vida y obra de Gaspar Octavio Hernández”, describe que “El Cisne Negro” nació y creció con la vocación y misión periodística. Según sus palabras, hizo

de la pluma una espada para denunciar las lacras sociales. Fue combativo y rebelde sin ataduras ni concesiones al poder establecido de su época, ganándose muchos enemigos y adversarios en su recorrido profesional, durante el que enarbó las banderas de la ética y la dignidad de la profesión, y por el respeto a los derechos y a la verdadera libertad de expresión.

Además de mantener en cuenta estos

hechos de vida en la historia del periodista panameño. Este día es un espacio oportuno para reconocer el extraordinario aporte que tantos hombres y mujeres, en los distintos medios de comunicación, o instituciones privadas y de gobierno, realizan con verdadera vocación.

La Iglesia Católica en Panamá da gracias a todos ustedes por el extraordinario servicio que le brindan para que pueda conectarse con la sociedad, al colocar en las distintas plataformas de comunicación los acontecimientos y pronunciamientos que realiza en situaciones muy importantes para este nuestro país.

En este mes de la Patria, es oportuno recordarles que ustedes son pilares importantes para alcanzar el Panamá que todos queremos. Hoy más que nunca, este momento histórico que vive la Patria exige y demanda de ustedes un sentido de responsabilidad, compromiso y trabajo desligado de las banderías y los compromisos mezquinos de algunos egoístas personajes.

Este día es un espacio oportuno para reconocer su entrega al periodismo.

Tomando las palabras del Papa Francisco, “les recuerdo que su profesión además de informativa, es formativa, es un servicio público, es decir, un servicio al bien común. Un servicio a la verdad, un servicio

a la bondad, y un servicio a la belleza”.

...“Es una responsabilidad a la cual, quien es titular del servicio público, no puede por ningún motivo abdicar. La calidad ética de la comunicación es fruto, en último análisis, de conciencias atentas, no superficiales, siempre respetuosas de las personas, sea de aquellas que son objeto de información, sea de los destinatarios del mensaje. Cada uno, en su propio rol y con la propia responsabilidad,

está llamado a vigilar para tener alto el nivel ético de la comunicación, y evitar las cosas que hacen tanto mal: la desinformación, la difamación y la calumnia. Mantener el nivel ético”. (*Encuentro del Papa con el personal de la RAI, enero 2014*).

El Santo Padre les dice que “rectificar es siempre necesario cuando se cae en el error, pero no basta para restituir la dignidad, especialmente en un tiempo en el que, a través de Internet, una información falsa puede difundirse hasta el punto de parecer auténtica”.

No se olviden de contar lo bueno que hay en el mundo, porque hay muchas grandes historias que pasan desapercibidas, y pasan como si no existieran, como si las cosas buenas no estuvieran pasando también.

Recuerden que ustedes son puente entre los hechos y la comunidad, entre los poderes establecidos y esa ciudadanía que requiere elementos de juicio para la toma de decisiones. Las actuales circunstancias que vivimos como nación se constituyen en valiosa oportunidad para evaluar si la objetividad rige su importante tarea y misión de informar, con ética y profesionalismo, y frente a la escandalosa corrupción que todos sufrimos y de muchas maneras a veces protagonizamos; ante la discriminación, la pobreza y la marginación, sobre la impunidad y las injusticias. Quedarse callado, o decir la verdad a medias hace mucho daño, sobre todo a los débiles.

Recordemos con el Papa Francisco que “el periodista, que es el cronista de la historia, está llamado a reconstruir la memoria de los hechos, a trabajar por la cohesión social, y a decir la verdad a toda costa”.

No dejen de poner el dedo en la llaga, pero recuerden ante todo hacerlo con misericordia, sin animadversión ni agenda oculta.

Que Santa María la Antigua bendiga a nuestros periodistas, que le haga encender su patriotismo, para que puedan realizar con mucho celo la labor de comunicar e informar. ¡Felicidades!

📌 **Semper gaudens**



**Jesús nos enseñó a orar**

César Cuero  
sempergaudens@gmail.com

El Señor Jesús nació en un pueblo que practicaba la oración a Dios. Vivió en el seno de una familia judía piadosa que guardaba las normas dadas por Dios a su pueblo. Como buen maestro enseñó a sus discípulos a orar, no solo con su testimonio personal, sino también a través de sus enseñanzas. Nos mostró que debe ser personal la oración, "Cuando oréis, no seáis como los

**El Señor a través de la oración nos enseña a dejar los caminos del pecado y convertirnos a Él.**

hipócritas, tu cuando ores, entra en tu cuarto y ,echada la llave, haz tu oración a tu Padre, que mira lo secreto; y tu Padre, que está en lo secreto te premiará." (Mateo 6,5; Marcos 12, 38-40). Nos enseñó que debe haber unión entre la mente y la voz, "Este pueblo me honra con los labios, pero su corazón está lejos de mí" (Mateo 18,8). La oración que solo se hace con los labios está vacía, está muerta. Nos dijo que debíamos orar poniendo toda nuestra confianza en el Padre y con palabras breves.

"Cuando recéis, no charléis mucho, como los paganos, que se imaginan que por su mucha palabrería serán escuchados. No os parezáis a ellos, pues vuestro Padre ya sabe qué os hace falta antes de que se lo pidáis" (Mt 6,7-8). El Señor a través de la oración nos enseña a dejar los caminos del pecado y convertirnos a Él: "Os digo que, de igual modo, habrá más alegría en el cielo por un solo pecador que se convierta, que por noventa y nueve justos que no tengan necesidad de conversión" (Lc 15,7). A través de la oración, el Señor nos lleva a la salvación.

• **HERMANOS.** LOS INVITO A QUE USTEDES TAMBIÉN SE ENCUENTREN CON DIOS A TRAVÉS DE LA CONFESIÓN.

# El día que miré a Dios a los ojos

HERMANOS: SOY UNA MUJER JOVEN. DIOS ME PIDIÓ QUE SE LES COMPARTA ESTA PROFUNDA REFLEXIÓN SOBRE EL PODER DE LA CONFESIÓN... ESTE ES MI TESTIMONIO DE VIDA.

SOFÍA RAMOS  
redaccion@panoramacatolico.com

Desde pequeña siempre soñé con obtener grandezas. Grandeza en mis estudios, en mi trabajo, en el amor de pareja, en mis proyectos personales, en fin. Todo ese deseo de grandeza llegó acompañado del deseo de perfección en todo lo que hiciese en mi vida.

Mis padres siempre estuvieron presentes en este deseo de grandeza. Me apoyaron con una condición: que cualquier proyecto que emprendiera en mi vida debía ser llevado a cabo de la mano de Dios. Así fue como hice mi Primera Comunión, Confirmación, e incluso a los 15 años decidí entregarme al servicio de Dios como Catequista de Confirmación.

**Estemos dispuestos a pedirle perdón a Dios humildemente y así renovar nuestro corazón.**

Eventualmente empecé a crecer, me metí de lleno en mi trabajo, cayeron las responsabilidades, llegó el amor de pareja a mi vida y así fue como fui dedicándole cada vez menos tiempo a Dios. Abandoné el grupo de Confirmación, las oraciones hacia Él se hicieron escasas y el trabajo y mi pareja se convirtieron en mi vida entera.

Entonces, a los 27 años, cuando sufrí la peor ruptura amorosa de mi vida y tuve que renunciar a mi trabajo, sentí que mi mundo entero se había derrumbado. Caí en la depresión más grande de toda mi vida con la cual, inclusive, perdí el deseo de vivir.

Una tarde, entre lágrimas que no cesaban, mi mamá, preocupada, decidió llevarme al confesionario para que hablara con un sacerdote. Llegamos a la Iglesia del Carmen un poco antes de las 6:00 p.m. Dudosas de si algún sacerdote nos atendería para una confesión, nos sentamos a esperar. En medio de la espera, me embargó un sentimiento tremendo de culpa, ya que tenía más de ocho años sin confesarme.



**CONFIANZA.** Caminemos bajo la lluvia con el único paraguas que nos protegerá: DIOS.

Cuando llegó mi turno de entrar al confesionario, me arrodillé en el altar y al alzar la vista, quedé totalmente anonadada con lo que vi. No eran los ojos del sacerdote con quien yo esperaba encontrarme, sino los genuinos ojos de Dios. Lo supe porque una fuerza electrificante inexplicable conquistó mi cuerpo entero. Fue tan intensa que empecé a llorar sin parar.

Sentí mucha vergüenza, pero me permití disfrutar su mirada. Sus ojos son nobles, apacibles, cariñosos, cálidos, no quiere juzgar a nadie. Mientras lo observaba, hice silencio y Él se quedó esperando pacientemente hasta que yo empezara a hablar.

Quise gritarle mis problemas. Transmitirle mi agonía. Pedirle auxilio. Rogarle misericordia y que me sacara del fondo del abismo en el que me encontraba. Pero lo único que salió de mi boca fue: «Perdón». «Perdón porque te fallé». «Perdón porque me alejé de ti». «Perdón porque no merezco pedirte nada». «Perdón porque me estás mirando a los ojos y mis ojos no son dignos de Ti». «Perdón porque últimamente no he querido vivir y Tú me regalaste la vida para cumplir con un propósito».

Y Dios, recibiendo mis lágrimas de profunda agonía, sonrió y dijo: «¿Crees que tus

pecados son más grandes que el amor que te tengo? Tus pecados son un granito de arena y mi amor por Ti es el océano entero».

No necesité un abrazo de su parte. No necesité sentir su tacto. No necesité nada material. Nada terrenal. Su presencia, palabras y mirada fueron suficientes para hacerme sentir que muy pronto todo estaría bien.

El tiempo que conversamos fue largo, pero al mismo tiempo corto. Quería seguir hablando con Él, pedirle que continuara enseñándome más. No obstante, también sentí que no sería la última vez que conversaría con él o que lo viera y me reconfortara con su sonrisa.

Al final, cuando ya no me quedaban más lágrimas ni palabras de arrepentimiento, Él terminó nuestra conversación con lo único que mi corazón anhelaba escuchar: «Bienvenida de vuelta a casa, hija». Y desde entonces no he abandonado su casa.

Queridos hermanos: Los invito a que ustedes también se encuentren con Dios a través de la confesión. Porque todos tenemos tormentas en nuestro corazón. Sin embargo, esta vida no se trata de que las tormentas cesen. Se trata de aprender a caminar bajo la lluvia con el único paraguas que jamás permitirá que las gotas nos empapen: Él.

• **MISIONEROS.** RECORRIERON EL CAMINO DE UNA VIDA MISIONERA POR EL BIEN DE LOS MÁS DESPROTEGIDOS.

# Congregación del Santísimo Redentor: 287 años anunciando la Redención Copiosa

SAN ALFONSO FUNDA EL 9 DE NOVIEMBRE DE 1732, LA CONGREGACIÓN DE MISIONEROS DEL SANTÍSIMO SALVADOR, LLAMADA MÁS TARDE DEL SANTÍSIMO REDENTOR.

BOSCO J. RODRÍGUEZ A., C.S.S.R.  
redaccion@panoramacatolico.com

San Alfonso, inspirado por Dios e iluminado por las luces de fuego del Espíritu Santo, movido por la Palabra de Dios y con un gran corazón de pastor, de celo apostólico, funda bajo un clima de oración profunda en la ciudad elevada de Scala, cerca de las costas de Amalfi, la Congregación de Misioneros del Santísimo Salvador, llamada más tarde, en 1749, del Santísimo Redentor. Era el memorable día del 9 de noviembre de 1732.

**La Congregación del Santísimo Redentor fue aprobada por la Santa Sede el 25 de febrero de 1749.**

Para la fundación del nuevo Instituto Misionero, san Alfonso se vio rodeado de gente llena de Dios que le acompañó con oraciones. La historia menciona a la beata María Celeste Crostarosa y a un grupo de hombres de recia espiritualidad que iniciaron junto a san Alfonso el camino de una vida misionera por el bien de los más desprotegidos. Aquellos primeros redentoristas fueron: Giovanni Mazzini, Vincenzo Mannarini, Pietro Romano, Giovanni Battista de Donato, Silvestro Tósquez, César Sportelli, Tomás Falcoia y Vito Curzio.

Sin duda alguna, san Alfonso fue un hombre inspirado por el Espíritu Santo, quien confió en la providencia de Dios. Esta fe lo llevó a la obediencia, porque en ella está la bendición. Su fe y obediencia lo mantuvieron en unión fraterna con los pastores de la Iglesia, el papa y los obispos, y él, más tarde, se convirtió en obispo de la diócesis de Santa Agueda de Los Godos. Ese amor a la Iglesia y a sus pastores lo vemos reflejado en todo su ministerio apostólico, impregnado de humildad y sencillez. Así lo leemos en el "Suplex



**SANTIDAD.** Sin duda alguna, san Alfonso fue un hombre inspirado por el Espíritu Santo.

Libellus", al solicitar al papa la aprobación del nuevo instituto religioso y describir el estado en que se encontraba ya la fundación: "Santísimo Padre, este es el estado en que se halla esta nueva obra. Pero si Su Santidad no se digna a concederle su aprobación apostólica, la misión no podrá continuar su feliz desarrollo. Por lo que el suplicante y sus compañeros, postrados a sus pies, por el amor que Su Santidad demuestra por la gloria de Jesucristo y por la salud espiritual de tantos pobres campesinos, que son los hijos más desamparados en la Iglesia de Dios, le suplican se digne

a conceder su consentimiento apostólico". La Congregación del Santísimo Redentor fue aprobada por la Santa Sede el 25 de febrero de 1749.

Sin duda alguna, la personalidad de san Alfonso María de Ligorio es impresionante, su corazón estaba hecho de celo apostólico y amor a los más necesitados; eso se propuso en su programa como sacerdote el 21 de diciembre de 1726 cuando fue ordenado: "La Santa Iglesia me honra; yo debo honrar a la Iglesia con la santidad de vida, con celo, con el trabajo, con el decoro".

## ! Cada día su afán

### La Basílica de Letrán



P. José-Román  
Flecha Andrés

El día 9 de noviembre se celebra la dedicación de la basílica del Salvador, más conocida como la basílica de San Juan de Letrán, en Roma.

¿Qué tiene de importante ese templo? Reconstruido una y otra vez en forma basilical, conserva reliquias de santos y monumentos papales. Un fresco atribuido al Giotto recuerda el primer jubileo, el del año 1300. En las pilastras de la nave central sobresalen las enormes estatuas de los doce apóstoles. Y más allá del baldaquino gótico, nos asombra el gran mosaico del ábside, presidido por el medallón del Salvador.

**Nuestros hermanos son atormentados por el hambre y la injusticia.**

Pero más que por las obras de arte, la basílica de Letrán es significativa por ser la catedral del obispo de Roma. Es la "cabeza y madre de todas las Iglesias de la Urbe y del orbe". Así lo proclama una enorme cartela en la base de una de las columnas de la fachada.

Este templo resume en sí la importancia de todas nuestras catedrales. Algunas son humildes como las que vemos en tierras de misión. Otras, como la catedral de León, son una magnífica sinfonía de luz y de color.

Todas ellas son importantes por ser el templo y la sede del obispo y el centro espiritual de la iglesia local. En la catedral oímos la enseñanza del sucesor de los apóstoles, oramos como pueblo de Dios, nos reunimos con la comunidad diocesana y programamos los servicios de la caridad.

Al celebrar la dedicación de la basílica del Salvador y de la iglesia catedral de nuestra diócesis, recordamos las palabras proféticas de Jesús: "Destruíd este templo y en tres días lo levantaré".

• **POSIBLE EMBALSE.** LA AUTORIDAD DEL CANAL DE PANAMÁ DICE QUE SOLO QUIERE DIALOGAR, QUE NO SE TRATA DE REASENTAMIENTO NI CON

# ¿Qué es lo que está pasando

El administrador de Proyectos y Capacidad Hídrica de la Autoridad del Canal de Panamá, Daniel M. Muschett Ibarra, indica en una misiva dirigida a Monseñor José Domingo Ulloa Mendieta, Arzobispo Metropolitano de Panamá que esta entidad solo ha sido instruida para desarrollar estudios en el área. “No se trata pues de construcciones ni de reasentamientos forzados, y menos acciones para beneficiar a compañías internacionales”. Desde el año 2017, ACP ha realizado y documentado más de 80 actividades de comunicación, entre reuniones comunitarias e intercomunitarias, conversatorios y otras acciones con diferentes actores de la Cuenca en las que han participado más de 4 mil habitantes distribuidos en toda la cuenca, la cual comprende parte de las provincias de Coclé, Colón y Panamá Oeste”.



PRIMEROS PASOS. Jornada informativa en la comunidad El Limón de Chagres.



ALCANCE. En la comunidad de Boca de Río Indio se trató de llegar a la mayor cantidad de personas posible.

EDUARDO SOTO P.  
esoto@panoramacatolico.com

Sí, existe un Plan de Acción de Reasentamiento (PAR) para las poblaciones en la cuenca del río Indio, y su propósito es lograr consenso para un eventual futuro, y no para un presente de alarma.

Así lo asegura Daniel Muschett Ibarra, administrador de Proyectos de Capacidad Hídrica de la Autoridad del Canal de Panamá.

Lo que se busca con el plan es establecer mesas de diálogo en zonas estratégicas, “para promover la participación de los hogares y personas que pudieran resultar afectadas”, en caso del desarrollo de un embalse en el área, señaló Muschett.

El funcionario explicó que para el establecimiento de las mesas, el área de estudio fue dividida en 9 zonas estratégicas, facilitando la accesibilidad de los moradores de todos los lugares poblados a una zona céntrica de encuentro, para llevar a cabo las reuniones.

- Zona 2, San Cristóbal
- Zona 3, Los Uveros
- Zona 4, Tres Hermanas
- Zona 5, Boca de Uracillo
- Zona 6, El Limón de Chagres
- Zona 7, Cirí de Los Sotos
- Zona 8, El Congo
- Zona 9, Pueblo Nuevo.

conformadas por voceros, escogidos de manera espontánea y voluntaria por las propias comunidades, según “criterios establecidos” que no explicó; otras cuatro (4) se conformaron a través de asamblea; y una mesa no se conformó por rechazo de los participantes al proyecto.

Algunos poblados no han designado voceros, por lo que la ACP espera que se sumen más adelante.

## Soledad y abandono

Se ha mirado la cuenca del río Indio por ser ideal y cercana a la del Canal, lo que permite llevar agua hacia la vía, que ya presenta problemas de abastecimiento.

La ACP asegura que en todo momento se han atendido de forma oportuna, las inquietudes de los moradores durante las 82 reuniones informativas realizadas en el área.

Estas zonas son:  
• Zona 1, Coquillo de Uracillo

Según explicó Muschett, de las 9 zonas, 4 mesas de diálogo fueron



STRUCCIÓN DE EMBALSES EN ESTE MOMENTO

# en la cuenca del río Indio?



LOS UVEROS. Personal de la Autoridad del Canal explica algunos detalles del proyecto.

Es un sector deprimido, donde el Estado poco se hace presente. Salud, educación, movilidad y bienestar son palabras extrañas para los campesinos que llevan décadas y décadas valiéndose por sí mismos.

Con eso se encontraron los 18 funcionarios de la oficina del Proyecto de Capacidad Hídrica de la ACP, quienes llegaron a hacer estudios y ejecutar acciones para mejorar las condiciones de vida.

Empezaron con una serie de proyectos agroforestales y silvopastoriles, y la introducción de nuevos métodos y variedades para incentivar la producción de café, proyectos apícolas, instalación de módulos para la cría de codornices,

programas de educación ambiental e instalación de paneles solares en las escuelas, proyectos de monitoreo y conservación de la biodiversidad de la cuenca, fortalecimiento de

**2**  
años de estudios

y de relacionamiento con la comunidad, es lo que hasta ahora se ha desarrollado en la cuenca del río Indio, señala la Autoridad del Canal de Panamá. No se trata de acciones de reubicación ni desalojo alguno, advierten.

**70**  
comunidades

se estarían afectando con los embalses, según denuncia la Coordinadora Campesina por la Vida, la que también advierte que la mayoría de estos pobladores tienen decenas de años de estar trabajando estas tierras.

capacidades para el trabajo, mejoras de acueductos rurales, entre otras acciones de las cuales se han beneficiado más de 3 mil 300 personas entre productores, estudiantes, docentes, usuarios de los sistemas de agua, entre otros.

Los especialistas que llevan adelante estas acciones están trabajando en diferentes frentes, principalmente las relaciones comunitarias, y el monitoreo de las actividades de gestión ambiental.

Según Muschett, la prioridad es propiciar “el diálogo basado en la comunicación, respeto y transpa-

rencia para alcanzar el beneficio mutuo; y la prevención y mitigación de posibles situaciones de conflicto”.

## Resistencia

En el otro lado están los pobladores, la mayoría agrupados en la Coordinadora Campesina por la Vida, quienes aseguran que están siendo engañados. No quieren participar en ninguna de las 9 mesas, y prefieren un debate nacional y ampliado.

Temen perder lo único que les da sentido: sus tierras y modo de vida.

## Los estudios

• **Línea base ambiental y socioeconómica.** Incluye un levantamiento general de información de toda la cuenca y detallado en las comunidades que pudieran resultar afectadas, para el diseño de alternativas de reasentamiento y/o compensación. Se toma en cuenta la opinión de los afectados.

• **Batimetría.** Una embarcación con equipo especial recorre el río y obtiene datos sobre la profundidad y la forma del cauce, y evalúa el caudal ambiental, la capacidad de navegación, la prevención de la contaminación, y el control de inundación.

• **Arqueológico.** Se actualizan estudios previos, y se inician actividades de rescate, restauración y conservación.

• **Calidad del agua.** Se podrán determinar factores o fuentes que estén impactando o puedan impactar el recurso hídrico. Incluye los afluentes y aguas subterráneas.

• **Diseño conceptual.** Estudios geotécnicos, hidrológicos y topográficos, así como de campo de lo que podría ser un reservorio multipropósito, con su sistema de presas y un túnel de trasvase de agua hacia el Canal. Este estudio inició en septiembre de 2018 y finaliza en mayo de 2020.

## Panamá se adelanta 13 años en lo que a consumo de agua se refiere



AGUA. El IDAAN utiliza agua que le da la ACP.

REDACCIÓN. El problema está en cuánta agua consumen los panameños. La ACP inició un plan de adecuaciones y ampliaciones para producir 363 millones de galones diarios en 2025 a partir de sus embalses, pero la población rebasó el pronóstico de consumo en el año 2012 y sigue subiendo.

Según la ACP, para el área metropolitana se ha identificado una nueva fuente

en el río Bayano, y de construirse una potabilizadora se abastecería el área Este, y se dejaría de sacar del embalse Alhajuela, que solo atendería los sectores Sur y Norte de la ciudad.

Si se cristaliza lo del embalse en el río Indio, se garantizará el consumo humano e industrial, sin afectar las actividades del Canal.

2017

En septiembre inician los estudios socioeconómicos y ambientales en la cuenca del río Indio.

2019

El 10 de octubre se realiza la más reciente reunión informativa en la comunidad de Santa Rosa No. 1.

2020

En febrero de este año debe culminar el Estudio de Impacto Ambiental, en la cuenca del río Indio.

• **PANAMEÑOS.** LA PATRIA ES VIDA, HISTORIA, NATURALEZA, CULTURA, AMOR Y DOLOR, ES PRESENTE, PASADO Y FUTURO...

# Espiritualidad y patria

LA ESPIRITUALIDAD CRISTIANA, QUE NACE DEL EVANGELIO RECIBIDO Y VIVIDO CON FE, TIENE MUCHO QUE VER CON LA VIDA, LA REALIDAD, LA HISTORIA.

MIGUEL A. KELLER OSA  
redaccion@panoramacatolico.com

Las fiestas patrias, tan importantes y celebradas en Panamá, nos ofrecen la oportunidad de una reflexión sobre la relación entre patria y espiritualidad. Comencemos por aclarar que esa relación existe, por supuesto, y debe existir. A no ser que confundamos espiritualidad con “espiritualismo” vacío e intimista, la espiritualidad cristiana, que nace del Evangelio recibido y vivido con fe, tiene mucho que ver con la vida, la realidad, la historia, y toda la complejidad que implican: relación con Dios, con los demás y conmigo mismo; actitudes ante la

**¡Viva Panamá, que amemos de verdad nuestra Patria y que Sta. María La Antigua interceda por nosotros!**

familia, el trabajo, la economía, la política, los medios de comunicación social; valores y criterios fundamentales de la cultura...

No se puede, entonces, pensar en la espiritualidad sin pensar también en la patria; ni pensar en la patria al margen de la espiritualidad. Y al plantearnos este tema, seguramente todos estaríamos de acuerdo en afirmar que para los cristianos el amor a la patria es algo fundamental, tanto como el amor a la familia o a la madre. Es muy cierto, pero es preciso entenderlo bien. Lo que exige profundizar en lo que significa la patria y, sobre todo, no confundir patriotismo con “patrioterismo”. Les invito a detenernos en esta doble reflexión.

*“La Patria es el recuerdo... Pedazos de la vida / envueltos en jirones de amor o de dolor; / la palma*



*rumorosa, la música sabida, / el huerto ya sin flores, sin hojas, sin verdor...”, (R. Miró)*

La patria no es sólo un territorio, es vida, historia, naturaleza, cultura, amor y dolor, es presente, pasado y futuro... Pero es sobre todo las personas, las relaciones humanas, la organización de la convivencia, los derechos humanos, la búsqueda del bien común. Es sentirse y ser “panameño”, en casa, cercano y unido a los demás, constructor en fraternidad de un proyecto común, defensor de la paz y la vida digna para todos sin excepción. Es “tierra, techo y trabajo”, en el orden material, y es “presencia, comunión y misión” para construir un futuro mejor, como Francisco ha sintetizado en varias ocasiones y hablando en diversas naciones.

También el Papa ha advertido de los

peligros de un amor a la patria exagerado y desviado, que confunde el patriotismo con el “patrioterismo”, que se transforma en exclusión e incluso en odio a los demás, que conduce a un nacionalismo cerrado y conflictivo, que construye muros y fomenta el racismo y la xenofobia, rechazando al que es diferente y culpando de todos los males al extranjero.

¿Cómo es el patriotismo panameño? ¿Cómo se entiende? ¿Desde la tradición cristiana de nuestro pueblo que inspira fraternidad, ayuda mutua, compartir en lo material y lo espiritual, respetar los valores humanos de nuestra cultura?

Todas las culturas tienen aspectos positivos y otros que deben mejorarse. El pueblo panameño tiene, con razón, fama de ser un pueblo unido, noble y acogedor; alegre y con sentido comunitario. Pero al mismo

tiempo no deja de sentir la tentación de actitudes poco humanas y poco cristianas. Como el olvidar que Dios creó el mundo y las fronteras las inventamos nosotros. Como “el yo soy así”, que intenta justificar cualquier defecto inaceptable. Como el dejarse llevar por el consumismo materialista del “goza la vida panameño”. Como el paternalismo de que los demás, Dios o el Estado (antes los “gringos”) son quienes tienen que resolver los problemas. Como el “Panamá para los panameños”. Como el desprecio mal disimulado con el que a veces hablamos de negros, chinos, cholos o indios...

Que en el mes de la Patria retomemos nuestros más auténticos valores humanos y cristianos. Que desenmascaremos el falso patriotismo contaminado por el “patrioterismo” o por intereses egoístas e ideológicos. Que fomentemos el auténtico amor a la patria y el verdadero patriotismo. Quizás, además de la alegría optimista y la oración sincera, podemos celebrar este mes preocupándonos de algunos aspectos concretos, y ayudando a que mejore nuestra Patria:

- La inequidad económica, injusta distribución de la riqueza, una de las peores de América Latina.

- El porcentaje de niños nacidos fuera de un matrimonio estable, verdadera hipoteca para el futuro de la familia y la sociedad.

- El irrespeto a la naturaleza y a los pueblos originarios, por la deforestación y los proyectos mineros e hidroeléctricos que anteponen intereses comerciales al bien común.

- La corrupción generalizada, especialmente grave cuando se apodera de la administración de la justicia.

- El cáncer de la Asamblea, en cuyas manos no puede dejarse de ningún modo la reforma constitucional.

- Los problemas de educación, sanidad, alimentación, agua, violencia y seguridad

- Las crisis migratorias y el desafío de la integración intergeneracional.

¡Viva Panamá, que amemos de verdad nuestra Patria y que Sta. María La Antigua interceda por nosotros!

**Doctrina social  
de la Iglesia**

**IV. LOS DERECHOS HUMANOS**

**c) Derechos y deberes**



**156** Inseparablemente unido al tema de los derechos se encuentra el relativo a los deberes del hombre, que halla en las intervenciones del Magisterio una acentuación adecuada. Frecuentemente se recuerda la recíproca complementariedad entre derechos y deberes, indisolublemente unidos, en primer lugar en la persona humana que es su sujeto titular. Este vínculo presenta también una dimensión social: « En la sociedad humana, a un determinado derecho natural de cada hombre corresponde en los demás el deber de reconocerlo y respetarlo ». El Magisterio subraya la contradicción existente en una afirmación de los derechos que no prevea una correlativa responsabilidad: « Por tanto, quienes, al reivindicar sus derechos, olvidan por completo sus deberes o no les dan la importancia debida, se asemejan a los que derriban con una mano lo que con la otra construyen ».

**El nuevo Plan Pastoral ... La Iglesia que soñamos**

**Lo que le está pasando a nuestra casa**

LAMENTABLEMENTE, MUCHOS ESFUERZOS PARA BUSCAR SOLUCIONES CONCRETAS A LA CRISIS AMBIENTAL SUELEN SER FRUSTRADOS NO SÓLO POR EL RECHAZO DE LOS PODEROSOS, SINO TAMBIÉN POR LA FALTA DE INTERÉS DE LOS DEMÁS.

**P. LUIS NÚÑEZ/EDAP**  
redaccion@panoramacatolico.com

El papa Francisco en la Laudato Sí nos propone a san Francisco de Asís como el ejemplo por excelencia del cuidado de lo que es débil y de una ecología integral, vivida con alegría y autenticidad, quien manifestó una atención particular hacia la creación de Dios y hacia los más pobres y abandonados.

La exposición a los contaminantes atmosféricos produce un amplio espectro de efectos sobre la salud, especialmente de los más

**Todos podemos colaborar como instrumentos de Dios para el cuidado de la creación.**

pobres, provocando millones de muertes prematuras. A ello se suma la contaminación que afecta a todos, debido al transporte, al humo de la industria, a los depósitos de sustancias que contribuyen a la acidificación del suelo y del agua, a los fertilizantes, insecticidas, fungicidas, controladores de malezas y agrotóxicos en general.

También hay que considerar la contaminación producida por los residuos, incluyendo los desechos peligrosos, presentes en distintos ambientes. Se producen cientos de millones de toneladas de residuos por año, muchos de ellos no biodegradables: residuos domiciliarios y comerciales, residuos de demolición, residuos clínicos, electróni-



**Tarea**

**ACCIÓN SIGNIFICATIVA:**

Promover el cuidado de la casa común, organizando huertos familiares, reciclando y reforestando nuestra comunidad.

cos e industriales, residuos altamente tóxicos y radioactivos.

Hay un consenso científico muy consistente que indica que nos encontramos ante un preocupante calentamiento del sistema climático. En las últimas décadas, este calentamiento ha estado acompañado del constante crecimiento del nivel del mar, y además es difícil no relacionarlo con el aumento de eventos meteorológicos extremos, más allá de que no pueda atribuirse una causa científicamente determinable a

cada fenómeno particular.

El desafío urgente de proteger nuestra casa común incluye la preocupación de unir a toda la familia humana en la búsqueda de un desarrollo sostenible e integral, pues sabemos que las cosas pueden cambiar. El Creador no nos abandona, nunca hizo marcha atrás en su proyecto de amor, no se arrepiente de habernos creado. La humanidad aún posee la capacidad de colaborar para construir nuestra casa común (cf. Laudato Sí, Papa Francisco).

**Dirección Espiritual Autoconfianza**

Bosco José Rodríguez Alvarado, Redentorista / redaccion@panoramacatolico.com



**Y**o siempre he sido una mujer agradecida, y me exigí siempre en todo, desde estudios hasta en el empleo. Después que me sometí a una cirugía me despidieron, y de allí todo ha cambiado en mi vida. Tanto, que ya no me siento comprendida en mi hogar. Es más, mi esposo me dijo que me llevaré al psiquiatra porque según él ando

desequilibrada. Ahora me siento tan insegura y deseo clamar a Dios para que me diga qué hacer, porque me provoca huir y dejar todo atrás.

**Respuesta**

¿A qué tipo de cirugía se sometió usted?  
¿Estética, plástica, reparadora, mayor o menor?

El evento de esa cirugía marcó un 'antes' y un 'después' en su vida emocional y familiar. Es muy cierto que afecta mucho a nivel emocional perder el empleo. Dice no sentirse comprendida en su hogar. ¿Ha habido discusiones o reclamos por parte de su esposo por la situación que se está viviendo? Usted necesita una buena dosis de autoconfianza. ¿Y qué es la autoconfianza?

Es creer en nosotros mismos. Para el desarrollo de la autoestima como para su crecimiento personal, existe una necesidad básica que es la de confiar en usted misma. Porque en la autoconfianza reside el impulso, dicen los entendidos, que hace crecer y enriquecer la vida ante la diversidad de experiencias, sean positivas o negativas.

# Que los interlocutores de la catequesis sean siempre los primeros protagonistas

ES IMPORTANTE QUE LOS CATEQUIZANDOS SE CONVIERTAN EN PROTAGONISTAS DE SU PROPIO CRECIMIENTO EN LA FE. SE LOGRA CON DINÁMICAS QUE DESARROLLAN EL PENSAMIENTO CRÍTICO Y SUSCITAN IDEAS Y SENTIMIENTOS.

COMISIÓN ARQUIDIOCESANA DE CATEQUESIS  
redaccion@panoramacatolico.com

El Catequista realiza muchas funciones para educar en la fe y una de ellas es la de ser el animador del grupo de catequesis más que el maestro que enseña, porque la educación en la fe es llevar el Evangelio al corazón del catequizando. Las dinámicas de grupo precisamente facilitan el aprendizaje vivencial; por ello, el Catequista necesita conocer y aplicar los principios de la animación grupal.

Las técnicas de grupo no deben ser consideradas como fines en sí mismas, sino como medios que facilitan el logro de los objetivos.

Lo primero que debe realizar el Catequista es formular con claridad los objetivos de cada encuentro grupal. Luego, orientar las actividades para el logro de dichos objetivos. Durante el desarrollo del encuentro, fomenta la cordialidad en las relaciones interpersonales, el respeto y la confianza del grupo. Además, debe animar la participación activa de los miembros del grupo, especialmente aquellos que tienden a quedarse callados, siempre con mucha gentileza y cariño. Debe esforzarse para que prevalezca un clima afable y cortés, evitando los conflictos que pudieran surgir en la exposición de las líneas de pensamiento de cada miembro del grupo. Por último, debe conocer y aplicar con sabiduría las técnicas



PRINCIPIO. El Catequista debe formular con claridad los objetivos de cada encuentro grupal.

## Luces

### Las dinámicas favorecen la asimilación del mensaje cristiano

Enriquecen el proceso catequístico y permiten a los catequizandos convertirse en protagonistas de su propio crecimiento en la fe.

de animación grupal.

Muy importante es tener presente que las técnicas de grupo no deben ser consideradas como fines en sí mismas, sino como medios que facilitan el logro de los objetivos. Tampoco son para entretener a

los muchachos, ni para hacer más divertida la reunión, como si se tratara de un juego solamente.

Existen diversos tipos de dinámicas y es importante elegir las más apropiada para cumplir los objetivos propuestos. Para esto, hay que tomar en cuenta, además de los objetivos, el tamaño del grupo y sus características; por ejemplo, el nivel académico, la edad, el ambiente físico y cualquier situación específica de los miembros del grupo.

El animador debe explicar claramente la técnica que se va a utilizar y el propósito que se quiere lograr. Si por algún motivo, algún miembro del grupo muestra renuencia a participar, se le debe permitir actuar como observador; quizá se anime más adelante a participar. Es importante calcular el tiempo para el desarrollo de la técnica de animación, para no sobrepasarse.

## Catecismo de la Iglesia Católica

### La Inmaculada Concepción

**490** Para ser la Madre del Salvador, María fue "dotada por Dios con dones a la medida de una misión tan importante" (LG 56). El ángel Gabriel en el momento de la

anunciación la saluda como "llena de gracia" (Lc 1, 28). En efecto, para poder dar el asentimiento, libre de su fe al anuncio de su vocación, era preciso que ella estuviese totalmente conducida por la gracia de Dios.



## Cápsulas DERECHO CANÓNICO PADRE JUAN BAUTISTA SOLÍS ESPINO

### LA LIBERTAD RELIGIOSA EN EL DERECHO CANÓNICO

El canon 748 § 1 señala: Todos los hombres están obligados a buscar la verdad en aquello que se refiere a Dios y a su Iglesia y, una vez conocida, tienen, por ley divina, el deber y el derecho de abrazarla y observarla. § 2. A nadie le es lícito jamás coaccionar a los hombres a abrazar la fe católica contra su propia conciencia.

Para comprender la doctrina católica de la libertad religiosa, es importante la Declaración Dignitatis humanae sobre el derecho de libertad religiosa. Según este documento, la libertad religiosa tiene como fundamento la naturaleza misma de la persona y consiste en que todos los hombres deben estar inmunes de coacción de tal manera que en materia religiosa ni se obligue a nadie a obrar contra su conciencia ni se le impida que actúe conforme a ella.

Obsérvese que el planteamiento del documento eclesialístico es distinto al de las declaraciones civiles de derechos humanos. En ellas, se muestra al Estado neutral ante las diversas religiones. Ciertamente sería un abuso que un Estado se entrometiera en materia religiosa o decidiera cuestiones doctrinales o morales. Por eso, su posición debe ser la de neutralidad. La Iglesia, en cambio, no es ni puede ser neutral, eso sería ciertamente una forma de relativismo e indiferentismo religioso, inadmisibles en la Iglesia. Esta no es neutral ante la verdad religiosa, considera que ya la tiene e intenta que todos los hombres se adhieran libremente a ella. Por eso, el principio de libertad religiosa se establece en la doctrina de la Iglesia como derecho de la persona a buscar la verdad en materia religiosa e inmunidad frente a los poderes civiles. Ni el Estado ni ninguna otra autoridad es competente para determinar coactivamente las opciones religiosas de los ciudadanos. Sin embargo, la libertad religiosa debe ser promovida y tutelada por las autoridades civiles como los demás derechos humanos sin discriminación alguna. Pero ésta tiene sus límites, que son aquellos necesarios para garantizar la paz, la justicia y los derechos de todos, la moralidad y la salud pública.



**Depósito Plazo Fijo**  
**al mejor interés del mercado**

...Ahorrando en **COOPEDUC**  
aseguras tu **bienestar.**



Tel: 260-1944  
www.coopeduc.com  
info@coopeduc.com  
Línea Gratuita: 800-1944

CONCIENCIA VERDE  
Sin planeta, no hay mañana

Acompáñanos en: 



**COLEGIO NUESTRA SEÑORA DE BETHLEM**  
Las Cumbres, Vía Las Lajas

Matriculas Abiertas 2020



Contamos con:

- Inglés Dyned
- Robótica e Informática
- Matemáticas y Ciencias método Singapur
- Modernos equipos y laboratorios
- Clases de piscina y folklor

Tel. 268-0033 / 4500 / 0547  
6586-1164  
www.colegiobethlemitas.com

Instagram: @bethlemitas.panama  
Facebook: @colegiobethlemitaspanama



**Monte Alverna**  
Casa de Retiro Espiritual

Les invita a celebrar el mes de  
la Patria con  
**ALMUERZO TÍPICO Panameño**



**15 de Noviembre**

Desde las 11:30 a.m. hasta las 3:00 p.m.

Brindamos Servicios de Hospedajes y Reservas para Eventos Especiales

CONTACTENOS AL 229-7114 / 6088-5821  
e-mail: reservas@montealvernapanama.org

 / montealvernapanama

Ubicación: Bethania, Brda. Miraflores, arriba de la Parroquia San Antonio De Pauda

**CURSO BÍBLICO: LUZ EN MI CAMINO**

# La autoridad de Jesús

¿QUIÉN ES ESTE HOMBRE QUE DICE: “¡ÁNIMO HIJO, TUS PECADOS TE SON PERDONADOS!”?

ESCUELA DE PASTORAL BÍBLICA  
redaccion@panoramacatolico.com

La gente no se podía quedar indiferente ante la presencia de Jesús, lo que hablaba, enseñaba, ordenaba, curaba y perdonaba. Todos, incluidos sus parientes, seguidores y hasta autoridades debieron en algún momento hacerse la pregunta: ¿Quién es este hombre?

**Jesús hablaba de Dios y de su Reino con sencillez y familiaridad, pero con autoridad.**

Para el pueblo de Israel, los milagros no eran extraños: el éxodo, la toma de Jericó, la conquista, etc. Por ello, comparados con las plagas de Egipto, el paso del Mar Rojo, debió parecer que los milagros de Jesús eran cosas sencillas, pero paradójicamente, en eso estaba justamente la grandeza de lo que hacía: no era el hecho material en sí, sino la autoridad de Jesús lo que llamaba la atención.

“¿Qué es esto? ¡Una doctrina nueva, expuesta con autoridad! Manda hasta a los espíritus inmundos y le obedecen” (Mc 1,27).

Jesús hablaba de Dios y de su Reino con sencillez y familiaridad. Nuevamente, lo diferente de Jesús no estaba en las cosas



JESUS. Predicaba con amor y también con autoridad.

extraordinarias que decía o que hacía, sino en su manera personal de hacerlas. Cuando hablaba de Dios decía Abba (que significa papá, papacito, siendo una expresión de cariño, de cercanía y de infinito amor). Nadie, antes de Jesús, llamó al Padre de esa manera.

Jesús también llamaba la atención al perdonar los pecados, lo que para el pueblo de Israel solo Dios podía hacer y en varias ocasiones se colocó por encima de Moisés (p.e. el Sermón de la Montaña). Por eso, los fariseos decían que blasfemaba.

No vino pues, como Él mismo dijo, a cambiar la Ley; pero dio nuevas interpretaciones al sábado (Mc 2,27), a las tradiciones de lo puro y lo impuro (Mc 7) y al divorcio (Mt 19,1-9), sobresaliendo la misericordia de Dios (Jn 8,3-11).

## También fue muy exigente

Debían dejarlo todo atrás para seguirlo; amarlo más que a sus padres; confesarlo ante los hombres; estar dispuestos a dar testimonio de Él hasta la muerte y para algunos, renunciar al matrimonio.

Pero Jesús también respetaba la libertad de los hombres. Era una personalidad que

motivaba contradicciones entre los del pueblo: para unos, el Hijo de Dios; en tanto que para otros estaba loco y poseído por un demonio.

No vino para ser un general, un rey, un investigador o un inventor, sino a traernos el Reino de Dios.

**Jesús llamaba la atención por la exigencia que ponía a sus discípulos.**

## Exhortación Apostólica “Gaudete et Exsultate”: Alegría y sentido del humor (122-128)

El mal humor no es un signo de santidad. El santo es capaz de vivir con alegría y sentido del humor, iluminando a los demás con un espíritu positivo, pero sin perder el realismo.

No se trata de la alegría consumista e individualista que empacha, producto del placer y no del gozo; sino que se refiere más bien a la alegría que se vive en comunión, en la que al final el amor fraterno multiplica nuestra capacidad de gozo.

Si dejamos que el Señor nos saque de nuestro caparazón y nos cambie la vida, entonces podemos hacer realidad lo que pedía

San Pablo a los Filipenses: “Alegraos siempre en el Señor, os lo repito, alegraos”.

A nosotros Jesús nos da una seguridad: “Estaréis tristes, pero vuestra tristeza se convertirá en alegría... Volveré a veros, y se alegrará vuestro corazón, y nadie os quitará vuestra alegría” (Jn 16, 20.22).

Hay momentos duros, tiempos de cruz, pero nada puede destruir la alegría sobrenatural, aquella que es seguridad interior, una serenidad esperanzada que brinda satisfacción espiritual incomprensible para los parámetros mundanos.



## Piedad Lectio Divina

Lc 20,27-38

I. LEER

**Se acercaron a Jesús unos saduceos**, de los que no creen en la resurrección, y para ponerlo a prueba le preguntaron: Maestro, Moisés nos dejó escrito que si a uno se le muere un hermano casado y sin hijos, debe tomar a la mujer para dar descendencia a su hermano. Eran siete hermanos, el primero tomó mujer, pero murió sin dejar hijos; la tomó el segundo, luego el tercero y murieron los siete, sin dejar hijos. En el día de la resurrección ¿de quién será esposa esta mujer que estuvo casada con los siete hermanos?

II. Meditar

**No sabemos con certeza en qué consistirá la resurrección**, pero podemos confiar en Dios, porque todo lo que venga de Él es bueno para nosotros. ¿Por qué tenemos que suponer que la vida eterna será tan limitada como ésta? La fe nos invita a creer más allá de lo que vemos.

III. Orar

**Gracias Señor** por tu amor y esperanza dichosa en la consolación eterna.

IV. Contemplar

**Vivir siempre** en la amistad de Dios.

## Para reflexionar

Reflexiona en los siguientes temas:

- ¿Quién es Jesús en tu vida?
- ¿Eres consciente de los milagros que a diario hace Jesús en tu historia?
- No olvides que la alegría cristiana está acompañada del sentido del humor.
- ¿Cómo puedes vivir desde ahora la realidad de la resurrección?

Fuente: **Compilación del Equipo de formación de la Escuela de Animación Bíblica Edificio San Pablo a un costado del Arzobispado - Apartado 0816-01947 Tel.: 282-6580**

E-mail: [epabipty@arquidiocesisdepanama.org](mailto:epabipty@arquidiocesisdepanama.org)

**Comentario Litúrgico** Domingo XXXII del Tiempo Ordinario

**Liturgia de la Palabra**

**Primera lectura:**

**2Macabeos 7, 1-2. 9-14**

El rey del universo nos resucitará para una vida eterna.

**Salmo: 16**

Al despertar me saciaré de tu semblante, Señor.

**Segunda lectura:**

**2Tesalonicenses 2, 16 – 3, 5**

El Señor os dé fuerza para toda clase de palabras y de obras buenas.

**Evangelio: Lucas 20, 27-38**

No es Dios de muertos, sino de vivos.

# Dios quiere para ti la vida eterna, lo infinito



**LA PALABRA DE AYER**

**Primera lectura: Segundo Libro de Macabeos 7:1-2,9-14.**

Esta lectura se sitúa en el Siglo Segundo antes de Cristo, y nos presenta una madre y sus siete hijos que son arrestados y condenados a tortura y muerte. Uno por uno los hijos desprecian las torturas del rey y proclaman su fe en la resurrección después de la muerte. Esta lectura procura animar, a los judíos en el exilio, recordándoles su identidad nacional.

**Salmo 17(16)**

Este es un lamento individual. El Salmista suplica ayuda a Yahvé. Profesa su inquebrantable fidelidad a Dios y manifiesta su total confianza que Dios le va a responder. Esto le anima a pedir con seguridad.

**Segunda lectura: 2Tesalonicenses 2:16 – 3,5.**

El Apóstol pide primero al Padre Celestial y a Jesús Mesías que consuelen el corazón de los tesalonicenses y les dé firmeza en toda acción y palabra.

Para el tiempo entre la resurrección y la segunda venida de Cristo, pide la activación del consuelo. Esto se debe manifestar en cada obra y palabra de la comunidad.

**Evangelio: San Lucas 20:27-38.**

La resurrección era algo que los sabios discutían. Los saduceos negaban la resurrección, y hoy presentan un argumento absurdo para la consideración de Jesús. La respuesta de Jesús deja muy en claro que en tiempos de la resurrección todos serán como ángeles e hijos de Dios.

**HOY**

Dios quiere la vida, no la muerte. Por eso causa tanto dolor ver cómo hoy la opción humana tiene más relación con lo perecedero, con lo finito, con la muerte. Preferimos lo sensorial, lo placentero y desechable, eso que solo sirve para un presente que se acaba y no trasciende.

El llamado de Jesús es que conozcamos a Dios, que imitemos sus criterios y forma de ser.

Sembrar Vida con cada decisión, con cada opción: eso es lo que nos sugiere Jesús. No estemos planificando la vida como algo descartable y de corta duración, porque ese ha sido el pecado original que nos perdió.

**Lecturas de la Semana**

**IV Semana del Salterio**

**LUNES 11**

**Sabiduría 1,1-7**

**Salmo 138**

**Lucas 17, 1-6**

Si siete veces en un día vuelve a decirte: "Lo siento", lo perdonarás.

**MARTES 12**

**Sabiduría 2,23 – 3,9**

**Salmo 33**

**Lucas 17,7-10**

Somos unos pobres siervos, hemos hecho lo que teníamos que hacer.

**MIÉRCOLES 13**

**Sabiduría 6,1-11**

**Salmo 81**

**Lucas 17,11-19**

¿No ha vuelto más que este extranjero para dar gloria a Dios?

**JUEVES 14**

**Sabiduría 7,22-8,1**

**Salmo 118**

**Lucas 17,20-25**

El reino de Dios está dentro de vosotros.

**VIERNES 15**

**Sabiduría 13,1-9**

**Salmo 18**

**Lucas 17,26-37**

El día que se manifieste el Hijo del hombre.

**SÁBADO 16**

**Sabiduría 18,14-16;19,6-9**

**Salmo 104**

**Lucas 18,1-8**

Dios hará justicia a sus elegidos que le gritan.



**¡ Ayúdanos !**  
*Tu aporte hace posible que podamos transmitir desde tu parroquia*  
**RADIO MARIA.pa / donaciones**

• **DESTACA.** LOS HITOS IMPORTANTES EN LA HISTORIA COLONIAL Y REPUBLICANA DEL MAÍZ EN PANAMÁ.

# El maíz en Panamá: 500 años o más

EL MAÍZ HA SIDO PARTE DE LA DIETA PANAMEÑA DESDE LOS TIEMPOS PRECOLOMBINOS HASTA EL MOMENTO ACTUAL

MANUELITA NÚÑEZ C.  
 redaccion@panoramacatolico.com

En el marco de la celebración de los 500 años de fundación de la Ciudad de Panamá, El Instituto Smithsonian de Investigaciones Tropicales (STRI) y el Patronato de Panamá Viejo presentan hasta el 25 de noviembre en el Centro de Visitantes de Panamá Viejo la exhibición “El Maíz en Panamá”: 500 Años y Más”.

Según Julieta de Arango, Directora Ejecutiva del Patronato de Panamá Viejo, el Smithsonian creó esta exposición “para homenajear un poco a esa planta que nos ha acompañado desde casi ocho mil años,

**La exhibición explora nuestra relación milenaria con este alimento vegetal.**

el maíz, que fue fundamental en la dieta prehispánica, pero también en la colonial y cuya influencia se extiende hasta estos momentos, siendo parte de la cocina diaria del panameño y que inclusive los nuevos chefs han adoptado y dado nuevos usos, nuevos sabores.

“Se dice que la cultura del maíz es de América y en efecto el maíz fue un plato fundamental en la época prehispánica, en la colonial y costó un poco más que la asimilaran los españoles, quienes estaban más acostumbrados al trigo, pero finalmente el maíz se abre camino sobre todo ante la carestía del trigo y las harinas, y qué decir en la época moderna, aquí todos comemos maíz, el bollo, la tortilla, el tamal de olla”.

**El maíz, plato fundamental y también un bien estratégico**

“Para el Patronato Panamá Viejo y su Comisión 500 años, era importante sumarse a este esfuerzo para complementar además el discurso narrativo de la exhibición sobre



**PATRONATO.** Julieta de Arango.



**PLANTA.** Maíz primitivo o tesinte.



**EXHIBICIÓN.** Historia del maíz en Panamá.

los primeros pobladores del Istmo, donde se puede apreciar entre otros, artefactos para moler maíz, pero también es bueno recordar lo que cuenta el Dr. Alfredo Castellero Calvo en su libro sobre Panamá Viejo, que durante la colonia el maíz sufría carestías cíclicas y cuando esto surgía y el país se preparaba para una feria, la situación hacía crisis, porque la cosecha se destinaba casi en su totalidad al consumo del parque mular, ya que las mulas sin una buena alimentación, en base a este grano, no podían funcionar. El esfuerzo físico continuo y extenuante que demandaba el cruce del istmo para estas mulas, transportando la plata procedente del Perú hasta Portobelo y trayendo las mercancías que llegaban con la flota

hacia Panamá, solo podía realizarse con una alimentación basada en una fuente de energía como el maíz. De esta manera el maíz se convierte en un bien estratégico ya que su falta podía paralizar el sistema comercial más importante del nuevo mundo.

La exposición está basada principalmente en estudios del Instituto Smithsonian.

En el acto de inauguración, a nombre del Smithsonian, Ginette Dutari señaló que la exposición es un recorrido que parte desde el origen del maíz en México, donde fue domesticado hace más de ocho mil setecientos años y aunque el maíz moderno y su ancestro salvaje el teocintle se vean muy diferentes, genéticamente se ha comprobado que son la misma especie”.

## Cultivo primitivo del maíz



**ALIMENTO.** Indígena cultivando maíz.

La cronología señala la evidencia de la primera llegada del maíz a provincias centrales hace siete mil ochocientos años, según revelaron estudios de partículas microscópicas de almidón halladas sobre utensilios de piedras parecidos a los metates. Con base a los estudios de los doctores Richard Cook y Anthony Renere, entre los años 1500 y 2000 comenzaron a surgir aldeas en la llanura costera del Pacífico dependientes de la agricultura del maíz. Los españoles que llegaron a Panamá y que fundaron nuestra ciudad el 15 de agosto de 1519, con frecuencia mencionan al maíz en sus crónicas como una de sus principales alimentos de la dieta local en chicha fuerte, bollo y tortilla, y en los últimos 500 años el maíz ha tenido un lugar preferencial en nuestra historia.

## EXHIBICIONES

- **Lugar:** Centro de Visitantes de Panamá Viejo
- **Fecha:** Del 23 octubre al 24 noviembre 2019
- **Hora:** Martes a domingo de 8:30 a 5:00 p.m.

• **FAMILIA.** LA MUJER SUFRE MUCHOS CAMBIOS QUE EL HOMBRE DEBE SABER Y RECONOCER

# El papel del papá en el embarazo

ES PROBABLE QUE EN OCASIONES LOS HOMBRES SE SIENTAN UN TANTO DESORIENTADOS Y NO TENGAN CLARA CUÁL ES LA MANERA DE PROCEDER.

REDACCIÓN  
redaccion@panoramacatolico.com

Durante el embarazo, ella es la protagonista. Que ella y su bebé estén en perfecto estado es esencial para que el embarazo sea saludable. Tanto la salud física como emocional de la madre es importantísimo que estén bien cuidados y que todo transcurra dentro de la normalidad, para esperar así la llegada del bebé con todo el amor que se puede tener.

Pero en este proceso, durante el embarazo, hay un papel protagonista. El padre también existe y también debe ser considerado en los nuevos meses que dura todo el período. El rol

La figura del padre es un soporte emocional en el que la madre se apoyará para llevar un embarazo tranquilo.

del padre en el embarazo es muy importante.

Está claro que el papá no sufre los cambios del embarazo, ni los cambios hormonales, ni físicos, ni le cuesta respirar, ni sienten las patadas. Pero ellos también tienen un papel protagonista y es que es el padre, y también vive el embarazo desde muy cerca.

No puede pasar desapercibido al futuro papá cuando también está ahí, siendo partícipe y acompañando a la mujer en todo momento que ella lo necesite y así se lo requiera.

Como futuro papá también sabe la responsabilidad que tiene y también sufre ansiedad, preocupación por su mujer, por su hijo en camino y por cómo se desarrollará todo. ¿Estará todo bien? ¿En qué puedo ayudarlo para que mi mujer se sienta bien? Son las preguntas más frecuentes que pasan por la cabeza de un futuro papá.

De hecho, el padre pasa a lo largo del embarazo de su pareja por distintas etapas emocionales. Las oscilaciones en el estado de ánimo no son exclusivas de la mujer. El hombre puede tener en ocasiones sentimientos de preocupación y ansiedad hacia la salud de su pareja.

Por ello, para que todo transcurra bien es bueno que le digas en todo momento cómo te sientes, qué te ocurre y le digas lo que necesitas para que pueda atender mejor tus necesidades y sea partícipe de tu embarazo, siendo él también, parte.



ACOMPÑAMIENTO. El papá es fundamental para el sano desarrollo del bebé y el periodo de gestación de mamá.

## Lo que pueden hacer

### I. ACOMPAÑAR EN LOS CONTROLES

Ir a las ecografías. Ver al bebé puede ser una experiencia muy positiva para ambos.

### II. BUSCAR INFORMACIÓN

Recopilar información en internet, libros, charlas, empaparse del tema, saber sobre los cambios y cuidados de la mamá.

### III. HACER LOS PREPARATIVOS

Decorar la habitación, comprar ropa, tener preparada la maleta para el gran día, los papeles, etc.

## El hombre debe ser incondicional

REDACCIÓN. En este periodo, más que nunca, la pareja debe convertirse en un aliado incondicional para ellas, pues si bien es cierto que "quien lleva al bebé en su vientre es la mujer, el proyecto y el compromiso de ser padres es de ambos. Es una opción en la que cada uno cumple un rol diferente, pero compartido, señala la psicóloga Gloria Casas.

En ese sentido, el futuro padre tiene la responsabilidad de apoyar a su pareja, tener en cuenta sus necesidades y no olvidar que lo

que más requiere durante los nueve meses de gestación es cariño y alguien que la escuche, sin juzgarla ni criticarla por las variaciones que presentan su carácter y sus emociones.

Y aunque para el hombre puede resultar difícil hacer frente a todo esto, es necesario que tenga presente que se trata de un periodo que tiene fecha de inicio y fin, y que los meses de mayor vulnerabilidad son los primeros, pues hacia el cuarto mes, ellas logran adaptarse a su nueva situación.



AMOR. Son un equipo.

**40 AÑOS** SE MANTIENEN SIRVIENDO DESDE EL CAMINO NEOCATECUMENAL

# No somos el matrimonio perfecto pero sí somos libres en Cristo

SIGUEN EL CONSEJO DE SAN PABLO:  
"QUE EL ENOJO NO LES DURE HASTA  
LA PUESTA DEL SOL".

MARIANNE COLMENÁREZ  
redaccion@panoramacatolico.com

"El hombre es cabeza de la mujer, como Cristo es cabeza de la Iglesia, cuerpo suyo, del cual es asimismo salvador. Que la esposa, pues, se someta en todo a su marido, como la Iglesia se somete a Cristo", así lo manifestó san Pablo en su carta a los Efesios.

Y esto lo ha internalizado muy bien en su relación Alberto Almanza, dirigente de camino neocatecumenal de la Iglesia Nuestra Señora de Guadalupe.

"Cuando me casé con Gitza Jaén fui supe-



**EJEMPLO.** Sus hijos siempre les han visto amar y rezar a Dios con verdadera convicción.



**Para los esposos Almanza Jaén no ha sido un peso vivir con apertura a la vida.**

rando esos patrones machistas muy propios del hombre latino. Entendí el concepto de autoridad, una responsabilidad que he compartido con mi esposa, sabiendo que San Pablo también dijo que los maridos, deben amar a sus esposas como Cristo amó a la Iglesia y se entregó a sí mismo por ella", asegura.

Se conocieron en la Universidad de Panamá, yo estudiante de Derecho y ella de Medicina, ambos pertenecían a movimientos políticos antiimperialistas. "Nos enamoramos en la época cuando se debatían los Tratados del Canal de Panamá, manteníamos una lucha como jóvenes" recuerda entre risas Alberto.

Los dos estaban muy cerca de la ideología marxista, pero desde que dan sus primeros

pasos en el Camino Neocatecumenal fueron dando una lectura diferente a la vida. Dieron apertura a Dios, Alberto primero que Gitza, a quien invita a una catequesis sin decirle la sorpresa que el mismo sería el catequista.

El conocimiento del Magisterio de la Iglesia y la encíclica Humanae Vitae, de San Pablo VI fue para ellos una promesa que llenó de alegría, porque podía adherirse a la voluntad de Dios eligiendo libremente

para la vida.

Gitza manifiesta que tienen ocho hijos, siete en la tierra y una en el cielo. "Fue un duro golpe para la familia perder una hija, que el Señor nos ayudó a superarlo, siempre hemos estado muy unidos en el dolor y en la experiencia en la resurrección", manifestó.

Agrega que la Iglesia pregona la vida, el Camino tiene estos principios, ellos aceptaron el reto y el Señor nunca les ha defraudado.

## Iglesia doméstica

MARIANNE COLMENÁREZ. Todos los domingos rezan con todos sus hijos, conversan temas religiosos, personales, políticos, pero siempre a los pies de la oración.

"Evangelizamos juntos, no quiere decir que no tengamos problemas, solo que esas dificultades se solventan, tal como decía San Pablo: "que el enojo no les dure hasta la

puesta del sol", asegura Alberto.

Conscientes de la misión que tienen como bautizados e inspirados en la Sagrada Familia de Nazaret, el Camino Neocatecumenal les ha enseñado a regar esa semilla sembrada, para ellos es vital que el sol de la Palabra siempre le llegue, poco a poco irá germinando.

## Ollas y Sartenes

### Tallarines con salsa roja

RACIONES: 6 personas

TIEMPO: 30 minutos

DIFICULTAD: Fácil

#### Ingredientes:

- 1 kg de tallarines
- 1/2 Kg de carne molida de res (puede usarse bisteck picadito)
- 1 cebolla picada fino
- 1 taza de aceite
- 1 hoja de laurel
- 1 taza de salsa de tomate (de conserva)
- 1 tomate pelado y sin semillas picadito
- 1/2 taza de hongos secos
- 1 zanahoria
- Apio
- Sal
- Pimienta
- Queso parmesano rallado
- 1 cuchara de mantequilla

#### Preparación

Se fríe la cebolla picada con aceite, se agrega el laurel, la salsa de tomate, el tomate, los hongos previamente remojados en agua, la zanahoria cruda rallada, el apio picado finamente y la carne.

Se deja cocinar por unos 30 minutos, hasta que la carne está lista. Rectificar la sazón.

Se cocinan los tallarines en abundante agua hirviendo con dos cucharaditas de sal hasta que estén al dente, luego se escurren, se les echa la mantequilla, se mezclan con la salsa, y se espolvorean con queso parmesano.



**Para esos momentos religiosos verdaderamente especiales e inolvidables.**



Magnificat Panamá tiene todo lo que necesitas para tus eventos especiales: Bautizos, Primera Comunión, Matrimonio. Haz que esos momentos sean inolvidables.

**¡Tenemos un espectacular inventario!**

Llámanos: **6373-3223**

Escribenos a:  
pedidos@magnificatpanama.com

Búscanos en nuestras redes sociales:





Adquiere ya tu

Mochila  
JMJ 2019

\$1.00

De venta en:  **LIBRERÍA  
CATÓLICA**

Sucursales: Cristo Rey y Arzobispado

A beneficio de las  
obras sociales y  
sostenimiento de  
la Arquidiócesis  
de Panamá.



## CONFERENCIA MAGISTRAL

CARDENAL

**Óscar Andrés Rodríguez Maradiaga**  
*20 de Noviembre de 2019*

### LAUDATO



*"Proteger nuestra casa común incluye la preocupación de unir a toda la familia humana en la búsqueda de un desarrollo sostenible e integral, pues sabemos que las cosas pueden cambiar."*

*Papa Francisco*

IGLESIA NUESTRA SEÑORA  
DE GUADALUPE Calle 50

Hora: 7:00 p.m.

VALOR DEL BOLETO: **B/.50.00**

Mayor información: 6591-4295 / 229-2923

• **MODA.** COMER Y VESTIR UNA HAZAÑA EXTREMA CON RIESGOS PARA TI.

# ¿Jóvenes esclavos de la dieta extranjera?

ESTA LIBERTAD DE ELEGIR LO QUE COMES TIENE CONSECUENCIAS, SINO ELIGES BIEN, PERJUDICAN TU SALUD.

YOEL GONZÁLEZ NUÑEZ  
redaccion@panoramacatolico.com

A la hora de elegir algo de comer entre los jóvenes siempre impera el comer bien, elegir entre una gama de comidas nacionales y extranjeras es una tarea no tan fácil, pero ese comer “bien” que podría darse por gula, muchas veces es comida rápida, sobre todo cuando se encuentran en reuniones de amigos.

La gula es ese mecanismo humano caracterizado por el apetito desmedido en el comer y el beber. Dentro de las normas de la fe católica una persona que se deja llevar por sus ansias de comer y beber más de lo que necesita su cuerpo está cometiendo un pecado capital.

“Tenemos libertad para elegir entre sentirnos bien y comer lo justo ó consumir solamente por ese placer que nos da la gula en el comer, pero no medi-

mos las consecuencias que a futuro pueda ocasionar nuestra acción desmedida”, destaca Bryan Fernández García De Paredes, quien desde pequeño comía de todo pero, a sus 23 años comenta ha tenido que bajar de peso y cuidar su salud por estar en riesgo de obesidad.

El psicólogo Luis Ávila afirma que, la comida extranjera ha tenido poco impacto en la juventud. “es cierto que probar algo delicioso o novedoso puede causarnos querer más o probar más, sin embargo la raíz de esta problemática es comportamental e influida por los padres o cuidadores quienes al no enseñar control sobre ciertas conductas o más bien apadrinarlas han causado un grave daño, nuestros jóvenes no saben cuando parar y la comida extranjera sólo es la punta del iceberg de algo más grande.

Y esto fue lo que le ocurrió a Bryan a quien desde pequeño su nana le acostumbró a comer mucho, sin control, subiendo así de peso en su niñez, a l g o q u e

sus padres trataron de controlar, pero con los hábitos generados con su nana era un caso imposible, hasta que el colesterol, los triglicéridos y el azúcar, empezaron a cobrar una gran deuda contra su salud.

En la juventud todo va a evolucionar, pero los cambios del mundo hacen que los procesos sean diferentes, afirma la psicóloga Itza Urriola, quien asegura que la moda y otros factores como la rumba han cambiado mucho en la juventud que antes se manejaba de manera más conservadora, pero que hoy la música, la moda y la comida por mencionar algunos, son parte de un proceso de desafío y cambio en la que los jóvenes han dado un giro total.

La juventud hace dieta o ejercicios por moda, pocos por salud, muchos quieren, buscan o siguen algo por moda, no porque realmente sea bueno y esto altera incluso la estabilidad emocional. “lo que comes influye en los desordenes alimenticios que después te afectan”, dice la psicóloga Urriola.

“Parece mentira pero, lo que comemos nos puede llevar a estados emocionales alterados, precisamente por los químicos que ponemos en las comidas que preparamos o que consumimos de influencia extranjera o nacional”, puntualiza la psicóloga Urriola.

Lo que comemos nos puede llevar a estados emocionales alterados.



**Enfócate**



**Tu libertad puede destruirte**

En el organismo, cuando se deja una droga de forma abrupta se puede experimentar ansiedad, dolores de cabeza, irritabilidad o depresión e insatisfacción, pero ¿y cuando se deja la comida rápida?

“Se deja de comer comida rápida cuando visitas el médico y entonces haces un poco de conciencia porque estás en sobre peso, aunque algunos no prestan atención a esta situación que puede ser de riesgo para todos”, afirma la psicóloga Itza Urriola.

Generalmente no dejamos de comer por que hayan cargos de conciencia o culpa, como nos indica la iglesia católica sobre los pecados capitales en este caso la gula, pero deberíamos tener presente que incluso por salud, es necesario comer sano, variar el comer pero por salud, no por comer y comer nada más.

Dios te dio un cuerpo que posees prestado, sino eres capaz de cuidarlo y darle buen uso caes en pecado y este sería un pecado capital, posees una libertad que Dios te ha dado, elige bien y elige a conciencia.

“La libertad no quiere decir gozar de la vida, considerarse totalmente autónomo, sino orientarse según la medida de la verdad y del bien para llegar a ser de esta manera, nosotros mismos, verdaderos y bueno”, Papa Benedicto XVI.

**Novios**

**Cuando promete pero no cumple**

¡Basta de promesas rotas! Si sabes que no puedes cumplirlas simplemente no las hagas. Jugar con los sentimientos de los demás no es sano y al final terminarás rompiendo la confianza de la persona que más quieres. Llegará el día en que tal vez prometas de verdad, pero ya nadie estará ahí para creerte.

Es importante que desde el noviazgo, las promesas sean cumplidas. Mejor no establezcas promesas dentro de la relación para que no se vaya a crear un hábito inadecuado y desagradable. La confianza se gana con testimonio.



**Giros**

**Ximena Izquierdo**

Vivió sin fe, inmersa en la Nueva Era, pero Cristo la transformó acercándose a la Virgen y ahora es gerente de Amigos Misioneros Latinoamérica y España. Creció en una familia católica de nombre, pero no en la práctica.

En su infancia y juventud no iba a misa los domingos, hasta que conoció al que sería después su esposo, que sí iba. Estando casada buscaba sitios de la Nueva Era, llenando vacíos que sentía dentro, esto afectaba su matrimonio, hasta que visitó un lugar de apariciones de la Virgen y su vida se transformó.



• FE. CREEMOS QUE MURIÓ POR NUESTROS PECADOS Y RESUCITÓ DE ENTRE LOS MUERTOS.

# ¿Qué hace Jesús ahora?

ESTÁ PREPARANDO UN LUGAR PARA QUE VIVAMOS CON ÉL PARA SIEMPRE.

ABNER XOCOP / FOCUS  
redaccion@panoramacatolico.com

Los católicos somos un pueblo de expectativa entusiasta. Servimos y amamos a quienes nos rodean, pero lo hacemos con la mirada puesta en el Cielo, anhelando y esperando que hoy sea el día en que nuestro amado Señor venga a completar nuestra salvación.

Creemos que Jesús murió por nuestros pecados y resucitó de entre los muertos. Por eso, seguimos y amamos al Dios verdadero y ahora esperamos a su Hijo. Somos aquellos que ya no amamos los placeres fugaces del pecado, sino que esperamos su venida.

Solo unos pocos versículos después de considerar nuestra espera de Jesús, Hebreos 10, 12 nos dice que: “Él, en cambio, ofreció un solo sacrificio por los pecados y se sentó para siempre a la diestra de Dios”. En los libros del Nuevo Testamento, se habla del regreso de Cristo más de 300 veces.

El momento en el que vuelva, nuestros ojos podrán contemplar toda la belleza de Dios. La esperanza de su regreso debe dar alegría a todos nuestros pensamientos.

¡Porque su misericordia es eterna!

Pero no somos los únicos que estamos esperando a nuestro amado. Jesús también está esperando... por nosotros.

Esa fe va iluminando la mente y el corazón y vamos encontrando la serenidad que dan la esperanza y la certeza del amor incondicional de Dios, que no nos fallará.

Jesús resucitado es la garantía que la muerte nos abrirá las

puertas de la vida eterna, será el momento del encuentro definitivo con la familia en la casa del Padre, donde viviremos plenamente la Comunión de los Santos.

Sabemos que el Padre nos acogerá con los brazos abiertos y aunque, como el hijo pródigo, llegemos a casa con los vestidos rotos y sucios, si nosotros aceptamos su abrazo, su amor nos revestirá de gracia y entraremos a su casa, que también es la nuestra.



## Pastoral Juvenil - Arquidiócesis de Panamá

Por: Pbro. Jhassir Pacheco R.



### “Los Agentes de Pastoral Juvenil son animadores vocacionales”

Este llamado es la invitación concreta de Jesús Amigo a un proyecto de vida.

La dimensión vocacional es esencial en toda pastoral de la Iglesia. Toda pastoral es vocacional (ChV n.254). Por esta razón, podemos decir que la pastoral juvenil es vocacional porque en ella Jesús llama a un seguimiento.

Los líderes juveniles juegan un papel valioso, suscitan el encuentro con Jesús Vivo, promueven la verdadera fraternidad y acompañan como líderes a los jóvenes, que Jesús mismo les ha encomendado, para que amen y respondan a Dios. Los agentes de la

Pastoral Juvenil tienen la oportunidad de hablar de la palabra vocación, en un sentido amplio, como llamado de Dios. Incluye el llamado a la vida, llamado a la amistad con Él, el llamado a

**Los líderes juveniles juegan un papel valioso, suscitan el encuentro con Jesús Vivo.**

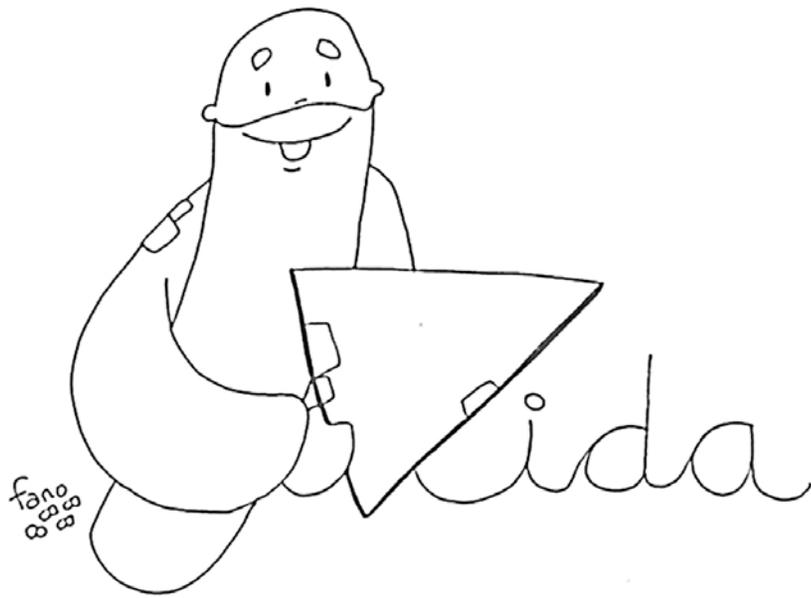
la santidad” (CV n.248). De igual modo, pueden ayudar a los muchachos a ver el valor de la vida, la fe en Dios, el discernimiento vocacional y la importancia de conocer y elaborar el proyecto de vida al que Dios los llama, para que así, puedan

dar pasos en su vida, hacer opciones sencillas y trascendentales por una carrera, profesión, trabajo, servicio en la Iglesia o vocación específica (matrimonio, sacerdocio, vida religiosa o laicado célibe).

“La Pastoral Juvenil, para ser dinámica, completa, eficaz y verdaderamente formativa, ha de estar abierta a la dimensión vocacional”, (Papa Francisco, Encuentro de Pastoral Vocacional y Vida Consagrada, 2017).

Los agentes de la pastoral juvenil tienen una gran misión, son enviados por el Señor Jesús a acompañar a los jóvenes de nuestras parroquias, por eso son también animadores vocacionales.

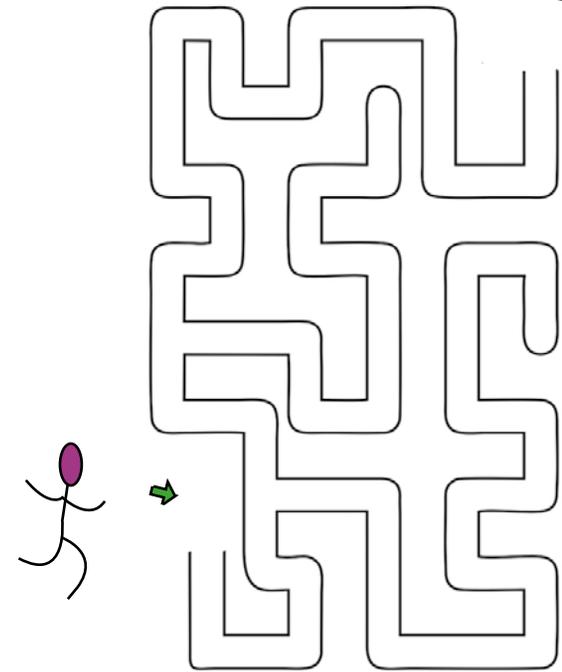
# Diviértete coloreando



La Palabra nos enseña que Dios no es Dios de muertos sino de vivos.

## LABERINTO

Dios es quien da la verdadera vida, busquemos siempre su amor.



## DIFERENCIAS

 Concéntrate y busca las seis diferencias entre los dos dibujos.

• **TESTIMONIO.** EDWIN FERNADO BOLÍVAR VIENE A COMPARTIR SU IMPACTANTE HISTORIA Y PROCESO DE CONVERSIÓN.

# De piloto de narcos a piloto de almas

ESTARÁ COMO PREDICADOR EN EL RETIRO: SANANDO LAS CULPAS DEL PASADO.

MARIANNE COLMENÁREZ  
redaccion@panoramacatolico.com

Con la intención de evangelizar y lograr los recursos económicos que permitirán seguir rescatando a personas que viven en situación de calle, el Centro de Orientación y Atención Integral San Juan Pablo II ha organizado un retiro de sanación y liberación que llevará a cabo el sábado 23 de noviembre, con la participación del piloto colombiano Edwin Fernando Bolívar, quien servirá como predicador.

“Edwin compartirá su fuerte historia de vida con las personas que asistan a este retiro espiritual que llevaremos a cabo en el Auditorio José Dolores Moscote de la Universidad de Panamá, desde las 8:30 a.m.”, informa Ariel López, director del Centro.

Bolívar es un piloto comercial de 44 años de edad, nació en Medellín, cuna de grandes carteles del narcotráfico y de actividades ilícitas que en los últimos seis años ha dejado unos 70,000 muertos, de acuerdo a estadísticas del gobierno.

“Hijo de padres separados, quien junto a sus siete hermanos tuvo que vivir fuertes situaciones que lo marcaron para siempre. Ingresó al mundo del narcotráfico siendo piloto comercial, rodeándose de un mundo de opulencia que le hizo caer en tres ocasiones en la cárcel. Estuvo recluso en Colombia, Estados Unidos y acá en Panamá”, relata López.

Agrega que en este retiro, los participantes escucharán de su propia voz cómo

Edwin tocó fondo viviendo situaciones vinculadas a las adicciones, brujerías, secuestros, intentos de suicidios. Hasta que Dios hizo un llamado que ha permitido un proceso de sanación y liberación desde la Iglesia Católica.

Actualmente transmite su experiencia recorriendo colegios, universidades, centros de rehabilitación, cárceles, medios de comunicación de su país, con el aval de la Iglesia colombiana.

“Vendrá a Panamá a inspirarnos con su cambio. Hoy es un hombre arrepentido, de comunión diaria que pretende enmendar su camino ayudando a

De conducir su propio avión, hoy anda feliz en buses.



quienes sufren de alguna adicción o están esclavizados con algún flagelo”, asegura Ariel López.

En el retiro contarán con sacerdotes de la Arquidiócesis de Panamá para las confesiones y tendrán exposición del Santísimo.

## CUENTA BANCARIA

• Nombre: Iglesia Católica, Arquidiócesis de Panamá Centro de Atención San Juan Pablo.  
Cuenta N° 03-79-01-1154-29-8  
Banco General



CENTRO DE ORIENTACIÓN Y ATENCIÓN INTEGRAL

San Juan Pablo II

IGLESIA CATÓLICA ARQUIDIOCESANA



Ubicado en Calle 32, Bella Vista, entre Avenida Cuba (Lotería Nacional) y Justo Arosemena, detrás de la piscina Adán Gordón, casa No. 472.

• **TAREAS.** SOMOS CIUDADANOS LLAMADOS A CONOCER NUESTRA HISTORIA.

# ¿Cuántos Panamá existen?



¿TENEMOS UNA VERDADERA IDENTIDAD NACIONAL? CÓMO SE HA IDO FORMANDO NUESTRO “MODO DE SER PANAMEÑOS”. ¿EXISTE UNA CULTURA PANAMEÑA?

**DIANA CANDANEDO**  
redaccion@panoramacatolico.com

Con ocasión de las fiestas patrias, conviene recordar nuestros orígenes como nación panameña y como república. Somos ciudadanos llamados a conocer nuestra historia para mejorar y renovar el país en que vivimos, a la luz de los valores del evangelio. En “el mes de la patria”, aunque debemos hacer patria todos los meses del año, es útil reflexionar más allá de la bandera, el himno, el escudo y la pollera, ¿qué cosas tenemos en común los panameños?

Existen formas de ser y de reaccionar ante las problemáticas que forman parte de nuestra identidad, por ejemplo:

• Somos herederos de un legado histórico y a la vez constructores de una historia común que a veces no conocemos suficientemente.

• La manera como celebramos los acontecimientos más importantes de nuestra vida civil y espiritual, los nombres de nuestros pueblos y las expresiones de nuestro lenguaje.

• ¿Cómo enfrentamos los panameños las situaciones nuevas: somos flexibles ante los cambios?

• La convivencia con la presencia norteamericana por casi un siglo ha dejado profunda huella en lo que somos, especialmente en las ciudades de Panamá y Colón.

• La tendencia a sobrevalorar lo que viene de afuera, asociada a nuestra condición de país de tránsito, que configura una mentalidad de apertura a lo que viene de fuera.

• Nuestra fe en Cristo es un signo de identidad, ya que somos un país donde casi el 80% se confiesan cristianos, lo cual implica una responsabilidad de vivir conforme a estos valores.

**Somos un país donde casi el 80% se confiesan cristianos.**

## Importante

• **¿Hay varios Panamá ?** Para muchos hay un Panamá de los excluidos y otro de los poderosos que dominan las riquezas, que se creen ciudadanos plenos y herederos de una nación. La condición socioeconómica es más excluyente que la conciencia de pertenecer a una misma nación. Somos un solo Panamá, con un modelo de sociedad concentrador y excluyente.

• **¿Quién es más panameño?** En momentos de crisis, como la lucha por la soberanía, las clases dominantes fueron las que menos lucharon por mantener la identidad o salvar la patria, más bien buscaban salvaguardar sus intereses económicos. ¿Quién es más panameño? Los que están dispuestos a dar su vida por la dignidad y soberanía de la patria.

• **Victoriano Lorenzo y la panameñidad** Recordamos a líder coclesano, quien luchó por el derecho a la tierra para los campesinos. No fue hasta muchos años después cuando se reconoció su contribución a la nación.

## Desafíos

• **Familia y escuela: forman la identidad nacional**



**EDUCACIÓN.** Memoria histórica.

No es correcto pensar que la escuela es la única que debe enseñar la historia. En la historia del pueblo de Israel vemos que fue la familia y la comunidad quienes mantuvieron la identidad de ese pueblo hasta hoy. Se trata de una alianza entre familia, escuela y comunidad. Hay una historia no escrita, una historia oral reciente, que los padres de familia están llamados a transmitir a sus hijos.

• **Desafíos pastorales**

Valorar las diferentes caras de “Panamá” que coexisten y rescatar el aporte que cada uno puede dar a la formación de la identidad nacional: culturas indígenas, afro descendientes, minorías étnicas migrantes, cultura interiorana, son parte de la pluriculturalidad de nuestro país. Desde el trabajo pastoral se requiere fortalecer los signos de identidad panameña y de unidad en la pluralidad: pastorales especializadas que reconozcan nuestra pluralidad como riqueza.

• **Algunas tareas pendientes**

El papa Francisco en su mensaje al Encuentro mundial de la juventud indígena, en Soloy, Comarca Ngäbe, Panamá enero 2019, animó a los jóvenes indígenas de todo Abya Yala a dar testimonio “al otro mundo posible”, más humano y más justo. Los exhortó a que su actuar desde la identidad de sus pueblos, sea una reacción contra esa cultura del descarte, contra el olvido de sus raíces”. Este testimonio de la vida plena de los indígenas puede ser fuente de esperanza para este mundo roto en sus relaciones primordiales”.

# PEREGRINACIÓN DE FE MARIANA 2020

**Salida: 19-30 mayo 2020 Acompaña Presbítero**

Visitando: Lisboa, Fátima, Santiago de Compostela, Burgos, Loyola, Lourdes, Zaragoza, Madrid y Avila. Incluye: Boleto aéreo + impuestos, traslados, desayunos y cenas diarias según el itinerario, alojamiento en hoteles categoría turista, transporte terrestre en buses privado, manejo de equipaje (1 maleta) propina al chófer y guía acompañante, asistencia y seguro de viaje hasta 75 años.

**Separe Su cupo con \$350.00 ppr persona (no reembolsable)**

Tel.: 222-8201, 222-8202, 222-8220 Cel.: 6611-8148 Email.: boleteria@turistaintl.com / boleteria1@turistaintl.com / viankap@turistaintl.com Web.: www.turistaintl.net



**INSIGNE** Firma de Abogados  
Calle 31 Bella Vista, Plaza 40 local 3PB.  
insigne.asesorespma@gmail.com

*Efectividad, Eficiencia y Eficacia.*

**Asesoría Legal:** **INCobrable**

- Trámites migratorios
- Derecho civil-penal
- Derecho laboral
- Derecho comercial
- RECUPERACIÓN DE CUENTAS ROJAS nacional e internacional.

Responsabilidad y asistencia **100%**

Contáctanos: +507.2642555

www.insigneasesores.com Insigne Asesores Panamá

**COME BUCO PAGA POCO**

TODO LOS DIAS 11 A.M. A 10 P.M.

**NUEVO PESCA DEL DIA**

POR SOLO \$4.50

INCLUYE SODA MEDIANA



**COPANAC**  
"Tenemos el aire... y el servicio"

**Instalación y Servicio de Sistemas de Aire Acondicionado**  
Vía José Agustín Arango, Juan Díaz - Frente al Estadio Rommel Fernández  
E-mail: copanac@cwpanama.net  
Ventas: 233-9900 • Servicio: 233-9916 • Colón: 441-3940

**Repostería AIDA**  
desde 1948  
www.reposteriaaida.com

*Aida T. de Triarte e Hijos S.A.*

**Especialidades en Cakes, Comidas para Matrimonios, Buffett, Cocktail, Té, Cumpleaños, etc.**

Vía Porras, Edificio # 97 - Local N° 1 (Frente a Calle Belén)  
Tel. 6515-4023 / 6645-3660  
edgardoiriarte38@hotmail.com

**DURALLANTAS**

MICHELIN BFGoodrich PIRELLI SONAR

ELDORADO TIRE HILO

Calle 50 12 de Octubre Villa Cáceres Coronado  
226-0700 229-0603 236-4700 240-1120

www.durallantas.com



**TAX SERVICE, INC.**  
SINCE 1971

**Tax Returns U.S. and Panama and Complete Accounting Service**

BALBOA BUSINESS CENTER PHONES: 314-1001  
Bdlg. 792X La Boca 228-1504  
Box. 0843-01347 E-mail: contabilidad.taxservice@gmail.com FAX: 228-1483  
Panama, Republic of Panama



**AA**  
**ARTURO ARAÚZ, S.A.**  
Corredores de Aduana

- Trámites de importaciones
- Exoneraciones
- Exportaciones
- Depósitos de garantías
- Reexportaciones
- Devolución de impuestos
- Tránsito
- Acarreos

Panamá 264-2210 Colón 447-0909  
Tocumen 238-4040  
Fax: 263-5989 Fax: 238-4549 Fax: 447-0998

**Dr. Tomás Vásquez Polo** Ortopeda y Traumatólogo

**Dra. Luz Quiróz Sinisterra** Medicina Física y Rehabilitación Electrodiagnóstico

**Hospital Santa Fe, Consultorio # 45**  
Tel.: 360-7400 ext. 303 Cel.: 6674-1182 tomyvas@hotmail.com



CLINICAS AUDICIÓN

**PROMOCIÓN Fiestas Patrias**

★ 35% de descuento en auxiliares auditivos seleccionados ★  
★ Pago a mini cuotas y financiamiento ★

**Adultos mayores de 55 años GRATIS**



**SUR**  
Soluciones de Excelencia

**Surmix**  
Tinting Systems Technology

Más de 10.000 colores a su disposición y la posibilidad de igualar los colores de cualquier otra cartilla del Mercado

VISITE NUESTRAS TIENDAS A NIVEL NACIONAL PARA MAYOR INFORMACIÓN LLAMAR A LOS TELS. 217-6970 / 217-6972



**REPARAMOS Y PINTAMOS**

refrigeradoras, lavadoras y estufas, pintura poliuretana. Trabajos a domicilio,

**SERVICIOS VICTOR**

Tel. 277-5573 Cel. 6216-4055

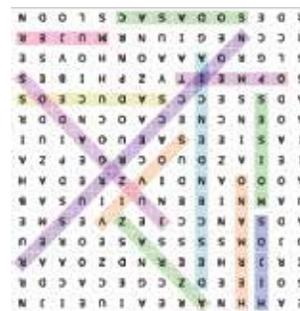
## SOPA DE LETRAS

NO ES DIOS DE MUERTOS, SINO DE VIVOS



- TIEMPO
- SADUCEOS
- MOISÉS
- HERMANO
- MUJER
- HIJOS
- DESCENDENCIA
- RESURRECCIÓN
- CASADOS
- JUZGADOS
- ZARZA
- VIVOS

SOLUCIÓN



## CRISTOGRAMA

PARTICIPAN EN LA RESURRECCIÓN

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
		5			1	10		19						25					3						

D H U J

15 24 15 8 2 21 20 17 5 21 10 14 26 18 16 15 8 13 26 3 19 15 16 15 8

; P U

8 15 6 21 8 21 24 25 15 16 14 4 14 8 12 3 15 8 15 21 24

J U G D D G D D

19 3 7 1 21 5 14 8 5 17 1 24 14 8 5 15 4 21 20 17 5 21

U U D U

11 3 2 3 16 21 13 5 15 4 21 16 15 8 3 16 16 15 6 6 17 14 24

D U

5 15 15 24 2 16 15 4 14 8 26 3 15 16 2 14 8 24 14 8 15

. P U P U D

6 21 8 21 16 21 24 25 3 15 8 13 21 24 14 25 3 15 5 15 24

G ;

26 14 16 17 16 8 14 24 6 14 26 14 21 24 1 15 4 15 8 8 14 24

H J D D P U P P

10 17 19 14 8 5 15 5 17 14 8 25 14 16 12 3 15 25 21 16 2 17 6 17 25 21

U

24 15 24 4 21 16 15 8 3 16 16 15 6 6 17 14 24

## SUDOKU

			2		4	3		9
4		9	7		8	2		
	1							
		6	9		7	1		3
				2				
5		2	1		3	9		
							6	
		1	6		2	8		7
6		4	8		9			

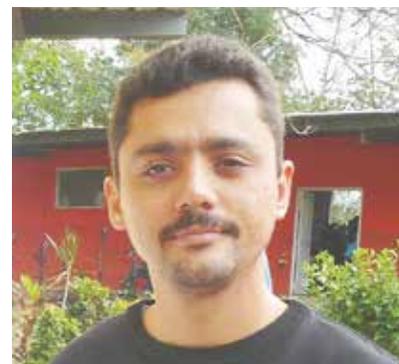
SOLUCIÓN

1	5	6	4	8	7	2	9	
4	6	8	7	9	1	5	3	
2	9	7	1	5	4	8	6	
9	7	6	5	8	1	2	4	3
8	5	4	9	2	7	3	6	1
3	2	1	4	5	6	9	7	8
7	4	9	5	6	3	8	1	2
5	1	2	8	9	4	6	3	7
6	8	3	7	1	2	5	9	4

## ★ Sociales



31 OCT. Minnelli Mahon fue confirmada en el Espíritu Santo. Su madrina la Hna. María Teresa.



10 NOV. Que Dios y la Virgen María siempre guíen su camino. ¡Feliz Cumpleaños Jorge Ayala!



5 NOV. Edward Blankenship celebró con sus familiares y amigos sus 9 años. ¡Bendiciones!



5 NOV. Agradecemos al Señor por la vida de la Prof. Bernuil de Quintero. ¡Felicidades!

# PEREGRINACIÓN OFICIAL A ROMA

¡LA HISTORIA AÚN NO CONCLUYE!



ENTREGA  
SÍMBOLOS  
JMJ



30  
MARZO

06  
ABRIL

2020



MÁS INFORMACIÓN Y RESERVA  
Arquidiócesis de Panamá.  
[peregrinacion.arqui@gmail.com](mailto:peregrinacion.arqui@gmail.com)



INCLUYE

Pasaje de aéreo  
Hotel en Roma  
Alimentación  
Guía turística  
Transporte interno  
Museos del Vaticano  
Seguro de viaje

SOLIUS  
Travel Service



SANTA MISA

Lunes a Sábado  
6:30 a.m.



PANAMÁ, DOMINGO 10 DE NOVIEMBRE DE 2019 • WWW.PANORAMACATOLICO.COM

• **ACCIÓN SUGERIDA.** TAREA ESPIRITUAL PARA LA SEMANA

## Desprenderse poco a poco de lo material



**SENGILIZ.** En las cosas pequeñas y sin brillo está lo divino. Alejémonos de esas enormidades que esclavizan.

**REDACCIÓN**  
redaccion@panoramacatolico.com

Esta semana, el llamado es a empezar un camino de desprendimiento. Regalemos esa prenda, ese par de zapatillas, algo de dinero y, lo más valioso, nuestro tiempo. Dejemos por un momento de dedicarlo a nuestros gustos, como la televisión, la música o ese plato de comida, para dedicarlo a alguien que necesita de nosotros.

Con facilidad optamos por la persona más importante en nuestro mundo: nosotros mismos. El "Yo" es el factor determinante en nuestra vida. Nada ni nadie nos interesa más. El egoísmo nos define.

El Señor nos está invitando entonces a ejecutar esa acción sencilla, pero crucial, que nos cambiaría el curso del día.

Hay personas, por ejemplo, que harían cualquier cosa para no tener hijos. Por ninguna otra razón que porque ellos nos

quitarían tiempo precioso que preferimos dedicar a nosotros mismos. Porque no queremos compartir ni darnos. Ya que lo más importante ya no seríamos nosotros, sino el otro.

Dios nos está diciendo que poco a poco debemos ir dando los pasos para que nuestra vida no dependa de esos objetos y circunstancias que nos atan a este mundo y sus criterios.

El Señor nos quiere con Él, de su lado y a su lado, con Él y en Él.

Para ello debemos irnos alejando de esas cosas y actitudes que nos esclavizan. A veces creemos ser dueños de los objetos que adquirimos, cuando

en realidad son aquellas adquisiciones las que nos encadenan. No podemos vivir sin ellas, y pensamos que nos definen. En esta semana demos los pasos concretos, pequeños pero firmes, para acercarnos a Dios.

¡Ánimo!

**Hay objetos y situaciones que nos atan al mundo, que nos alejan del Padre y sus criterios. Vayamos paso a paso, pero sin pausa.**

### Agenda

#### • Hoy visita el Biomuseo



**Hora:** 9:00 a.m. se reparten los boletos.

**Lugar:** Calzada de Amador.

**Fecha:** domingo 10 de noviembre  
Entrada Libre

#### • Mañana Cultural



**Hora:** 8:00 a.m. a 12:00 m.d.

**Fecha:** 22 de noviembre.

**Lugar:** Plaza de Artesanías de Balboa.

**Info:** @panamamunicipio

#### • 1903 El Musical



**Fecha:** hasta el 17 de noviembre.

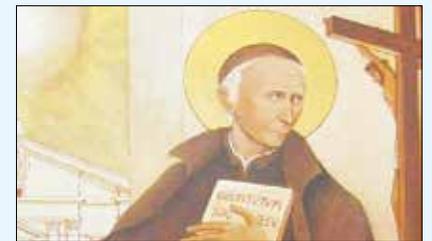
**Lugar:** Teatro Nacional

**Info:** www.1903elmusical.com

### Santos de la Semana

- **11 Nov.** San Martín de Tours, obispo
- **12 Nov.** San Josefát, obispo y mártir
- **13 Nov.** San Diego de Alcalá
- **14 Nov.** San Serapio, mártir
- **15 Nov.** San Alberto Magno
- **16 Nov.** Santa Gertrudis

#### • San José Pignatelli 14 Nov.



De familia italiana, nació en Zaragoza en 1737. Ingresó a la comunidad jesuita y empezó a trabajar en los apostolados de su comunidad, especialmente en enseñar catecismo a los niños y a los presos.

En 1771, ya expulsados los jesuitas de España por la Masonería Mundial, profesó definitivamente. En 1803 fue nombrado provincial de los jesuitas en Italia. Fue una pieza clave para la restauración de la orden, pero no pudo verlo, ya que falleció en 1811 y fue restaurada en 1815.

#### • Santa Inés de Asís 16 Nov.



Era una de las hijas del conde Favorino de Scifi. Inspirada por el ejemplo de Francisco y su hermana Clara, dejó la casa y se hizo seguidora del santo, quiso compartir la vida de pobreza y penitencia.

Furioso el padre por haber perdido a sus hijas, envió algunos parientes para forzarlas a regresar. La arrastraron por el pelo a Inés fuera del monasterio, golpeándola y pateándola. Su cuerpo se puso tan pesado que sus agresores la dejaron caer en un campo cerca.

San Francisco cortó su pelo y le dio el hábito en reconocimiento a su resistencia.