

## Médicos: vivir la fe más allá del dolor



APOSTOLADO. Medicina con Fe

REDACCIÓN. Fruto de la JMJ Panamá 2019, un grupo de estudiantes de medicina han emprendido el camino de servir al paciente que sufre, a sus familias, y a sus colegas.

12-13

## En memoria de San Juan Pablo II



22 DE OCTUBRE. Se celebra su fiesta.

REDACCIÓN. Una capilla lleva su nombre. Ofrece un espacio de recogimiento, pero también de regocijo para los que desean estar en comunión con el Padre. Un equipo cumple con aquello que han convertido en un apostolado: mantener el templo al servicio de los fieles.

08

SÍGUENOS EN:



• DOMUND 2020. HOY LA IGLESIA UNIVERSAL CELEBRA LA JORNADA MUNDIAL DE LAS MISIONES.

# Ponte la camiseta de la misión

«AQUÍ ESTOY, ENVÍAME» (IS 6,8). ES LA RESPUESTA A LA LLAMADA QUE VIENE DEL CORAZÓN DE DIOS.



REDACCIÓN. En su mensaje para la Jornada Mundial de las Misiones 2020, el Papa Francisco invita a salir de nosotros mismos por amor a Dios y al prójimo, y que se vea como una oportunidad para compartir, servir e interceder, ya que “la misión que Dios nos confía a cada uno nos hace pasar del yo temeroso y encerrado al yo reencontrado y renovado por el don de sí mismo”.

Por eso, el Presidente del Consejo de Misión y Espiritualidad, monseñor Edgardo Cedeño, hizo un llamado hoy más que nunca a que nos pongamos la camiseta de la Misión de Cristo, que hemos recibido cada uno el día de nuestro bautismo. En definitiva, se trata de vivir la vocación bautismal con auténtica pasión y ganas; es provocar en nosotros el compartir la fe con las personas que nos rodean y más allá de nuestro círculo familiar y comunitario.

“Seamos bautizados con sabor a misión, alegres y creativos”, exhortó.

## Cristo Negro

La celebración se realizará bajo estrictas medidas de bioseguridad y no habrá procesión.

07

## Santa Teresa

Su testimonio de vida es fuente de inspiración para maestros y padres de familia.

17

## Misión cumplida

Ellos tenían un compromiso con Dios: salir al encuentro del hermano y socorrerlos.

18

## Cuida tu corazón

Controlar la presión arterial beneficia de manera general al sistema cardiovascular.

20

## Al servicio

## • Panorama Católico

Por 35 años hemos trabajado para llevar buenas nuevas a todos los hogares del país. Necesitamos de tu apoyo.

**Banco General: Cuenta corriente**  
**Iglesia Católica Panorama Católico**  
03-01-01-001660-7

## • Pastoral Social-Cáritas Arquidiocesana

Atención a problemas sociales en las Parroquias de la Arquidiócesis

**Cuenta: Asociación Cáritas Arquidiocesana**  
**Nº 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



WWW.RADIOHOGAR.ORG | 94.1 FM.

## Indice

## ACTUALIDAD

04 ACTUALIDAD • REPORTAJE  
"¡Aquí estoy, envíame!"

- GÉNEROS
- DIÓCESIS
- INTERNACIONALES
- OPINIÓN

04

## ESPIRITUALIDAD

14 ESPIRITUALIDAD  
Espiritualidad cristiana y fraternidad

- LAICOS
- CATEQUESIS
- LITURGIA
- BIBLIA

14

## COMUNIDAD

18 COMUNIDAD  
Tarea misionera

- FAMILIA
- JUVENIL
- VIVIR
- NIÑOS

18

## VARIEDAD

22 VARIEDAD  
¿Energía eólica para quién?

- ECOLOGÍA
- FE Y CULTURA
- BELLAS ARTES
- ENTRETENIMIENTO

22

## Editorial

## Ayudar a los misioneros

¡Tantos hombres y mujeres que en el mundo entero dan todo de sí, para que hermanos y hermanas que viven en las periferias experimenten el Amor de Dios! A veces parece que están solos, que nadie les atiende, no les dan la mano y están a su suerte, en territorios peligrosos y en ocasiones inhóspitos.

No todo esos enunciados son ciertos. Algunos están aquí cerca, en el mismo barrio donde vivimos; han dejado su patria y sus raíces para venir a servir en Panamá, nación a la que le dedican largas jornadas de entrega enamorada. Viven en comunidades, algunas

parroquiales, y comparten como vecinos y vecinas amables sus humildes tesoros.

Es cierto que una hermosa mayoría está en territorios fronterizos, allá donde escasean los recursos, y sobra la violencia. Por y para ellos, muy especialmente, debemos orar y trabajar.

Lo importante es que todos tengan la certeza de que no están en el territorio del olvido, donde la Iglesia Universal casi voltear a mirar. Para nada. Precisamente en este penúltimo día del mes de octubre, los católicos del Orbe se dedican a orar por ellos, y a recolectar los fondos que están a su alcance para ayudarlos

en su labor evangelizadora y de promoción social.

Esta es una fecha para ponernos de rodillas y dar gracias a Dios por la vocación de estas personas que lo dejan todo para servir al Señor en sus hermanos. Más en estos días, cuando el Papa Francisco nos ha recordado que "Nadie puede pelear la vida aisladamente. [...] Se necesita una comunidad que nos sostenga, que nos ayude y en la que nos ayudemos unos a otros a mirar hacia adelante" (Fratelli Tutti #8): Qué mejor acción de Amor y Misericordia que esa, la fraternidad.

## Caricatura

Panorama  
Católico

Caminando en la Esperanza

Fundado: 24 de febrero de 1985

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

**Betzaida Touliver U.**  
Directora

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

**Pro. Severo Samaniego**  
Económico Administrador

**Zaribeth Deans**  
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](http://www.panoramacatolico.com)

Correo: [redaccion@panoramacatolico.com](mailto:redaccion@panoramacatolico.com)



**Lugar para depositar  
objetos **BENDECIDOS** que están  
deteriorados o sin usar.**

- . Medallas
- . Rosarios
- . Estampitas
- . Imágenes
- . Biblias
- . Misales

📍 Arzobispado de Panamá - Librería Católica  
🕒 Horario de 9 AM a 1 PM. ☎ 229-5619



**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 plásticos, no hay mañana

Acompáñanos en: 



**Conectados  
con El Naza**  
PEREGRINACIÓN VIRTUAL 2020



**21 de octubre**  
Misa solemne a las 11 a.m. y 6 p.m.  
Preside:  
**Monseñor Manuel Ochogavía**  
Obispo de la Diócesis de Colón-Kuna Yala

**Festividad de Cristo  
Negro de Portobelo**

Transmisión por  
Radio Inmaculada FM,  
Radio Mario, Radio Hogar



en las redes sociales  
santuario\_jesus\_nazareno / inmaculadafmcolon  
Santuario Jesús Nazareno de Portobelo  
#conectadosconelnaza



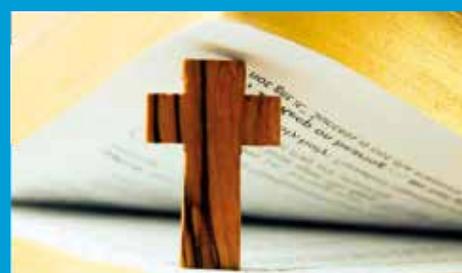
**El Instituto de Formación  
de Agentes de Pastoral de  
la Arquidiócesis de Panamá**

**Inscripción del  
15 al 30 de octubre 2020**  
infapvicar@gmail.com

**MATRÍCULA B/. 25.00**  
cada materia B/. 25.00

**Depositar a la Cta.  
No. 03-05-01-002483-2**  
del Banco General a nombre de:  
Iglesia Católica-Arquidiócesis de  
Panamá ITEPA.

**Para la matrícula debe tener:**  
Carta del párroco y  
comprobante de depósito  
de matrícula.



**Inicio de clases virtuales el  
11 de noviembre 2020**  
horario de 6:00 p.m. a 8:00 p.m.  
días martes y miércoles.




• **OCTUBRE.** MOMENTO PROPICIO PARA LLEVAR EL MENSAJE DE ESPERANZA A TANTOS HOGARES Y LUGARES.

# “¡Aquí estoy, envíame!”

EN ESTE MES DE OCTUBRE, LA IGLESIA PROPONE RESALTAR LA ESENCIA DE NUESTRO COMPROMISO BAPTISMAL: LA MISIÓN. Y EN ESTE TIEMPO DE COVID-19 CON LA MISMA FUERZA.

REDACCIÓN  
redaccion@panoramacatolico.com

Se celebra este domingo el DOMUND, día en que, de modo especial, la Iglesia universal reza por las misiones y los misioneros. A continuación, publicamos el mensaje del Presidente del Consejo de Misión y Espiritualidad, Monseñor Edgardo Cedeño.

Saludamos a todos y a cada uno de los bautizados en este domingo del DOMUND, domingo mundial de las misiones. Agradecer la disposición y empeño en vivir y compartir la misión del Señor. Como nos dice el Papa Francisco en su carta para este día: “La misión que Dios nos confía a cada uno nos hace pasar del yo temeroso y encerrado al yo re-encuentrado y renovado por el don de sí mismo”. Sobre todo, en este tiempo de Covid-19. Espacio propicio para llevar el mensaje de Esperanza a tantos hogares y lugares.

Más que nunca les invito a que nos pongamos la camiseta de la Misión de Cristo, que hemos recibido cada uno el día de nuestro bautismo. El sentirnos comprometidos con la invitación que nos hace a diario Jesucristo: “Vayan y hagan discípulos en todos los pueblos y enséñenles a cumplir todo lo que yo les he mandado. Yo estaré con ustedes siempre hasta el fin del mundo” (Mt. 28, 19). Este mandato recibido, nos envía a continuar llevando el mensaje de Vida y Esperanza a nuestras familias, comunidades y a todos aquellos alejando de la fe.

En definitiva, se trata de vivir la vocación bautismal con auténtica pasión y ganas, es provocar

Pongámonos  
la camiseta  
de la Misión  
de Cristo,  
recibida  
el día de  
nuestro  
bautismo.

en nosotros el compartir la experiencia de fe con las personas que nos rodean y más allá de nuestro círculo familiar y comunitario. No podemos olvidar el estilo de vida del discípulo: escuchar en todo momento al maestro, saber quién es el maestro y que nos propone. Es un llamado a una formación continua y de actualidad. Seguidores en la oración y contemplación a luz de la Palabra de Dios, sentirse convocados a la mesa eucarística y enviado con total renovación a sociedad de hoy, llevando el mensaje de la Buena Nueva.

“Nosotros no podemos dejar de hablar de lo que hemos visto y oído” (Hch. 4,20), es una invitación a proponer la conversión y el anuncio del Reino de Dios, en medio de nosotros que tenemos que ir construyendo en comunidad. Asumir este compromiso bautismal nos lleva a una conversión y disposición continua, el Santo Padres: “Una Iglesia



**COMPROMISO.** Todo bautizado está llamado a ser misionero. No solo los consagrados.



**MISIÓN.** Compartir la experiencia de fe con las personas que nos rodean y más allá de nuestro círculo familiar y comunitario.



ESPACIO. Jóvenes se lanzan a las comunidades para misionar.



OMP. Niños y niñas de la Infancia Misionera son orgullosos de llevar a otros niños la novedad del Reino de Dios.

en salida hasta los últimos confines exige una conversión misionera constante y permanente”, (Domund 2019).

Todo lo anterior nos invita a seguir la marcha misionera sin tardar ni excusa alguna, es un envío divino y que la Iglesia hace presente todos los días. Como lo estamos viviendo en este mes de octubre en especial, el tercer domingo llamado DOMUD, el año pasado se nos invitaba a: “Bautizados y Enviados: la Iglesia de Cristo en misión en el mundo”, se realizó el mes extraordinario de las misiones, con múltiples talleres misionales y jornadas misioneras para recordar los 100 años de la Carta Apostólica “Máximum illud” del Papa Benedicto XV (30 de noviembre 1919). Para este año se nos invita a través de la Carta que nos envía el Papa Francisco para este mes misionero 2020: “Aquí estoy, mándame” (Is. 6,8).

Muy atinado el Santo Papa al proponernos este tema de reflexión, oración y aceptación de hacer parte de la misión. El envío misionero, el ir más allá de nuestras fronteras parroquiales, dio-

## Datos

- **140 países en todo el mundo** celebran esta jornada en la que el principal objetivo es hacer visible la realidad de las misiones y acompañar a los misioneros, en su día a día, a través de la oración.
- **Las Jornadas del Domund** fueron iniciadas por el Papa Pío XI en 1926 y desde entonces, en toda la Iglesia, nos comprometemos y actuamos para apoyar las misiones.
- **Invitación: “Vayan y hagan discípulos** en todos los pueblos y enséñenles a cumplir todo lo que yo les he mandado, Yo estaré con ustedes siempre hasta el fin del mundo” (Mt. 28, 19).

cesanas, para llevar el contagio de la alegría, de la experiencia de fe, “Es verdad que el Señor ha resucitado...” (Lc 24, 34); (Mt. 28,6),

la Iglesia pastoreada por el Papa Francisco nos dice: “La alegría del Evangelio que llena la vida de la comunidad de los discípulos, es una alegría misionera” (EG21).

Los bautizados debemos asumir de corazón la esencia de la Iglesia: La Misión, entonces se verá más claro el cometido o hilo conductor que llegue a todos los distraídos y alejados, empezando por nosotros mismos, dejándonos Evangelizar para poder Evangelizar a nuestros hermanos.

Queremos inviarles a celebrar este mes de las misiones teniendo muy en cuenta la situación en que hoy nos encontramos. Es un espacio propicio para seguir formándonos y actualizándonos. Sin olvidar orar por cada misionero en el mundo y en nuestro país, aportar solidariamente para que las estaciones de misiones sigan con su cometido evangelizador.

Compartir la misión desde las plataformas digitales es hoy una gran herramienta, que nos ayudará a llegar a más hermanos invitándoles a unirse a esta gran aventura llena de alegría y esperanza.

No bajamos la guardia del ánimo misionero, por la falta de interés en las parroquias, cuando se nos cierran las puertas de las casas o “venga otro día”, el Señor entonces nos dice: “No temas, porque yo estoy contigo; no desmayes, porque yo soy tu Dios”, (Is.41, 10; “No se angustien. Confíen en Dios y confíen también en mí”, (Jn. 14.1).

Seamos bautizados con sabor a misión, alegres y creativos, vibremos con la fuerza del Espíritu del Resucitado, muchos hermanos nos esperan, vayamos entonces a su encuentro con actitud solidaria y fraterna. Misión es compartir a mis Señor muerto y liberador.

Seguimos agradeciendo al Señor de la Vida, por regalarnos a tantos misioneros y misioneras, convencidos y entregados, que llevan con alegría el Evangelio y dan testimonio de servicio y cercanía. En especial queremos destacar el gran servicio de tantos niños y niñas de la Infancia Misionera (OMP), que son orgullosos de llevar a otros niños la novedad del Reino de Dios.

Te invitamos a ponerte la camiseta de la misión, como lo hizo

nuestra Señora La Antigua, que nos acompaña ahora y siempre.

## Misioneros en los territorios de Misión

Varios misioneros cuentan su experiencia en estos territorios de misión. Como es el caso del P. Pablo Seco, que se encuentra en Wakayama, Japón que asegura que se encuentra allí: “anunciando el evangelio, trayendo la persona de Jesús. Y cada uno de los cristianos de aquí también tiene que llevar a Jesús a sus familias, porque seguramente serán los únicos cristianos que hay en ellas”.

También el P. Alfonso Tapia, que vive en San Ramón (Perú), explica que su vocación misionera es “recrear de algún modo lo que Jesús hizo, que vino y se hizo uno de nosotros. Aquí intentamos ser uno más de ellos. Yo no estoy aquí, por un capricho mío, soy la respuesta de Dios para estas personas”.

Para poder seguir ayudando a los misioneros en todo el mundo, Obras Misionales Pontificias (OMP) anima a participar, a pesar de las dificultades provocadas por la pandemia, en esta jornada.

• REFERENTE. LA FAMILIA ES UNA COMUNIDAD DE VIDA Y AMOR, Y SU MODELO ES CRISTO.

# Sanar heridas: una respuesta de misericordia y amor

FAMILIAS ESTÁN EN FORMACIÓN PERMANENTE A TRAVÉS DE EL ACOMPAÑAMIENTO DEL MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO (MFC). ESTE AÑO, EL MFC EN CHITRÉ PROPUSO CELEBRAR LA NOCHE FAMILIAR CON EL TEMA: “LA FAMILIA LUGAR DE PERDÓN Y RECONCILIACIÓN”.

YOEL E. GONZÁLEZ N.  
redaccion@panoramacatolico.com

Sí usted se pregunta cómo sanar los errores y ofensas del pasado y ver las posibilidades de avanzar y construir un futuro junto a los demás miembros de su familia, la respuesta se encuentra sin lugar a duda en la palabra “perdón”. El perdón es vital para nuestra salud emocional y sobrevivencia espiritual. Sin perdón, la familia se convierte en un escenario de conflictos y un bastión de agravios. Sin perdón, la familia se enferma.

**Habrá un homenaje al padre Edwin Nieto Quintero por su entrega y apoyo espiritual a las familias MFC.**

Esto lo afirman Rolando y Bianeth Pérez Pérez, quienes son parte del Movimiento Familiar Cristiano (MFC), en su capítulo de la diócesis de Chitré. Esta pareja de esposos considera que el perdón es la esterilización del alma, la limpieza de la mente y la liberación del corazón.

Este año el MFC en Chitré propuso celebrar la Noche Familiar con el tema: “La familia lugar de perdón y reconciliación”, que se llevará a cabo el próximo 24 de octubre próximo de 6:00p.m. a 9:00 p.m. a través del Facebook mfcpanama. Tendrá la participa-

ción de los expositores mexicanos: Lucy y Ricardo Araujo del MFC-Monterrey-México. Esta pareja tiene 4 hijos y 6 nietos.

Para el Obispo de la Diócesis de Chitré, Monseñor Rafael Valdivieso Miranda, esta experiencia que ofrece el MFC es válida, ya que las familias podrán tener acceso a las herramientas necesarias para encontrarse y curar las heridas.

Y es que este movimiento de la Iglesia sigue en su tarea de evangelización y promoción de la familia. La pandemia no ha sido impedimento para continuar capacitando y formando, cumpliendo su misión de educadora en la fe, promotora del bien común y defensora de la vida.

Rolando y Bianeth Pérez Pérez reconocen la situación histórica que vive la familia con sus luces y sombras, y advierten de la importancia de dedicar atención diaria a sus necesidades, afecto, comprensión y buscar siempre y en todo momento su bienestar.

## Presencia del MFC

El Movimiento Familiar Cristiano (MFC) se origina antes de los años cincuenta a orillas del río de la Plata en Uruguay, y rápidamente se extiende en Latinoamérica, gracias al carisma apostólico y el esfuerzo misionero de tres matrimonios uruguayos: Sonería, Gelsi, Gallinal y el Padre Pedro Richards, quienes lo propagaron por todo el continente.

En nuestro país inició hace 57 años, y tiene presencia en la



EXPOSITORES. Monseñor Rafael Valdivieso Miranda, Ricardo y Lucy Araujo y el padre Rafael Olmos asesor del MFC (2015-2017).

## Opiniones

**Braulio y Briseida Quintero**  
Esposos

El Movimiento Familiar Cristiano nos ha ayudado a crecer espiritualmente, teniendo a Dios como guía para llevar nuestro matrimonio, nuestra familia y nuestra relación con el prójimo.



**Pedro y Porfiria Castillo Crespo**  
Esposos

La formación del MFC nos ha enseñado a ser familias dignas, responsables y transformadoras para contribuir a una mejor sociedad del Pueblo de Dios y en la construcción de su Reino.



**Catalina Benalcázar**  
Participante

El servicio a Madres Responsables del MFC ha sido una experiencia de acompañamiento a mujeres solas para crecer como seres humanos, comprometidas con la evangelización.



diócesis de Chitré desde el año, 1984. Actualmente, el MFC cuenta con parejas de matrimonios en las parroquias de: Nuestra Señora la Virgen del Rosario (Chitré), San José (Pesé) y Virgen de las Mercedes (Guararé). También existen grupos de madres solteras, lo que se conoce en el MFC como Madres Responsables de Familia, en las parroquias de: Nuestra Señora la Virgen del Rosario (Chitré) y San Miguel Ar-

cángel (Monagrillo).

El MFC ha contado con excelentes sacerdotes, asesores en la Diócesis de Chitré: Fray José Majadas, OSA (1984), fundador; Fray Manuel Ochogavía Barahona OSA (2013-2014), actualmente Obispo de la Diócesis de Colón y Kuna Yala; Fray Armando Bayard OSA (2015-2017) y el padre Edwin Nieto Quintero (2018-2020), parroquia Santa Librada de Las Tablas.

## Servicios que ofrece el MFC

Kerigmas, encuentros conyugales, encuentros familiares, cursos prematrimoniales, formación de parejas, formación en el amor, formación para padres de familias, formación para madres responsables de familias, servicio de orientación familiar, formación para jóvenes y adolescentes. Todos los servicios que ofrece el MFC cuentan con su respectivo libro o guía para realizarlo.

• **CELEBRACIÓN.** MISA CRISMAL COBRA SENTIDO DE CELEBRACIÓN, ENVÍO Y NUEVA PASCUA.

# Misa crismal en Penonomé

LA DIÓCESIS DE PENONOMÉ CELEBRÓ EL 8 DE OCTUBRE LA MISA CRISMAL, QUE GENERALMENTE SE REALIZA EN LA SEMANA SANTA, PERO POR LAS CIRCUNSTANCIAS DE LA PANDEMIA, NO SE HABÍA DADO.

HANNA PÉREZ  
redaccion@panoramacatolico.com

Monseñor Edgardo Cedeño Muñoz, Obispo de Penonomé, presidió la Misa Crismal a las 10:00 a.m. en la Catedral San Juan Bautista de Penonomé, junto al clero. También asistió el equipo de salud y equipo de medios de comunicación de la parroquia, siguiendo las medidas de bioseguridad, sin la asistencia de feligreses.

## El Obispo, rodeado del Presbiterio, bendijo los Óleos y consagró el Santo Crisma.

Los Santos Óleos y el Santo Crisma fueron llevados al altar y presentados al Obispo por dos Jóvenes y un seminarista de la Diócesis, respectivamente, para su bendición. Ellos llevan esa fuerza del Espíritu Santo, que nos acompaña en nuestros sacramentos de vida cristiana e invitando a caminar con espe-

ranza.

Fue un encuentro especial para el obispo y sacerdotes de la diócesis, donde todos se congregaron al Santo Crisma renovando sus votos y promesas sacerdotales; misión a la que Dios les ha confiado y que hicieron el día de su ordenación sacerdotal.

Monseñor Cedeño explicó que esta celebración solemne, más que una tradición dentro de la iglesia se reviste de un lenguaje simbólico que nos recuerda el paso de nuestra vida a través de los sacramentos y nos invita a seguir en oración por nuestros sacerdotes.

“El lenguaje que no puede callarse, es el de la esperanza, que no es pasiva, que es auténtica, que no es egoísta ni interesada, una esperanza creativa, gestora de vida, gestora de un gran movimiento para compartir la fraternidad”, dijo Monseñor Cedeño.

El obispo también dirigió un mensaje a sus hermanos sacerdotes y los invitó a no ser “ánforas vacías, sino llenas del espíritu del Señor, para ser auténticos



RITO. Monseñor Cedeño resaltó la importancia de los sacramentos como signo de fe.

evangelizadores y comprometidos con esa consagración que han asumido”.

El Vicario General, padre Teo-

baldo Quirós, y el Asesor de Pastoral Juvenil, padre Aquiles Sánchez coincidieron que este ha sido un tiempo para hacer

un alto en nuestra vida ajetreada, y exhortaron a la oración, a mantener esa comunicación con Dios.



PEREGRINOS. Acuden a su cita con el Nazareno.

## Celebración con distanciamiento social

YOEL E. GONZÁLEZ N. Las novenas, por la festividad de Jesús Nazareno, se llevan a cabo con estrictas medidas de bioseguridad, esto implica una serie de indicaciones que deben cumplir tanto visitantes como feligresía parroquial, así lo indicó el padre Narciso Abrego, párroco de la parroquia de San Felipe en Portobelo.

Aseguró que se han seguido las directrices del Ministerio de Salud (MINS), en cuanto al distanciamiento de las bancas, uso de mascarillas y el uso del alcohol, dentro del templo, y el equipo de

salud parroquial está vigilante de que las medidas de bioseguridad la sigan, tanto la feligresía como los visitantes.

Explicó el Rector de Santuario que se han recibido a los devotos, pero “en realidad muy pocas han podido entrar al templo debido a las normas de bioseguridad exigidas por las autoridades de salud.

Juan Antonio Vega es devoto del Cristo Negro de Portobelo y comentó que cada año asiste a la celebración. Agregó que enciende una vela frente la imagen para

pedir él y por su familia. Este año pido, además, porque pronto termine esta pandemia que ha afectado a miles de personas en Panamá. “Pediré al Nazareno que no nos abandone, que nos cuide y que siempre esté allí bendiciéndonos”, enfatizó.

Tanto la novena como la festividad de Jesús Nazareno se realizan de manera sencilla, teniendo solo dos misas diarias, para el día 21 de octubre se realizarán dos eucaristías a las 11:00 a.m. y a las 6:00 p.m.

• **APOSTOLADO.** CUIDAN Y MANTIENEN LA CAPILLA JUAN PABLO II, UBICADA EN ALBROOK MALL.

# Apostolado en memoria de San Juan Pablo II

EL 22 DE OCTUBRE PRÓXIMO, LA IGLESIA CATÓLICA CELEBRA A SAN JUAN PABLO. FECHA MEMORABLE PORQUE COMENZABA SU PONTIFICADO OFICIALMENTE CON UN: "¡NO TENGÁIS MIEDO!"

REDACCIÓN  
redaccion@panoramacatolico.com

En honor a este recordado Papa San Juan Pablo II, se construyó una capilla que lleva su nombre. ¡no puede pasar inadvertida! Está ubicada en medio de uno de los centros comerciales más grandes de Panamá.

Se cumplió el anhelo de un grupo de personas que, cual hormiguitas, trabajan en equipo para cumplir con aquello que han convertido en un apostolado: mantener la capilla al servicio de los fieles, es el denominado Apóstoles de Jesús y María (ApoJeMa).

Ellos en total obediencia a la Iglesia, oran cada día por la misión de los sacerdotes, confirma Mayra de Nicolau, fundadora; una mujer que al hablar denota su

**Oran por los sacerdotes, religiosos, religiosas y vocaciones a la vida consagrada.**

espiritualidad, la seguridad de sentirse protegida y querida por Jesús y María. Y lo mismo ocurre con sus hermanos de la asociación.

Apóstoles de Jesús y María es una asociación privada de fieles de derecho diocesano, que ora por los sacerdotes, religiosos, religiosas y vocaciones a la vida consagrada, cuyos miembros se comprometen a cumplir con la Eucaristía Dominical, la confesión mensual, visitas semanales al Santísimo Sacramento, oración personal diaria y oración en grupo cada siete días, en la cual se reza el Santo Rosario.

La capilla San Juan Pablo II, ubicada como está, en un centro comercial, es el lugar perfecto para antes o después de las compras, asistir a la Eucaristía, adorar al Santísimo o escuchar las catequesis de niños (ApoJeMa Kids) y adultos que allí

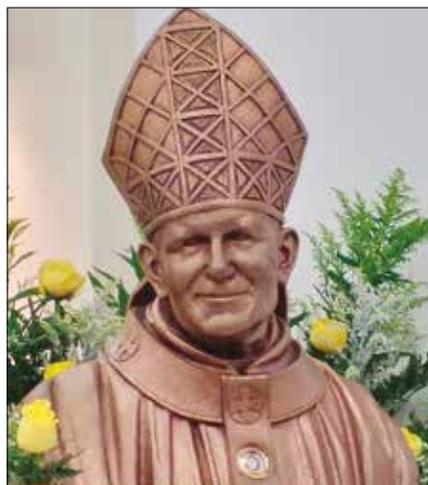
## Capítulos nacionales e internacionales

- **ApoJeMa** se considera una sola familia, reunida en grupos según el lugar donde ejercen su labor apostólica. Hay capítulos en las diferentes diócesis del interior y Arquidiócesis de Panamá.

- **En el ámbito internacional**, hay 22 grupos en la Arquidiócesis de San José, Costa Rica; en la diócesis de San Isidro del General, cercana a la frontera con Panamá.

- **De igual manera**, hay un capítulo en Roma, Italia, en la parroquia San Giuseppe de Cupertino, que es regentada por José Luis Cardenal Lacunza, OAR.

se dictan, pero actualmente están suspendidas las actividades religiosas debido a la pandemia.



**CAPILLA.** Conserve la reliquia del Santo.



**DEVOCIÓN.** El grupo llamado la "ApoJeMa Kids", reza el Rosario. (Foto de Archivo)

## La capilla por dentro y por fuera

**REDACCIÓN.** En la capilla San Pablo II, los fieles pueden observar de primera mano, al lado del altar, la reliquia de San Juan Pablo II, incrustada en el pecho de un busto hecho en su honor, tan perfecto que pareciera que ve al visitante desde cada ángulo en que se mueve.

Además, está la silla que utilizó para la misa campal en Albrook, cuando visitó a Panamá el 5 de marzo de 1983. Es un mueble de mucho significado, de madera sólida tapizada en piel. A su lado, está el Santísimo.

También se observa una silla, toda de madera tallada, usada por él en otra de las

misas que ofició aquel día. Se planea instalar allí un museo en su honor.

Una gran pintura de él, ataviado con una chaquirá característica de los indígenas Ngäbe Buglé, domina la pared donde se coloca el coro.

Afuera, a un costado, fue colocada la estatua del papa que otrora estaba en la isleta de la vía contigua al centro comercial y al aeropuerto de Albrook. Allí puede leerse una placa con un mensaje del papa santo dedicado a Panamá: "Este país aparecerá en mi mente como una orquídea, vuestra flor nacional, llamada también Flor del Espíritu Santo".

📌 **Semper gaudens**



**El Santo Rosario es Cristocéntrico**

Marlenis Yángüez  
sempergaudens@gmail.com

Los protestantes suelen rechazar el Santo Rosario afirmando que menciona más a María que a Jesús, y que por lo tanto es adoración a la Virgen María.

Quien esto afirma, es obviamente una persona que no ora el Rosario, el cual consiste fundamentalmente en vivir, meditar y hacer oración cada uno de los misterios de la vida de Jesús, en unión con la Virgen María; en ellos tenemos el Evangelio concentrado.

Todo el Rosario está centrado en el misterio de la redención de Cristo. El Credo, el Padre Nuestro, el salu-

**Todo el Rosario está centrado en el misterio de la redención de Cristo.**

do del ángel, la Glorificación de la Santísima Trinidad y la jaculatoria de Cristo para implorar su misericordia.

Rosario significa "Corona de Rosas" y cada Ave María es una rosa que regalamos a la Virgen María para obtener

gracias de Dios por su intercesión. Pero, aunque en el Rosario el nombre de María es mencionado más veces que el de Jesús, eso no le quita el carácter Cristocéntrico.

Por ejemplo en la Biblia encontramos pasajes donde se menciona a Dios pocas veces. El libro de Ester no menciona a Dios, pero menciona el nombre de Ester 56 veces. En el libro de los Hechos de los apóstoles se menciona a Jesús en distintos títulos un total de 84 veces. En cambio el nombre de Pablo se menciona 130 veces, Saulo 23 veces, total 153 veces. Sin embargo, nadie duda que todo el libro de los Hechos de los apóstoles como toda la Biblia esté centrado en la persona de Jesucristo.

• **VIDA.** EL CAMINO CRISTIANO ES RADICAL Y ES DARLO TODO POR JESÚS.

# La tibieza es asintomática

HAY UNA ENFERMEDAD ESPIRITUAL QUE NOS ATREVERÍAMOS A DECIR QUE ES ENDÉMICA, O LA PODRÍAMOS CATALOGAR DE PANDEMIA Y ES LA TIBIEZA.

ROQUEL CÁRDENAS  
redaccion@panoramacatolico.com

Hay enfermedades que nos sorprende, por la falta de una adecuada verificación médica, vivimos con ellas como una bomba de tiempo. Enfermedades como la diabetes y la hipertensión, las personas las padecen sin siquiera sospecharlo. Recuerdo una doctora me decía, que en las jornadas de salud que realizan es muy común encontrarse con personas que descubren que padecen una de esas enfermedades en ese momento. "Solo Dios sabe desde cuando estaban padeciéndola y que daño le pudo haber causado", me comentaba la doctora.

**El que predica la sana doctrina es tildado de retrogrado, fanático y fascista.**

En el ámbito espiritual nos puede estar pasando lo mismo. Hay una enfermedad espiritual que me atrevería a decir que es endémica o la podríamos catalogar de pandemia y es la tibieza. Y esta enfermedad al igual que el Covid-19 puede ser asintomática o por lo menos no es perceptible para el que la padece. En cuanto al grado de contagio solo Dios sabe hasta qué punto es contagiosa, pero por simple inspección podemos apreciar que al menos se han contagiado muchos.

Hay un versículo muy conocido que nos habla de esta enfermedad que dice lo siguiente: "Ahora bien, puesto que eres tibio, y no frío ni caliente, voy a vomitarte de mi boca", **Apocalipsis 3, 16**. El texto nos manifiesta una repulsa hacia la tibieza, a tal punto que usa una expresión muy fuerte, que puede parecer incluso algunos hasta de mal gusto. Pero la fuerza de la figura nos pone a reflexionar ¿Por qué Dios usa una expresión tan fuerte para referirse a la tibieza?

En otros pasajes Jesús nos manifiesta que cuando se trata de Él no hay térmi-



**ENFERMEDAD.** El grado de contagio de la tibieza es asintomática.

nos medios. "El que no está conmigo, está contra mí, y el que no recoge conmigo, desparrama", **Mateo 12, 30**. Porque está diáfano que cuando se trata de Dios es todo o nada. Hay que tener muy claro el panorama, el camino cristiano es radical o lo damos todo por Jesús o simplemente renegamos de Él, aunque no sea de manera explícita. Eso es precisamente la tibieza una negación de Dios, solapada escondida, pero al fin y al cabo negación.

Es una situación que nos seduce al no percibir que las consecuencias del pecado original y la suma de todos los pecados personales confiere al mundo en su conjunto una condición pecadora, que es designado por San Juan como "el pecado del mundo", **Juan 1, 29**. Por eso llamamos mundo o el mundo la influencia negativa que ejercen sobre las personas las situaciones comunitarias y estructuras sociales, que son frutos de los pecados de los hombres. Es una situación dramá-

tica en la que vemos nuestra sociedad con una grave influencia del maligno, a tal punto que la Escritura lo presenta de la siguiente manera: "Sabemos que somos de Dios y que el mundo entero yace en poder del Maligno", **I Juan 5, 19**.

Entonces surge una nueva modalidad de tibieza que es lo llamado "políticamente correcto" en la que ya no es el Evangelio el que nos dice lo que está bien o mal, sino una supuesta opinión imperante. Que claman por reformas para que la Iglesia cambie, para complacer la nueva moral relativista. Nos enfrían diciendo que lo más importante es el amor y por lo tanto hay que aceptar como bueno todo lo que el otro haga. Porque el que se atreva a predicar la sana doctrina será tildado de retrogrado, fanático y fascista. Por eso San Juan nos advierte: "No amen al mundo ni lo que hay en el mundo. Si alguien ama al mundo, el amor del Padre no está en él", **I Juan 2, 15**.

• **REALIDAD.** MUCHOS CATÓLICOS PARTICIPAN AÚN DE LA SANTA MISA A LARGA DISTANCIA.

# El viejo paganismo que resurge

LA EXPERIENCIA DE LA PANDEMIA DE CORONAVIRUS COVID-19 NOS HA LLEVADO A UNA CUARENTENA QUE TRASTORNÓ NUESTRA VIDA, MÁS AÚN, TAL PARECE QUE ESA ENFERMEDAD SE VA A QUEDAR ACTIVA, ENTRE NOSOTROS, DURANTE MUCHO TIEMPO.

P. FERNANDO PASCUAL/CATHOLIC.NET  
redaccion@panoramacatolico.com

Qué impresionante ver las ciudades del mundo y las nuestras con sus plazas y calles vacías. Se cerraron todos los lugares de encuentro entre las personas, playas, estadios, centros nocturnos, restaurantes, jardines y parques.

También se cerraron las iglesias y no se celebraron los Sacramentos a no ser a través de los medios de comunicación y, de esa forma, tenemos la experiencia de las comunidades virtuales en tiempo real. Muchos católicos participan aún de la Santa Misa a larga distancia y para ellos es un consuelo espiritual muy importante... pero no es lo mismo.

## No es válido confesarse ante un confesor ausente y recibir la absolución de él.

Nos quedamos con hambre de la Eucaristía, no podemos acercarnos aún comulgar y tenemos que conformarnos con nuestra comunión espiritual. Sufrimos un ayuno eucarístico y tenemos hambre de la Santa Comunión.

¿Se puede recibir la comunión de forma virtual? Desde luego que NO. Se puede participar en la celebración de una Misa transmitida en vivo por televisión o internet, pero el hecho de que no podamos recibir la santa Comunión en ella nos hace ver la necesidad de la presencia real, tanto del ministro como la de los participantes en la celebración Eucarística.

Lo mismo pasa con el Sacramento de la Reconciliación. Aunque ustedes no lo crean todavía hay mucha, mucha, gente que acostumbra confesarse con frecuencia. Para ellos, el no tener sacerdotes disponibles debe ser una experiencia dolorosa, sobre todo porque sienten muy cercano el peligro de la muerte. Indudablemente, al reabrirse las iglesias, los



PANDEMIA. Sufrimos un ayuno eucarístico y tenemos hambre de la Santa Comunión.

sacerdotes tendremos mucho trabajo confesando a los feligreses que también tienen hambre del perdón de los pecados por medio del Sacramento de la Reconciliación.

¿Puedo confesarme por teléfono? Una pregunta frecuente que los fieles han hecho durante el aislamiento social por la pandemia de COVID-19 es si se puede hacer una confesión por teléfono o por alguna plataforma en internet.

La respuesta también es NO. Y no se trata solamente de la inseguridad de los medios de comunicación que pondrían en peligro el secreto de la confesión, sino del hecho de que para la validez de los sacramentos se requiere la presencia física del ministro y de los que reciben los sacramentos. Así lo pide la Iglesia.

A mí me maravilla la previsión de la Iglesia y su oportunidad en cualquier tiempo de nuestra vida. El 20 de junio de 1602, la Iglesia, a través de un decreto del Santo Oficio, declaraba que no es válido confesarse ante un confesor ausente y recibir la absolución de él, por medio de

una carta o de un mensajero.

¿Hay confesión espiritual? Sí. Se llama "un acto de contrición". La contrición es una respuesta del pecador a la gracia divina que lo lleva a detestar el pecado, no por miedo al castigo, sino por el amor de Dios y a Dios.

La Iglesia Católica siempre ha enseñado que, por ejemplo, en peligro de muerte o ante la ausencia de confesores, un acto de contrición perfecta nos justifica delante de Dios en espera de recibir la reconciliación de la Iglesia.

El acto penitencial al principio de nuestras Misas puede llamarse una reconciliación espiritual y lo mismo pasa con otros actos de piedad.

En las escuelas de los jesuitas se enseñaba a los alumnos a hacer un examen de conciencia antes de ir a dormir y a pedir perdón de los pecados. Los fieles piadosos acostumbran a rezar el "Yo pecador", en ocasiones de peligro. Es bueno ser conscientes de que somos pecadores, y es bueno pedir constantemente perdón a Dios y dar las gracias por su gracia.

## ! Cada día su afán

### La misión en tiempo de pandemia



P. José-Román  
Flecha Andrés

El tercer domingo de octubre celebramos el DOMUND, es decir el Domingo Mundial de las Misiones. En el mensaje que el Papa Francisco nos ha dirigido para la jornada de este año 2020 ha tomado como lema las palabras "Aquí estoy, mándame", (Is 6,8). Con ellas, el profeta Isaías responde a la pregunta del Señor: "¿A quién enviaré?".

La pandemia del coronavirus nos ha hecho recordar que todos, estamos en la misma barca, como afirmó el Papa en aquella impresionante oración del 27 de marzo en la Plaza de San Pedro. En esta crisis mundial, esa llamada que viene del corazón de Dios interpela tanto a la Iglesia como a la humanidad.

### Testigos de la fe y mensajeros del Evangelio.

En esta hora de temor, dolor y muerte "la llamada a la misión, la invitación a salir de nosotros mismos por amor de Dios y del prójimo se presenta como una oportunidad para compartir, servir e interceder".

Los creyentes sabemos que "la vida humana nace del amor de Dios, crece en el amor y tiende hacia el amor". En Jesús de Nazaret hemos visto el icono de la entrega, que la Iglesia trata de continuar en la historia. Por eso nos envía como testigos de la fe y mensajeros del Evangelio, para que Dios siga manifestando su amor al mundo.

La Jornada Mundial de las Misiones nos recuerda que la oración, la reflexión y nuestra ofrenda económica manifiestan nuestra voluntad de participar activa y generosamente, en la misión de la Iglesia en el mundo.

## Vaticano en reunión con diplomáticos



PREOCUPA. Situación en Siria.

ACIPRENSA. El Nuncio Apostólico en Siria, Cardenal Mario Zenari, se reunió con miembros del cuerpo diplomático ante la Santa Sede este 15 de octubre en el Aula Nueva del Sínodo del Vaticano para conversar sobre la situación en Siria.

En el encuentro estuvieron presentes también el Secretario de Estado, Cardenal Pietro Parolin, y el secretario para las Relaciones con los Estados, Mons. Paul Richard Gallagher.

“La cita ha sido una oportunidad para reavivar la atención sobre la situación en Siria, postrada por casi diez años de violencia”, informó la Oficina de Prensa de la Santa Sede.

### El mundo no se acostumbra a la “letanía de horrores que cada día”.

El Cardenal Parolin manifestó el deseo de que el mundo no se acostumbra a la “letanía de horrores que cada día nos llega de esa nación martirizada” y reiteró la importancia de “buscar nuevas soluciones y de no abandonar a Siria bajo un manto de silencio e indiferencia”.

Por su parte, el Nuncio Apostólico en Siria advirtió que Siria “parece haber desaparecido del radar mediático” y añadió que “la catástrofe humanitaria persiste y después de los misiles, la mayor preocupación es ahora la ‘bomba de la pobreza’, que afecta al 80% de la población: en estos momentos se estima que 11 millones de sirios necesitan asistencia humanitaria”.

## Voz del Pastor

# La oración de los salmos

Papa Francisco / Vicario de Roma

Queridos hermanos y hermanas, ¡buenos días!

Leyendo la Biblia nos encontramos continuamente con oraciones de distinto tipo. Pero encontramos también un libro compuesto solo de oraciones, libro que se ha convertido en patria, lugar de entrenamiento y casa de innumerables orantes. Se trata del Libro de los Salmos. Son 150 salmos para rezar.

Forma parte de los libros sapienciales, porque comunica el “saber rezar” a través de la experiencia del diálogo con Dios. En los salmos encontramos todos los sentimientos humanos: las alegrías, los dolores, las dudas, las esperanzas, las amarguras que colorean nuestra vida. El Catecismo afirma que cada salmo «es de una sobriedad tal que verdaderamente pueden orar con él los hombres de toda condición y de todo tiempo» (CIC, 2588). Leyendo y releendo los salmos, nosotros aprendemos el lenguaje de la oración. Dios Padre, de hecho, con su Espíritu los ha inspirado en el corazón del rey David y de otros orantes, para enseñar a cada hombre y mujer cómo alabarle, cómo darle gracias y suplicarle, cómo invocarle en la alegría y en el dolor, cómo contar las maravillas de sus obras y de su Ley. En síntesis, los salmos son la palabra de Dios que nosotros humanos usamos para hablar con Él.

En este libro no encontramos personas etéreas, personas abstractas, gente que confunde la oración con la experiencia estética o alienante. Los salmos no son textos nacidos en la mesa; son invocaciones,

a menudo dramáticas, que brotan de la vida de la existencia. Para rezarles basta ser lo que somos. No tenemos que olvidar que para rezar bien tenemos que rezar así como somos, no maquillados. No hay que maquillar el alma para rezar. “Señor, yo soy así”, e ir delante del Señor como somos, con las cosas bonitas y también con las cosas feas que nadie conoce, pero nosotros, dentro, conocemos. En los salmos

escuchamos las voces de orantes de carne y hueso, cuya vida, como la de todos, está plagada de problemas, de fatigas, de incertidumbres. El salmista no responde de forma radical a este sufrimiento: sabe que pertenece a la vida. Sin embargo, en los salmos el sufrimiento se transforma en pregunta. Del sufrir al preguntar.

Y entre las muchas preguntas, hay una que permanece suspendida, como un grito incesante que atraviesa todo el libro de lado a lado. Una pregunta, que nosotros la repetimos muchas veces: “¿Hasta cuándo, Señor? ¿Hasta cuándo?”. Cada dolor reclama una liberación, cada lágrima invoca un consuelo, cada herida espera una curación, cada calumnia una sentencia absolutoria. “¿Hasta cuándo, Señor, debo sufrir esto? ¡Escúchame, Señor!”, cuántas veces nosotros hemos rezado así, con “¿hasta cuándo?”, ¡basta Señor!

Planteando continuamente preguntas de este tipo, los salmos nos enseñan a no volvernos adictos al dolor, y nos recuerdan que la vida no es salvada si no es sanada. La existencia del hombre es un soplo, su historia es fugaz, pero

el orante sabe que es valioso a los ojos de Dios, por eso tiene sentido gritar. Y esto es importante. Cuando nosotros rezamos, lo hacemos porque sabemos que somos valiosos a los ojos de Dios. Es la gracia del Espíritu Santo que,

desde dentro, nos suscita esta conciencia: de ser valiosos a los ojos de Dios. Y por esto se nos induce a orar.

La oración de los salmos es el testimonio de este grito: un grito múltiple, porque en la vida el dolor asume mil formas, y toma el nombre de enfermedad, odio, guerra, persecución, desconfianza... Hasta el “escándalo” supremo, el de la muerte. La muerte aparece en el Salterio

como la más irracional enemiga del hombre: ¿qué delito merece un castigo tan cruel, que conlleva la aniquilación y el final? El orante de los salmos pide a Dios intervenir donde todos los esfuerzos humanos son vanos. Por esto la oración, ya en sí misma, es camino de salvación e inicio de salvación.

Todos sufren en este mundo: tanto quien cree en Dios, como quien lo rechaza.

Todos sufren en este mundo: tanto quien cree en Dios, como quien lo rechaza. Pero en el Salterio el dolor se convierte en relación: grito de ayuda que espera interceptar un oído que escuche.

No puede permanecer sin sentido, sin objetivo. Tampoco los dolores que sufrimos pueden ser solo casos específicos de una ley universal: son siempre “mis” lágrimas. Pensad en esto: las lágrimas no son universales, son “mis” lágrimas. Cada uno tiene las propias. “Mis” lágrimas y “mi” dolor me empujan a ir adelante con la oración. Son “mis” lágrimas que nadie ha derramado nunca antes que yo. Sí, muchos han llorado, muchos. Pero “mis” lágrimas son mías, “mi” dolor es mío, “mi” sufrimiento es mío.

En los salmos, el creyente encuentra una respuesta. Él sabe que, incluso si todas las puertas humanas estuvieran cerradas, la puerta de Dios está abierta. Si incluso todo el mundo hubiera emitido un veredicto de condena, en Dios hay salvación.

“El Señor escucha”: a veces en la oración basta saber esto. Los problemas no siempre se resuelven. Quien reza no es un iluso: sabe que muchas cuestiones de la vida de aquí abajo se quedan sin resolver, sin salida; el sufrimiento nos acompañará y, superada la batalla, habrá otras que nos esperan. Pero, si somos escuchados, todo se vuelve más soportable.

Lo peor que puede suceder es sufrir en el abandono, sin ser recordados. De esto nos salva la oración. Porque puede suceder, y también a menudo, que no entendamos los diseños de Dios. Pero nuestros gritos no se estancan aquí abajo: suben hasta Él, que tiene corazón de Padre, y que llora Él mismo por cada hijo e hija que sufre y que muere.



“ Los salmos nos enseñan a no volvernos adictos al dolor, y nos recuerdan que la vida no es salvada si no es sanada.”

• **APOSTOLADO.** LLAMADO ESPIRITUAL A VIVENCIAR EL SUFRIMIENTO, GUIADOS POR LA FE.

# Estudiantes de medicina buscan expandir la fe en medio del dolor

LA JMJ PANAMÁ 2019 HA DEJADO MUCHOS FRUTOS, Y UNO DE ELLOS ES ESTE APOSTOLADO EN EL QUE JÓVENES UNIVERSITARIOS SE ENTREGAN AL SEÑOR.

EDUARDO SOTO P.

esoto@panoramacatolico.com

La puerta de entrada a esta experiencia en la que Ciencia y Fe se conectan, fue la Jornada Mundial de la Juventud en Panamá, el año pasado. Un grupo de estudiantes de medicina en el país se registraron como voluntarios para el área de salud, y quedaron prestando servicio en la enfermería de la parroquia de El Carmen, Pasadena. El resto del camino, lo marcó el Espíritu Santo.

Cuenta el estudiante de medicina Miguel Jiménez que, luego de la JMJ Panamá 2019, él y sus compañeros se preguntaron si todo terminaba ahí. Pues no, el Señor les tenía otros planes y puso en sus manos una página web con ese título que tanto sugiere: “Medicina con Fe”, una experiencia que para entonces tenía dos meses en Argentina.

## Medicina con Fe

El impulsor de esta idea, que se ha tornado en un “multiespacio” digital, es un joven médico argentino, Gonzalo Rodríguez, quien ya ha estado en Panamá animando a los muchachos del país.

El lema de Medicina con Fe (McF) es “sufrir duele, pero también salva”. El doctor Gonzalo señala que la idea es “descubrir si el sufrimiento humano es solo eso o tiene un eco de eternidad”.

“Medicina con fe es un apostolado que surge a través de las redes sociales. Tiene por fin brindar herramientas espirituales a los profesionales de salud, a los enfermos y también a los familiares y pacientes”, agrega.

El panameño Miguel indica, por su parte, lo siguiente: “vivir la fe católica no significa solo ir a misa los domingos; sino que puedes llevar a cabo la evangelización a tu vida, a tus rotaciones clínicas. Que ahí donde otros solo ven ciencia, tu encuentres la fe, y la fe en comunidad”.

En un documento que hicieron llegar a esta redacción, los jóvenes universitarios de la carrera de medicina indican: “*Entendemos a cada dolor como una oportunidad espiritual, a través de la cual nos sentimos convocados a encontrar al Señor, a elevar nuestra intercesión, y a aumentar nuestra fe*”.

En el siguiente enlace encontrará un mayor contenido sobre este tema: <https://panoramacatolico.com/estudiantes-de-medicina-buscan-expandir-la-fe-en-medio-del-dolor/>



Y añaden: “Vemos al sufrimiento humano como un gran tesoro, a través del cual podemos clamar la bendición de Dios para nosotros mismos y para la Iglesia Universal. De este modo, encarnamos el contenido doctrinal de Col 1, 24: *‘completo en mi propia carne lo que falta al padecimiento de Cris-*

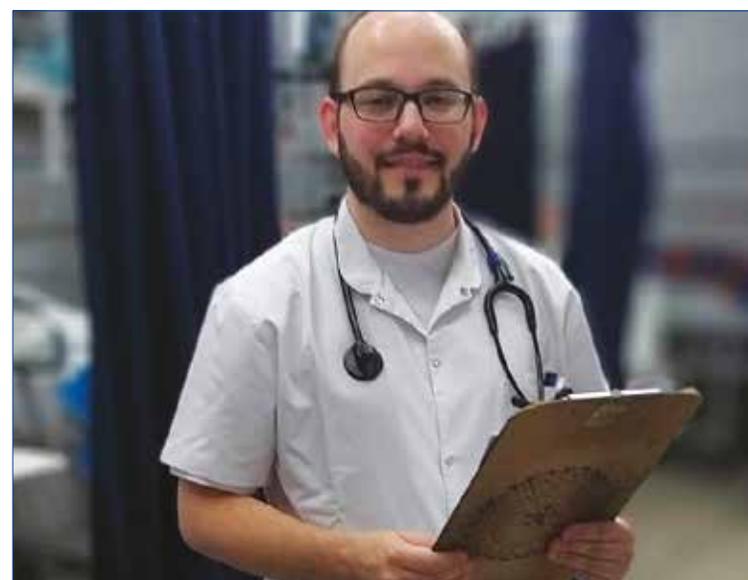
*to Jesús, para el bien de su cuerpo que es la Iglesia*”.

## Un poco de historia

Sí, la experiencia es muy joven. Apenas cuatro años, y dos en Panamá. Pero su comienzo ha sido vertiginoso, como si una mano invisible lo condujera todo.



EXPLOSIÓN. Contar las experiencias médicas y de fe en un libro ha provocado una avalancha de seguidores en las redes. (Foto Artur Tumasjan)



FUNDADOR. Gonzalo Rodríguez abrió el primer trillo de este camino que apenas empieza.

Cuando a finales del año 2016, el doctor Gonzalo Jiménez comenzó a dedicarse al ejercicio de su profesión de tiempo completo en Argentina, notó enseguida que, entre sus pacientes, muy pocos sabían afrontar el sufrimiento que un estado de enfermedad conlleva, guiados por la fe.

Otro tanto ocurría entre los familiares de sus pacientes, los cuales se encontraban frente al desafío de acompañar a su ser querido, sin saber hacer uso de su fe en los momentos de adversidad.

El doctor notó que las personas constituyentes del equipo de salud no se involucraban más allá de lo puramente técnico y académico con las personas.

Sintió así el llamado de Dios de comenzar a irradiar el Reino de los Cielos en aquel ambiente de trabajo, para sus pacientes y sus familias, y también para sus compañeros de labor.



**MOTIVADO.** El estudiante Miguel Jiménez ha logrado entusiasmar a sus compañeros para activarse en esta pastoral.



**SEMILLA.** La JMJ fue la puerta por donde entraron en contacto con Dios.



**INFLUECER.** Gonzalo Rodríguez se ha convertido en todo un fenómeno editorial y del mundo digital.

Al mismo tiempo que veía esto, el médico empezó a notar que se estaba alejando de sus prácticas de piedad, es decir, iba menos a misa y dejó de adorar el Santísimo.

Su director espiritual, el padre Sebastián Raccioppi de la Sociedad San Juan, le invitó a descubrir en su labor diaria el paso de Dios, y a hacer de aquel espacio un sitio

donde descubrir la teofanía, es decir, la manifestación de Dios al ser humano.

Así fue como el médico empezó a notar la continua y amorosa presencia del Señor, en torno a quien sufre y a sus seres queridos.

Experimentó en su corazón que se encontraban dos realidades: aquellos hombres y mujeres

sufrientes necesitaban de Dios, al tiempo que el Señor buscaba manifestar su presencia cercana y paternal.

De allí que comenzó a escribir anécdotas y testimonios, relatando pequeñas historias de la vida médica donde el Reino de Dios en torno a quien sufre se hacía manifiesto. Luego de dos años de escri-

tura, en junio de 2019 finalmente se edita el libro “Medicina con fe, una continua y amorosa presencia”, que da base a la página web.

Lo que resulta maravilloso es que casi al mismo tiempo, en la Santa Sede, el cardenal Pietro Parolin, Secretario de Estado del Vaticano, le expresaba a una doctora colaboradora suya, la necesidad de

evangelizar la salud, frase que ella asumió como un mandato. Dos días después, esta doctora, Silvia Correale se topaba con la web de “medicina con fe” y empezó así una intensa aventura espiritual, que conecta a Argentina con la Santa Sede y tantos otros países, que incluyen a Panamá, con nuestros jóvenes estudiantes.

• **CATÓLICOS.** HAGAN TIEMPO PARA LEER, ANALIZAR Y MEDITAR LA ENCÍCLICA FRATELLI TUTTI.

# Espiritualidad cristiana y fraternidad

LA NUEVA ENCÍCLICA FRATELLI TUTTI ES EFECTIVAMENTE UN LLAMADO A TODOS LOS HOMBRES Y MUJERES DE BUENA VOLUNTAD PARA VIVIR LA FRATERNIDAD, COMO HERMANOS Y HERMANAS, SUPERANDO DIVISIONES.

P. MIGUEL ÁNGEL KELLER, OSA  
redaccion@panoramacatolico.com

El pasado 3 de octubre el Papa Francisco firmó en Asís una nueva Carta-Encíclica, la tercera, titulada “Fratelli Tutti”, unas palabras de San Francisco de Asís, el santo cuyo nombre quiso tomar al ser elegido Obispo de Roma, y que le sirve de inspiración para asumir la causa de la ecología integral y también de la fraternidad universal.

Algunos de los críticos del Papa se apresuraron a señalar su inconformidad con que el título hablara únicamente de hermanos (*fratelli* en italiano) y no de hermanas (*sorelle*). En realidad, como el

**El Papa, como pastor universal, sabe que su primera misión, la misión de la Iglesia, es evangelizar.**

mismo Papa aclara en las primeras líneas de la Encíclica, se trata del título de un escrito de San Francisco de Asís, que por lo tanto se conserva en su formulación e idioma original, pero que se dirige tanto a varones como a mujeres y es una invitación universal a ser y vivir como hermanos y hermanas.

La nueva Encíclica Fratelli tutti es efectivamente un llamado a todos los hombres y mujeres de buena voluntad para vivir la fraternidad, como hermanos y hermanas, superando divisiones, enfrentamientos, individualismos y egoísmos. Una invitación a reconocer la dignidad de todas las personas y a establecer relaciones positivas siempre y con todos.

Al comienzo de su servicio como Obispo de Roma, Francisco publicó su primer



documento programático, la Exhortación Apostólica *Evangelii Gaudium* (La alegría del Evangelio, 2013). El Papa, como pastor universal, sabe que su primera misión, la misión de la Iglesia, es evangelizar. Y anima a hacerlo con alegría, desde una Iglesia renovada, misionera y en salida, capaz de hacer llegar con palabras y obras la Buena noticia de Jesucristo al mundo de hoy.

A partir de ese compromiso misionero, la acción pastoral de la Iglesia tiene que dirigirse en la actualidad de una manera especial a tres áreas fundamentales: la familia, el cuidado de la casa común y la juventud. Son los temas que tratará sucesivamente en otros tres importantes documentos: *Laudato si'* sobre el cuidado de la casa común (Encíclica, 2015), *La alegría del amor* (Exhortación Apostólica *Amoris letitia*, 2016, tras el Sínodo de la familia) y *Cristo vive* (Exhortación

Apostólica, después del Sínodo de la juventud, *Christus vivit* 2019).

A través de todos estos documentos pastorales, máximos exponentes del Magisterio pontificio, Francisco recalca y aplica siempre las mismas actitudes fundamentales que desea brillen en el pueblo de Dios: compromiso evangelizador, alegría y misericordia. Su última Encíclica corona esta perspectiva del Obispo de Roma con el llamado a la FRATERNIDAD, AMISTAD Y SOLIDARIDAD, que desde el punto de vista antropológico y cristiano considera la base y la fuerza impulsora de una sociedad realmente humana y un mundo en paz.

Habrà tiempo para leer, analizar y meditar la Encíclica Fratelli tutti, una carta dirigida a todos los cristianos y hombres y mujeres de buena voluntad. Sería una negligencia y un grave error no hacerlo y perder esta oportunidad de “sentir con

la Iglesia”, como le gustaba decir a San Agustín. Es de fácil acceso, de estilo sencillo y una verdadera joya para nuestra formación, nuestra espiritualidad, nuestra vida y nuestro testimonio cristiano. Lo haremos semanalmente desde Panorama católico, empezando hoy con esta introducción y visión de conjunto.

La Encíclica Fratelli tutti consta de ocho capítulos, pero es fácil reconocer en ella la metodología teológico-pastoral del ver-juzgar-actuar. Tras una breve introducción que hace memoria de San Francisco de Asís, el santo del amor a la naturaleza y a la pobreza, el Papa dirige su mirada al mundo y analiza la realidad, con sus luces y sombras: no es pesimista, pero sí denuncia proféticamente aspectos negativos que contradicen la fraternidad universal (capítulo 1, ver).

¿Qué piensa la Iglesia, que pensamos los cristianos ante esta realidad? Pues que ante ella solamente hay dos posturas posibles: ante el extraño herido y caído al borde del camino, cada uno puede pasar de largo o detenerse y cuidarlo, como hizo el buen samaritano. Entonces, es preciso vivir la dimensión fraterna de la espiritualidad, la apertura a la fraternidad universal, No hay “otros” ni “ellos”, sólo hay “nosotros” (cap.2-3, juzgar).

El resto de la Encíclica (cap.4-8) señalan el actuar, el “amor social”, la aplicación práctica que reclaman problemas tan serios y actuales como las migraciones forzadas, la trata de personas, la política, la injusta pobreza, la guerra, la pena de muerte... El diálogo que construye la cultura del encuentro y la capacidad de reconciliación para ser arquitectos de paz es una tarea urgente, a la que deben contribuir siempre las religiones al servicio de la fraternidad en el mundo.

Definitivamente, vale la pena leer y aceptar la propuesta del papa Francisco.

# El catequista abierto a la acción del Espíritu Santo

EL CATEQUISTA ESTÁ CONSTANTEMENTE ABIERTO A LA ACCIÓN DEL ESPÍRITU SANTO, TANTO A LA QUE TIENE LUGAR EN EL CORAZÓN DE LOS CATEQUIZANDOS COMO A LA QUE ACONTECE EN SU PROPIO INTERIOR.

COMISIÓN ARQUIDIOCESANA DE CATEQUESIS  
redaccion@panoramacatolico.com

El catequista realiza su tarea convencido de esta verdad fundamental: «El Espíritu Santo es el agente principal de la evangelización» (EN 75). Sabe que su misión esencial, como catequista, consiste en trabajar por suscitar en los catequizandos las actitudes necesarias para acoger esa acción divina. El Espíritu Santo,

es el maestro interior que, más allá de la palabra del catequista, hace comprender a los hombres el significado hondo del Evangelio.

El catequista ha de ser sensible a una acción del Espíritu, es un «llamamiento que —Dios— dirige a cada uno» (CT 35).

El catequista sabe que es portador de una sabiduría que viene de Dios. «No es la sabiduría de este mundo ni de los príncipes de este mundo» (1 Cor 2,6), no es la sabiduría de la modernidad, que hoy se pone como criterio del verdadero progreso, sino la del Evangelio.

El catequista ha de tratar de captar el carácter individualizado de esa acción divina y ayudar al catequizando a descubrirla en sí mismo. Para ello ha de saber dotar a todo el proceso de catequización de un clima religioso y de oración favorecedor del encuentro del hombre con Dios.

El catequista tendrá en cuenta que la catequesis es servicio, no dominio. Educar en la fe es posibilitar el crecimiento de una semilla, el don de la fe, depositada por el Espíritu en el corazón del hombre. El catequista



GESTOS. La catequesis debe ser el canal para ayudar a reconocer los signos del Reino.



## Luces Fe y maduración de la vida cristiana

«La catequesis, que es crecimiento en la fe y maduración de la vida cristiana hacia la plenitud, es por consiguiente una obra del Espíritu Santo, obra que sólo Él puede suscitar y alimentar en la Iglesia» (CT 72). La realidad

de esta acción del Espíritu en medio del grupo catequético obliga a desarrollar una actitud de respeto hacia los catequizandos, actitud que debe ser una cierta prolongación del mismo respeto de la acción divina en los hombres.

está al servicio de ese crecimiento. Respeta la vocación cristiana concreta a la que Dios llama a cada uno. Una catequesis en la que todos se ajustasen, de un modo forzado, al molde de su catequista sería una mala catequesis.

El catequista es sólo un mediador de ese encuentro. No es él quien da directamente

la fe sino el que facilita, con su palabra catequizadora, el don de Dios y la respuesta del hombre: «Ni el que planta ni el que riega es algo, sino Dios que hace crecer» (1 Cor 3,7). El catequista descubre la acción del Espíritu Santo no sólo en el catequizando sino dentro de sí mismo, como fuente de la espiritualidad exigida por su tarea.

## Catecismo de la Iglesia Católica

### Los signos del Reino de Dios

550 La venida del Reino de Dios es la derrota del reino de Satanás (cf. Mt 12, 26): «Pero si por el Espíritu de Dios expulso yo los demonios, es que ha llegado a vosotros el Reino de Dios» (Mt 12, 28). Los exorcismos de Jesús liberan a los hombres del dominio de los demonios

(cf. Lc 8, 26-39). Anticipan la gran victoria de Jesús sobre «el príncipe de este mundo» (Jn 12, 31). Por la Cruz de Cristo será definitivamente establecido el Reino de Dios: Regnavit a ligno Deus («Dios reinó desde el madero de la Cruz», [Venancio Fortunato, Hymnus «Vexilla Regis»: MGH 1/4/1, 34: PL 88, 96]).



## 📖 Cápsulas

### Siete pasos para discernir mejor

**REDACCIÓN.** Uno de los grandes retos al que cada joven debe hacer frente es el de encontrar su lugar en la sociedad y en la Iglesia: Descubrir la propia vocación.

Los siguientes pasos son aplicables a la elección de cualquier estado de vida.

**ORACIÓN:** «¿Qué debo hacer, Señor?» (Hch 22, 10). Para descubrir tu vocación, lo primero que debes hacer es dialogar con Dios: orar. Sólo mediante la oración podrás encontrar lo que Dios quiere de ti.

**PERCEPCIÓN:** Está atento a todo, a tus deseos, a tus miedos, a tus inquietudes, a tus proyectos. Escucha a todos: a los que aprueban tu inquietud, a los que la critican. Dios se vale de diversos intermediarios para hacerte oír su voz.

**INFORMACIÓN:** Para descubrir el lugar en que Dios quiere que estés, debes saber cuál es la espiritualidad que viven los sacerdotes diocesanos o las diferentes congregaciones, y que veas por cuál de ellas te sientes atraído. Aunque ordinariamente cuando se siente la inquietud vocacional se siente también el atractivo por una vocación específica, bien vale la pena dedicar algunas horas a informarte más a fondo sobre esa vocación y otras.

**REFLEXIÓN:** La vocación es para toda la vida. Por eso, no te puedes lanzar a ella sin antes haber reflexionado seriamente, y con la debida calma, sobre ti y sobre la vocación que pretendes seguir. Llegar a tomar una decisión con la cual comprometerás toda tu vida, no sólo es difícil; es una gracia. Debes pedirle al Espíritu Santo esa capacidad de respuesta.

**DIRECCIÓN ESPIRITUAL:** En realidad, la dirección espiritual no es un paso más en el proceso de discernimiento de tu vocación; es un recurso que debe estar presente en cada uno de los pasos anteriores. El director espiritual te motivará a orar y estar abierto a percibir los signos de la voluntad de Dios.

**CURSO BÍBLICO: UNA VENTANA ENTRE LA VIDA Y LA BIBLIA**

# Patriarcas y matriarcas

LOS PATRIARCAS EXPERIMENTARON AL DIOS DE LA PROMESA; EL DIOS QUE ESTÁ.

ESCUELA DE PASTORAL BÍBLICA  
redaccion@panoramacatolico.com

Antes de la formación del pueblo de Israel y su llegada a Canaán, un grupo de sus antepasados fue errante, nómada, peregrino. Vivieron aproximadamente desde el 1800 al 1600 a.C. Fue la época de los padres y madres antiguos.

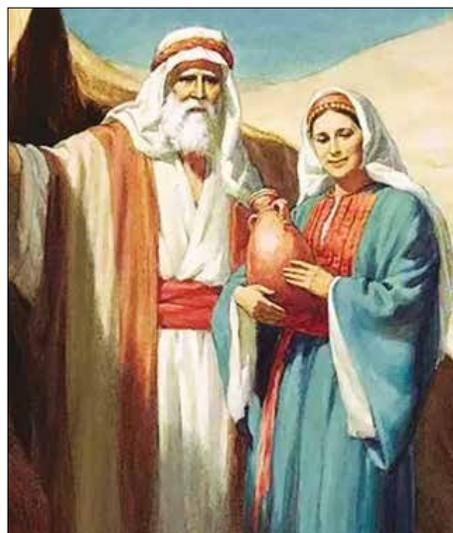
Su actividad básica era el pastoreo de rebaños de ovejas en la zona de la Media-luna fértil que formaban Mesopotamia, Canaán y Egipto. Como no eran dueños

El sueño que movió la vida de los antepasados fue la búsqueda de tierra.

de la tierra, tenían que movilizarse en busca de pasto. En su peregrinar muchas veces tenían conflictos con otras tribus seminómadas, quienes veían en estos pastores gente que atentaba contra sus tierras y cultivos.

El estilo de familia era ampliado, con el padre a la cabeza, junto a él su esposa, trabajadores, hijos e hijas, nietos y nietas; de setenta a cien miembros por familia. El conjunto de familias formaba un clan.

Estos pequeños clanes, cuando pasaban hambre, se acercaban a las orillas del río Nilo, cubiertas de pastos y sembríos,



ISRAEL. Pueblo errante, nómada, peregrino.

y a veces eran capturados por el ejército del Faraón quedando como esclavos.

Experimentan al Dios de la promesa que les dice: “ve a la tierra que yo te indicaré... Yo haré de ti un gran pueblo” (Gn 12,12). Sienten que Dios camina con ellos. Cuando plantaban sus carpas, allí estaba Dios y cuando iban de viaje, también viajaba con ellos.

Así, el sueño que movió la vida de los antepasados de Israel fue la búsqueda de tierra para trabajar y una descendencia segura para vivir. Por eso, la promesa de tierra y pueblo era la mejor oferta que se les podía hacer a estos pueblos.

De su vida y obras el pueblo guardó recuerdos muy borrosos, llamados sagas, que están registradas en Gn 12-50.

## La historia comienza con Abraham

Con Abrahán comienza la historia de Israel con una identidad que se construye a partir de dos promesas centrales: la posesión de la tierra y la descendencia numerosa.

A partir de Abrahán, el Dios de la creación crea también un vínculo entre Él y los seres

humanos. En la historia de los patriarcas, Abrahán, Sara y Agar; Isaac y Rebeca; Jacob,

Lía y Raquel lo que se destaca es la particular relación que los personajes

tienen con Dios; un Dios que los acompaña, es el Dios que está.

Con la historia de Abrahán se inaugura el género leyenda.

## Exhortación apostólica postsinodal “Christus vivit”: Ambientes adecuados (216-220)

En todas nuestras instituciones necesitamos potenciar nuestra capacidad de acogida cordial, porque muchos jóvenes que llegan lo hacen en una profunda situación de orfandad. Esta es una experiencia que afecta por igual a niños, jóvenes y adultos, madres, padres e hijos.

Debemos responder a esa sensación de profunda orfandad, creando espacios fraternos y atractivos donde se viva con un sentido. Crear “hogar”, en definitiva, es crear familia; es aprender a sentirse unidos a los otros, de tal manera que sintamos la vida un poco más humana.

Y así se produce el milagro de experimentar que aquí se nace de nuevo, aquí todos nacemos de nuevo porque sentimos actuante la caricia de Dios que nos posibilita soñar el mundo más humano y, por lo tanto, más divino.

Necesitamos ofrecerles a los jóvenes lugares propios que ellos puedan acondicionar a su gusto y donde puedan entrar y salir con libertad; lugares que los acojan y donde puedan acercarse espontáneamente y con confianza al encuentro de otros jóvenes, tanto en los momentos de sufrimiento, aburrimiento o cuando deseen celebrar sus alegrías.



## Piedad Lectio Divina

Mt 22,15-21

I. LEER

Los fariseos quieren sorprender a Jesús en alguna palabra y le envían a los herodianos a preguntarle si es lícito pagar tributo al César. Pero Jesús, conociendo su malicia, les reclama: “hipócritas ¿por qué me tentáis?”.

Entonces les pide que le muestren una moneda del tributo y ellos le dieron un denario. Jesús les pregunta: “¿De quién es esta imagen?” ellos respondieron: del César. Entonces Él les dijo: “Pues lo del César devolvédsele al César, y lo de Dios a Dios”. Al escuchar esto ellos quedaron maravillados y se fueron.

II. Meditar

El mensaje es contundente: Jesús hace una clara distinción entre las cosas del mundo y aquellas propias de Dios. Reconoce la existencia y utilidad pasajera del poder político, pero enfatizando que, así como la moneda está sellada por pertenecer al emperador, el ser humano está sellado por la imagen de Dios.

III. Orar

Señor, dame sabiduría y un corazón atento para discernir entre el bien y el mal.

IV. Contemplar

Dar testimonio cumpliendo con mis obligaciones sociopolíticas y económicas.

## Para reflexionar

Reflexiona en los siguientes temas:

- ¿Quiénes se parecen hoy a los patriarcas? ¿Por qué?
- ¿A qué nos compromete la experiencia de Dios de los patriarcas?
- ¿Cómo colaboro con mi comunidad parroquial para que sea más viva y acogedora?
- ¿Cumpló con mis obligaciones tributarias y económicas?

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: epabipy@arquidiocesisdepanama.org

• **VERDAD.** VLOS ÉXITOS NO SE ESCONDEN (SERÍA FALSA HUMILDAD), PERO TAMPOCO SE VANAGLORIAN.

# Maestra de Oración Universal

| TERESA DE JESÚS COMO MÍSTICA NOS LEGÓ TESOROS EN MATERIA DE VIDA INTERIOR FRATERNA, SUS ESCRITOS COMO MAESTRA DE ORACIÓN UNIVERSAL.

PROF. MONTGOMERY A. JOHNSON MIRONES, OCDS  
redaccion@panoramacatolico.com

Para los Carmelitas Descalzos es el mes “teresiano”. En este mes celebramos a dos de las cuatro Doctoras de la Iglesia y que fueron monjas de la orden: Teresa del Niño Jesús y Santa Faz, Doctora del Amor; y Teresa de Jesús, Fundadora y Maestra de Oración.

Teresa de Jesús como mística nos legó tesoros en materia de vida interior fraterna, sus escritos como Maestra de Oración

.....  
**La serenidad  
permite enfrentarnos  
a dificultades con la  
convencidos que Dios nos  
acompaña.**  
.....



SANTA TERESA. Su testimonio de vida es fuente de inspiración para nosotros.

Universal. El carisma carmelita descalzo se fundamenta principalmente en: oración, adoración a Jesucristo, quien reconocemos como amigo, la alegría apasionada de vivir en obsequio de Él, el cultivo de la vida interior, convivencia fraterna en comunidades orantes al servicio del Reino.

Su testimonio de vida también será una fuente de inspiración para maestros y los padres de familia que siempre son nuestros primeros maestros en los valores que solo provienen del seno del hogar.

Aquí contadas frases teresianas que nos enseñan valores:

**“Nada te turbe, nada te espante, quien a Dios tiene, nada le falta”.**

Nos enseña mucho, pero en este caso principalmente sobre el valor de la serenidad y confianza en Dios. Necesitamos dejar morir el “yo” para que dé

vida Él en nuestros corazones. La serenidad nos permite enfrentarnos a situaciones difíciles siempre con la convicción que Dios nos acompaña, sosegados y con actitud positiva.

**“Procuramos mirar siempre las virtudes y cosas buenas que viéramos en los otros, y tapar sus defectos”.**

Aquí mencionamos la caridad. Recordando que todos somos sujetos con defectos y el único que juzga es Dios. Qué diferente sería nuestra sociedad mundial si nos fijáramos más en lo que nos une en vez de lo que separa, y recordáramos que somos iguales en imperfección.

**“La verdad padece, pero no perece”.**

Trata sobre el valor de la honestidad. Enseñemos que la mentira causa decepción y traición, y que más vale decir la

verdad que engañar con dulces palabras que son falsas. Tenemos que ser coherentes entre lo que pensamos y decimos, tener rectitud de vida.

**“Tristeza y melancolía no las quiero en casa mía”.**

Es tarjeta de presentación de los católicos, parte fundamental del carisma Salesiano de Don Bosco también. La vida se enfrenta con buen humor, el ánimo contento a pesar de las adversidades de la vida y las circunstancias de cada día. Las dificultades se pueden superar sin caer en pecado de ira.

**“Determinada determinación de no parar hasta llegar”.**

La tentación de abandonar los proyectos es grande para nuestra juventud, que vive en una generación digital de la inmediatez. Sin embargo, con la ayuda de Dios podemos perseverar hasta

cumplir nuestros sueños. Haciendo propósitos firmes que no hará que desmayemos en el intento. Esto también nos da autoconfianza y paciencia. Teresa también nos dijo: “la paciencia todo lo alcanza”.

**“Humildad es andar en verdad de nuestro ser: ante Dios, ante los demás, ante nosotros mismos”.**

La humildad es fuente de grandes virtudes, también es honestidad y verdad. Los éxitos no se esconden (sería falsa humildad), pero tampoco se vanaglorian. Teresa nos llama a ser auténticos, nuestra alma desnuda ante Su Majestad. La humildad nos lleva a reconocer nuestras limitaciones, reconocer que necesitamos del prójimo, y también el autoconocimiento para poder manifestar nuestras bondades y fortalezas.

## Frases Teresianas

• **“Nada te turbe, nada te espante, quien a Dios tiene, nada le falta.”** Nos enseña sobre el valor de la serenidad y confianza en Dios.

• **“Procuramos mirar siempre las virtudes y cosas buenas que viéramos en los otros, y tapar sus defectos.”** Aquí mencionamos la caridad.

• **“La verdad padece, pero no perece.”** Trata sobre el valor de la honestidad. Enseñemos que la mentira causa decepción y traición.

**“Me parecía que era virtud ser agradecida y dar amor a quien me quería”.**

Es el valor de la gratitud. Hoy mucho de lo que tenemos lo damos por sentado, pero todo es un don y bendición de Dios. Para llegar a donde estamos hoy, muchos maestros y familiares nos han forjado como el alfarero al barro.

Tú... maestro, padre y madre de familia, el futuro de la sociedad está en tus manos, no la cambiaremos todos a la vez, sino uno a uno modestamente: **“No podemos hacer grandes cosas, pero sí cosas pequeñas con un gran amor”**, así como el maestro anónimo que trabaja hasta tarde, como los padres que sacrifican todo por sus hijos, sobre todo educación y amor.

Teresa nos enseñó a orar a Jesús como amigo cercano nuestro. En esa cercanía pidámosle por nuestra juventud, sus maestros y por la familia panameña, amén.

- **RENOVAR.** ES MOMENTO DE REENCONTRARNOS CON LO ESENCIAL DE LA FE Y DE NOSOTROS MISMOS.

# Tarea misionera

SERVIR AL HERMANO ES SERVIR AL SEÑOR, ES LA INVITACIÓN A SALIR DE NOSOTROS POR AMOR DE DIOS COMO UNA OPORTUNIDAD PARA COMPARTIR, SERVIR E INTERCEDER.

JULIA GONZÁLEZ MOJICA  
redacción@panoramacatolico.com

¿Estamos dispuestos a ser enviados a cualquier lugar para dar testimonio de nuestra fe? Tanto el Comedor Solidario, Pastoral Social como el Hogar Luisa no pensaron si salir a evangelizar a través de llevar un plato de comida, una bolsa de alimentos o socorrer a quien no tiene hogar era peligroso y pudieran contagiarse de Covid-19. Ellos tenían un compromiso con Dios: salir al encuentro del hermano y socorrerlos.

## Misiones de la Iglesia

La pandemia nos sorprendió a todos, pero no podíamos quedarnos ahí mirando como miles de personas con necesidades espirituales, de salud y alimentos, pedían ese auxilio. La Iglesia salió a ese encuentro del necesitado que ahora por el Covid-19 estaba más vulnerable.

Obras de misericordia que salieron al encuentro del necesitado:

### Comedor Solidario Santa María del Camino

Este comedor vio sus frutos en plena pandemia, sirviendo a familias necesitadas en Concepción, Ciudad Radial, San Fernando, Santa Ana, a dos comunidades de Chepo, San Cristóbal y San Pedro y a la Fundación Pequeños Luchadores, formada por los papás de niños con cáncer.

El padre Domingo Escobar Chávez, párroco de la parroquia Santa María del Camino, señaló que la idea del comedor surge por la crisis que hay por la pandemia del coronavirus. Su misión es salir todos los días. Durante este tiempo se ha visitado muchos hogares. En el mes de agosto, el comedor llegó al plato 100, 000. "Es necesario que nos pongamos a trabajar", señaló el sacerdote, quien destaca que las necesidades saltan a la vista, y añadió: "siempre hay un Jesús que está suplicando que le podamos socorrer (...) Dios permite que sepamos la necesidad de la gente, para que hagamos algo para ayudarles.

La misión es una respuesta libre y consciente a la llamada de Dios.



**PASTORAL SOCIAL.** Las familias necesitaban ese escuchar, esa palabra de consuelo.

### Pastoral Social y Desarrollo Humano Integral

En medio de la pandemia, el equipo de Pastoral Social Caritas ha estado en un proceso de renovación y reestructuración, permitiendo salir al encuentro de las personas que pasan por situaciones críticas producto de haber quedado sin ingresos. El equipo ha salido a las calles, comprometidos con el trabajo, tanto de: Movilidad Humana, Migrantes, Pastoral Social Caritas, Pastoral Penitenciaria, Pastoral del Turismo, Pastoral Social Caritas, Pastoral Justicia y Paz, Pastoral de Familia, todas han salido a acompañar en un solo proceso; con las directrices de una Iglesia más visible en medio de esta crisis sanitaria por el Covid-19.

Para Denia Manguelis, coordinadora del Centro de Formación de Pastoral Social y Desarrollo Humano Integral de la Arquidiócesis de Panamá, expresa que, así como a los discípulos del Evangelio, los sorprendió una tormenta inesperada

y furiosa, de igual forma la humanidad fue sorprendida, pero lo importante es no permitir que ese miedo nos paralice, sino que todos debemos remar en la misma dirección. En esta barca, estamos todos: "Acompañar a todas esas familias, que necesitan de alimentos, ha sido un proceso difícil, pero a la vez un proceso confortable para nosotros, pues nos llena el alma porque hemos podido llegar a personas que realmente no recibían ninguna ayuda. Más allá de la bolsa de comida que se estaba distribuyendo, las familias necesitaban ese escuchar, esa palabra de consuelo, en medio de lo difícil que se les ponía el camino".

"Hemos emprendido esa gran tarea que es nuestra misión como cristianos, como laicos comprometidos. Somos una Iglesia en salida, más que entregar esa bolsa de alimentos, es tener ese acercamiento. Esta ha sido nuestra gran misión: servir al hermano. En ese sentido eso es lo que nos conforta y llena el alma, además nos satisface y nos hace sentir que ante cada familia que visitamos estamos más cerca de Dios", expresó Denia.



**COMEDOR.** El fin es llegar a muchas familias.



**HOGAR LUISA.** Misioneros y ayuda al refugiado.

### Hogar Luisa

El centro de Acompañamiento Integral a Refugiados y Migrantes Hogar Luisa surge como un aporte de la Iglesia Arquidiocesana a la misión acoger, proteger, promover e integrar a estas personas que tiene una sociedad eminentemente cristiana. Actualmente, más de 75 personas fueron (y son) apoyadas desde el inicio de la pandemia hasta ahora.

Jorge Ayala, secretario ejecutivo de la Pastoral de Movilidad Humana, señala que "Actualmente, el reto en el Hogar Luisa es mayor. Durante el tiempo de cuarentena, se ha mantenido abierta la oficina de atención para acoger a todas las personas que requieran de consejería, orientación y asistencia humanitaria. Además, se gestiona apoyo con bolsas de alimentos, beneficiando a más de 3,500 personas, la mayoría solicitantes de asilo y migrantes en situación irregular. También se ha cubierto el 100% de las necesidades de alojamiento, alimentación, salud, cuidado infantil, entre otros, de la población albergada en el Hogar Luisa, tanto en Parque Lefevre como en su sede alterna en Ancón.

**ATENOS** ESTÁN TAN CIEGOS QUE NO VEN FISURAS EN LA FORMA CÓMO SE RELACIONAN.

# No hay matrimonio perfecto, toda relación incluye altibajos

ES NECESARIO QUE PIDAN A DIOS QUE LES ORIENTE Y REVELELE CÓMO ANDAN LAS COSAS.

FORMACIÓN PASTORAL PARA LAICOS  
redaccion@panoramacatolico.com

Si estuviesen claros antes de casarse de que el matrimonio no es un lecho de rosas, convendría recordar lo que nos enseñó el Señor Jesús: “Así que no son ya más dos, sino una sola carne; por tanto, lo que Dios junte, no lo separe el hombre”. Mateo 19:6.

Ese pasaje sencillo encierra una profunda enseñanza y muestra, sin mayores rodeos, que el plan de Dios no es

**Amar no es fácil, se decide hacerlo; siendo consciente de que habrá muchos tropiezos.**

la separación de la pareja ni el quiebre definitiva de la relación. Pese a ello, no podemos ignorar que, por lo general, toda relación incluye altibajos.

Sea cual fuese la situación de dificultad que se presente, deben detenerse y no pensar en el divorcio como la primera o única opción para dar solución al problema. La Palabra de Dios enseña



**PAREJAS.** La comunicación es clave para resolver sus diferencias.

que el divorcio jamás ha estado en su plan: “Odio el divorcio, dice Yavé, Dios de Israel, y al que hace el mal sin manifestar vergüenza. Tengan, pues, mucho cuidado y no cometan tal traición.” Malaquías 2:16.

Las dificultades se derivan del egoísmo, de la falta de preparación para vivir en pareja, la diferencia de temperamentos, el simple hecho de ser distantes

como hombre y mujer, o se complica cuando uno de los dos no sabe cómo amar o, simplemente, no quiere hacerlo.

A partir de estas sencillas reflexiones es necesario hacer un alto en el camino y preguntarse: ¿Cómo anda nuestro matrimonio? ¿Está enfrentando la relación algún tipo de agrietamiento que se puede profundizar si no ponemos freno a tiempo?



**CONSEJO.** Mantengan joven el amor conyugal.

## Señor, guíanos según tus sabios planes

**REDACCIÓN.** El matrimonio es y debe ser una relación dinámica de amor entre un hombre y una mujer, y a cada instante esa relación se debería tornar más profunda, o por el contrario, se estanca y decae.

Este breve planteamiento debe llevarles a ser cuidadosos al evaluar cómo anda su relación de pareja. Que las rutinas del diario vivir no les ponga ciegos y descuiden las fisuras que existen en la forma cómo se relacionan. Es necesario que incluyan a Dios en su vida

matrimonial, pídanle juntos en oración que les oriente y les revele cómo andan las cosas.

Mantengan joven el amor conyugal, que no les absorba el ritmo vertiginoso del tiempo actual. Aparten tiempo una vez a la semana para hacer lo que a ti te guste, o lo que hacían cuando eran novios.

Revisen mensualmente cómo están viviendo a la luz de la fe, la Divina Providencia y la Alianza de Amor, busquen juntos la mejor forma de construir un matrimonio sólido.

## Ollas y Sartenes

### Pescado al curry

RACIONES: 5  
TIEMPO: 30 MIN.  
DIFICULTAD: FÁCIL



#### Ingredientes:

- 5 filetes de pescado cortado en trocitos
- 1/2 taza de harina
- Mantequilla
- 1 taza de cebolla picada
- 3 dientes de ajo machacados
- 1 taza de hongos en rebanadas
- 2 cucharadas de curry
- 1 taza de caldo de pollo
- 1 taza de crema de batir
- Sal y pimienta al gusto

**Para acompañar:** maní, pasitas, cebollinas, perejil y mango chutney

#### Preparación

1. En una sartén calentar la mantequilla y dorar los filetes picados pasados por harina y sacarlos. En la misma sartén, dorar la cebolla y los ajos, luego agregar los hongos y el curry y cocinar hasta que se sientan suaves.
2. Agregar el caldo y continuar cocinando a fuego alto por cinco minutos más, agregar la crema y el pescado y servir sobre el mousse de maíz.
3. Rociar con el maní, pasitas, cebollinas picadas, perejil picado y un poquito de mango chutney.

• **DATO.** LA MALANGA SE PUEDE CONSEGUIR EN LOS DIFERENTES MERCADOS DE PANAMÁ.

# Malanga: opción alimenticia para el cuidado del corazón

AL CONTROLAR LA PRESIÓN ARTERIAL BENEFICIA DE MANERA GENERAL AL SISTEMA CARDIOVASCULAR.

**DIAMAR DÍAZ NIETO**  
redaccion@panoramacatolico.com

Deliciosa y natural, la malanga es una opción dentro de los tubérculos saludables y con bajo costo, que se puede conseguir en los diferentes mercados de Panamá.

El magíster en nutrición, José Ramiro López, explicó que la malanga es un tubérculo comestible nativo de las regiones tropicales, de la misma familia del oteo, y que gracias a su parecido es conocido por muchos como 'oteco blanco'.

López es nutricionista de atención primaria de la Caja del Seguro Social y labora en la Policlínica "Dr. Carlos N. Brin", explicó que la malanga, por sus propiedades, cuida el corazón debido a la cantidad importante de potasio que contiene, por un lado y por otro, gracias a su bajo aporte de sodio.

Resaltó que el potasio no sólo ayuda la transferencia saludable entre las membranas y los tejidos del cuerpo, sino que también favorece el alivio del estrés y la presión arterial.

"Al facilitar la disminución o control de la presión arterial beneficia de manera general al sistema cardiovascular", afirmó.

Basándose en la evidencia científica, el especialista informó que un estudio titulado "Análisis de Nutrientes de la Raíz de la Malanga (Colocasia

esculenta Schott) en el Trópico Seco de Colombia", realizado por Amparo L. y colaboradores, publicado en la Biblioteca Científica Electrónica Scielo, en agosto de 2019, comparó el contenido de nutrientes de la malanga con el camote, papa, yuca y ñame.

Indicó que dentro de este análisis se encontró entre los tubérculos observados, un contenido importante de fibra, hierro, calcio, magnesio, zinc, vitamina C, B1 y B3; no obstante, la malanga además de poseer estos minerales y vitaminas, los superó en el contenido de proteínas.

Además, señaló que es una buena opción para acrecentar la variedad en el menú, en reemplazo del arroz, pastas, papas, pan, cereales, yuca, ñame, oteo morado y ñampí.

## Tubérculo maravilloso

- Como la malanga es baja en sodio, protege nuestro corazón del desarrollo de posibles enfermedades y regula los niveles de colesterol.

- La fibra que posee este tubérculo, lo posicionan como un alimento bueno como diurético, también como facilitador de la digestión y mejora el tránsito intestinal.

- Gracias a sus diferentes vitaminas, algunos de los beneficios de la malanga es que es antioxidante y además es buena para la piel.

Expuso como ejemplo, algunas formas de cocción que le resultarán deliciosas, como podría ser salcochadas solas o al mojo, fritas (pero con freidora de aire); en puré o en sopa.



**PROVINCIAS.** Este tubérculo se produce en Darién y Bocas del Toro.

Nativa de las regiones tropicales, de la misma familia del oteo.

## Siga las guías alimentarias



**VENTAJA.** Es bajo en sodio.

El magíster López puntualizó la importancia de resaltar esos alimentos que nos ayudan a cuidar la salud y mejorar la calidad de vida.

Reiteró una serie de medidas para mantener una buena salud cardiovascular, aparte de consumir alimentos con alto contenido de fibra dietética y potasio, bajo en sodio y grasas

saturadas; también es necesario moderar el consumo de sal y eliminar el uso de condimentos artificiales, ya que su contenido de sodio puede ser mayor al de la sal.

En su lugar, recomendó usar condimentos naturales, tales como: ajo, cebolla, culantro, orégano, ajíes o pimentones y tomates, entre otros.

También instó en el caso de malanga, incluir esta opción considerando siempre las guías alimentarias para Panamá, que consiste en un modelo de un plato de 9 pulgadas dividido en 4 partes. En ¼ colocar la malanga, ¼ la fuente de proteína (carnes o huevo), en el otro ¼ la porción de frutas y en el último ¼ la ensalada de vegetales.

Novios

¿Cómo va la relación?

Observa qué es lo que está sucediendo en la relación. Puede ser que la rutina esté causando estragos, celos descontrolados, falta de entusiasmo o problemas de comunicación. Descubre la causa del problema para poder hallar una solución.

Expresa lo que para ti es aceptable o inaceptable. Así evitarás suposiciones y mayores malos entendidos. Si tu pareja es ajena a tus deseos o expectativas, nunca podrá ser capaz de satisfacerte. Lo mismo pasa contigo, tú debes estar al tanto de lo que para tu pareja es aceptable o no, así como de sus expectativas y deseos.



Giros

Esmeralda Solís

Logró ganar el trono de Reina del Valle Guadalupe del año 2016. Pero hubo un cambio en su vida que la hizo seguir otro camino.

Hoy forma parte de las Misioneras Clarisas del Santísimo Sacramento, quienes destacan entre sus valores un espíritu eucarístico, mariano, sacerdotal y misionero. "Realmente no se sabe qué es la vida religiosa hasta que se está dentro. Hasta ahora he logrado ver desde otra perspectiva lo que es el mundo y lo que te ofrece. Yo era muy feliz con todo lo que tenía, pero no se compara con la felicidad que Dios coloca en mi corazón ahora", dijo.



• **ACTITUD.** PROCUREMOS SER SIEMPRE SENCILLOS Y HUMILDES DE CORAZÓN.

Jesús nos pide ser humildes, pero ¿cómo podemos practicar esta virtud

MARIBEL NOS PREGUNTA CÓMO PODEMOS PRATICAR LA HUMILDAD. LA BIBLIA NOS DA MUCHOS DE LOS EJEMPLOS QUE SOBRE ESTA VIRTUD.

REDACCIÓN  
redacción@panoramacatolico.com

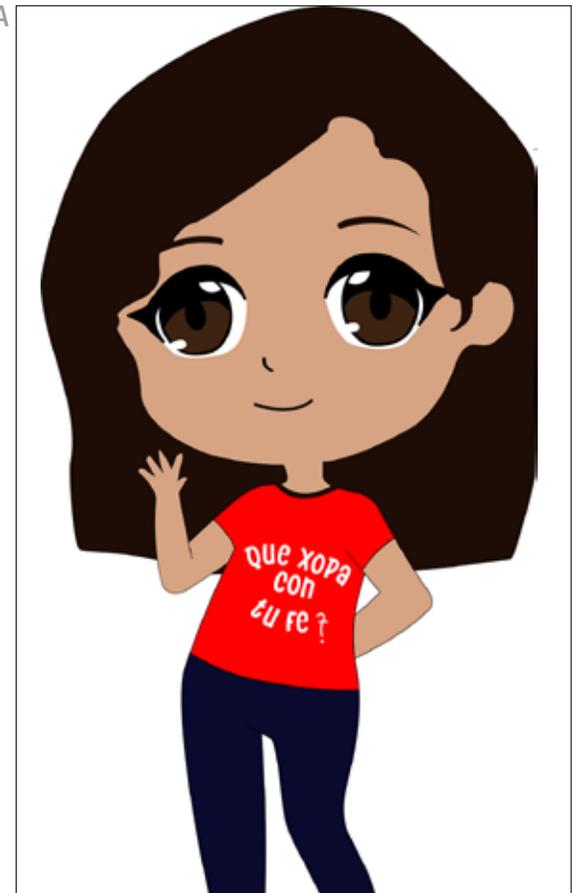
Una de las cualidades que describe a Jesucristo es la humildad, pero ¿cómo podemos ser igual de humildes que Él? Citemos algunos de los textos bíblicos que hablen sobre la humildad: "No hagan nada por espíritu de discordia o de vanidad, y que la humildad los lleve a estimar a los otros como superiores a ustedes mismos", Flp. 2:3. El Señor nos pide, pues, que al hacer buenas acciones las hagamos de corazón y no para ser aplaudidos por los demás o para creernos mejor que nuestro prójimo.

"No se preocupen tanto por lucir peinados, rebuscados, collares de oro y vestidos lujosos, todas cosas exteriores, sino que más bien irradie de lo íntimo del corazón la belleza que no se pierde, es decir, un

espíritu gentil y sereno. Eso sí que es precioso ante Dios", 1 Pedro 3:3-4. La humildad nace del corazón, de qué nos sirve la apariencia, la vanidad, si en nuestro interior está todo lo que realmente agrada a Dios. Busquemos pues tener un espíritu dispuesto a servir siempre a los demás. "Entonces, sentándose, llamó a los Doce y les dijo: «El que quiere ser el primero, debe hacerse el último de todos y el servidor de todos», Marcos 9:35. Debemos también tener el don de servicio, antes de pensar en nosotros, pensar en las necesidades de mi hermano/a.

Esto son solo 3, de muchos, de los ejemplos que nos da la Biblia sobre la humildad. Te invito también a rezar las letanías de la humildad, estas nos servirán de guía para parecernos más a Jesús.

Te sigue contando las preguntas que le hacen nuestros asiduos lectores.



Pastoral Juvenil - Arquidiócesis de Panamá

Equipo de Medios (Jóvenes Católicos)



¿Cómo el Rosario nos ayuda con la espiritualidad juvenil?

"Sabemos que el Rosario ha sido y aún sigue siendo la oración mariana más extendida. Por desgracia, está cayendo en desuso sobre todo entre la gente joven, pues resulta aparentemente anticuada y aburrida. Sin embargo, cuando uno vence estos prejuicios y se anima a rezarlo a diario, descubre gratamente que esta oración alberga una gran riqueza espiritual: por eso es la oración mariana por excelencia". Fr. Julián de Cos

Panamá no se escapa de la realidad que está ocasionando el coronavirus (COVID-19), por eso, el rezo del Santo Rosario es una herramienta necesaria para los jóvenes y más

en este tiempo de pandemia porque es una oración bíblica, podemos aprender a conocer, amar e imitar a Cristo, es un resumen del

El Rosario nos puede elevar a las alturas, el Rosario puede llevar paz al mundo.

Evangelio, el Rosario nos puede elevar a las alturas, el Rosario puede llevar paz al mundo, al interior y al exterior, es una oración para superar

los vicios, nos ayuda por la unidad familiar.

El Papa Francisco decía en la audiencia general del 25 de abril: "La pandemia nos ha descubierto la dimensión doméstica de la espiritualidad", y agrega también: "Contemplar juntos el rostro de Cristo con el corazón de María, nuestra Madre, nos unirá todavía más como familia espiritual y nos ayudará a superar esta prueba.

Joven en este mes de octubre, mes del Santo, animate a realizar el Santo Rosario todos los días, personalmente o con tu familia o amigos o mediante las distintas plataformas virtuales, porque fortalecemos nuestra espiritualidad.

- **IDEAL.** LOS PARQUES EÓLICOS DEBEN ESTAR, POR LO GENERAL, EN LUGARES ALEJADOS DE POBLADOS.

# ¿Energía eólica para quién?



EL MINISTERIO DE AMBIENTE SUSPENDIÓ LOS TRABAJOS DE CONSTRUCCIÓN DEL PARQUE EÓLICO DE TOABRÉ, EN COCLÉ, DEBIDO A "IRREGULARIDADES" EN EL CUMPLIMIENTO DEL PLAN DE MANEJO AMBIENTAL.

**DIANA CANDANEDO**  
redaccion@panoramacatolico.com

Una de las energías renovables más utilizadas en el mundo es la energía eólica. El mayor productor de este tipo de energía del mundo es Estados Unidos, seguido de Alemania, China, India y España. En América Latina, el mayor productor es Brasil. En España, la energía eólica abastece de electricidad al equivalente a 12 millones de hogares, esto es un 18% de las necesidades del país (Fuente AEE). La energía eólica se obtiene al convertir el movimiento de las palas de un aerogenerador en energía eléctrica. Un aerogenerador es un generador eléctrico movido por una turbina accionada por el viento, sus predecesores son los molinos de viento.

Los mejores sitios para instalar parques eólicos se encuentran por lo general en lugares alejados de centros poblados, pues son estos lugares donde más viento se produce: las cimas de colinas y montañas y costas marinas.

Los parques eólicos necesitan de grandes extensiones de tierra: las turbinas no pueden colocarse unas cerca de otras, pues el viento es modificado en su paso por las mismas. Afortunadamente, el espacio debajo de las turbinas puede ser aprovechado para la agricultura, a diferencia de los centros de paneles solares.

Cuando no hay viento, es necesario almacenar la energía en baterías para poder tener electricidad cuando no hay viento. Las baterías son costosas y con materiales tóxicos, que representan un problema

La energía eólica, una fuente de generación de electricidad.

## Importante

- **El parque eólico en Toabré.** El consorcio Elenor inició labores para la primera fase del proyecto. Es una sociedad entre la empresa panameña Recursos Eólicos con un 70% y la española Audax Renovables, con un 30% a un costo de 150 millones de dólares. La fase 1 instalará 66 megavatios de potencia. En total se instalarán 20 turbinas.
- **Denuncias.** El proyecto eólico en Toabré, Coclé ha recibido múltiples denuncias de parte de los residentes, por los problemas que les están ocasionando. En el lugar donde se realizan los trabajos hay una población de 10, 203 habitantes, que viven de la agricultura, por lo que el cuidado a los recursos naturales es vital para ellos.
- **Suspensión temporal.** Mi Ambiente solicitó al consorcio que desarrolla la obra, un plan de mitigación para la zona, de manera que los sedimentos que produce no afecten los recursos naturales del lugar. Una vez se determine que se cumplió con ese plan de mitigación, se les dará permiso para que continúen con los trabajos.

## Desafíos

### • Ventajas



**ALTERNATIVA.** Tienen bajo mantenimiento.

La energía eólica es una alternativa a los combustibles fósiles y usa el viento que se presume inagotable, barato, y no contaminante, de preferencia en sitios no poblados, una vez instaladas las turbinas tienen bajo mantenimiento y mano de obra.

### • Impacto en el ecosistema global

Las eólicas requieren grandes extensiones de tierra. Comunidades del lugar han interpuesto denuncias sobre daños a 2, 000 hectáreas de bosque y en Toabré se han derramado cantidad de sedimentos en los ríos del área. En 64 granjas eólicas en Canadá estimaron que más de 47, 000 murciélagos mueren por año por colisión con las aspas, además de otras aves e insectos, si las turbinas se colocan en corredores migratorios, como en España.

### • Daños a la salud humana



**SALUD.** Relación con problemas de sueño.

Las turbinas no pueden colocarse unas cerca de otras, y la exposición a las turbinas eólicas está relacionada con problemas de sueño, tinnitus y vértigo y problemas sicosomáticos.

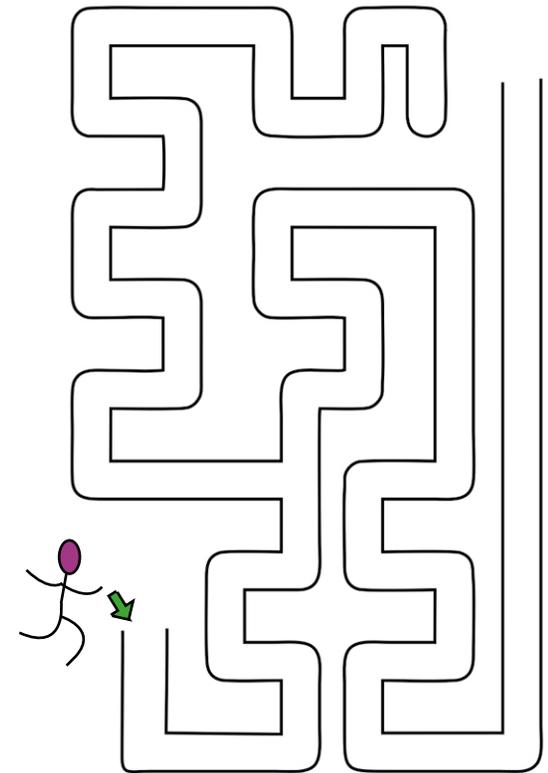
# Diviértete coloreando



“Pues pagadle al César lo que es del César y a Dios lo que es de Dios.”

## LABERINTO

Estamos hechos a semejanza de Dios



## DIFERENCIAS

Diviértete buscando las cinco diferencias entre los dos dibujos.





PANAMÁ, DOMINGO 18 DE OCTUBRE DE 2020 • WWW.PANORAMACATOLICO.COM

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

## La meta es ser una persona honesta, fiel y trabajadora



**CUIDÉMONOS.** En estos tiempos difíciles, los cristianos nos tenemos unos a otros para enfrentar las tormentas.

REDACCIÓN  
redaccion@panoramacatolico.com

Esta semana el Señor nos está indicando el camino de la corrección, de la cabal ciudadanía y del trabajo honrado.

Resulta incoherente autoproclamarse cristiano, si llevamos una vida incivil, en la que la falta de educación y la grosería son la nota dominante.

Esta semana, pues, Dios nos pide que nos pongamos la meta de vivir la ciudadanía desde nuestro metro cuadrado. Que critiquemos menos a los demás, y pongamos más cuidado en nuestra forma de conducirnos en el ambiente de cada cual.

Así, que dispongamos de los desechos que generamos en casa de una forma más amigable para el ambiente, sin hacer daño tanto a la ecología como a las personas que se dedican a la recolección de desperdicios. Se nos ha enseñado que la mejor manera

de cuidar nuestra casa común es aplicar las “tres erres”, es decir, **recudir** la cantidad de basura que generamos; **reutilizar** aquello que podamos, para evitar tanto descarte; y **reciclar** todos los elementos posibles.

Pero también está el cuidado al hermano, a su dignidad como persona, su honra y su patrimonio.

Evitemos ser ese tipo de persona que solo piensa en sí mismo, en su familia y lo suyo, pero no pestañea cuando participamos, por acción u omisión, en el deterioro de los bienes públicos.

Ser cristiano implica ser persona y, por ende, ciudadano. Es decir, implica cuidar al hermano y el ambiente en el que todos estamos. No podemos pretender una cosa, si la otra la descuidamos.

Esta semana toca demostrar qué y quiénes somos, al servicio de Cristo. ¡Ánimo!

**Esta semana nos toca cuidar al hermano y la casa común en la que todos estamos. Ser cristiano es ser buen ciudadano**

### Oración

#### contra el coronavirus



Señor Jesús, nuestro **Médico Divino**, Te pedimos que nos guardes y protejas del **coronavirus** y de todas las enfermedades letales.

Ten piedad de todos los que han **muerto**. Sana a todos los que están **enfermos**. Ilumina a todos los **científicos** que están buscando un remedio. Fortalece y protege a todos los **asistentes sanitarios** que están ayudando en estos momentos a los enfermos.

Dales la victoria a todos los **responsables civiles** que están intentando limitar el contagio, y dale la paz a **todos los que tienen miedo y están preocupados**, especialmente a los ancianos y las **personas en situación de riesgo**.

Que tu **Preciosa Sangre** sea nuestra defensa y salvación. Por tu **gracia**, transforma el mal de la enfermedad en momentos de **consolación**, crecimiento en la **fe y esperanza**.

Que temamos el **contagio del pecado** más que cualquier otra enfermedad. Nos abandonamos con toda **confianza** en tu infinita misericordia.

Amén

### Santos de la Semana

- **19 Oct.** San Isaac Jogues, sj y Co. mártires
- **20 Oct.** San Pedro de Alcántara
- **21 Oct.** San Hilarión
- **22 Oct.** Santa María Salomé
- **23 Oct.** San Juan de Capistrano
- **24 Oct.** San Antonio María Claret

#### San Pablo de la Cruz 19 Oct.



San Pablo de la Cruz C.P. (3 de enero de 1694-18 de octubre de 1775) fue un sacerdote eremita y místico italiano fundador de la Congregación de la Pasión más conocida como Pasionistas. Su nombre real fue Pablo Francisco Danei Massari.

Se lanza a la empresa de fundar esta congregación luego de un largo camino de búsqueda espiritual, muy similar al vivido por San Francisco de Asís: se despoja de posible fama, riqueza y posición social a cambio de hacerse pobre siervo de Cristo, movido a ello por una visión de la Santísima Virgen María.

#### Santa Laura Montoya 21 Oct.



Santa María Laura de Jesús Montoya Upegui o mejor conocida como Madre Laura, fue una educadora y misionera católica fundadora de la Congregación de las Misioneras de María Inmaculada y de Santa Catalina de Siena. Se dedicó a formar jóvenes dentro de la fe cristiana y católica en diferentes escuelas públicas del departamento de Antioquia. El papa Francisco inscribió su nombre en el libro de los santos el 12 de mayo de 2013. Es la primera y única santa nativa colombiana.