

# Esperanza del pueblo

Jesús Nazareno, conocido popularmente como El Cristo Negro de Portobelo, encarna al pueblo fiel que ve reflejada en él sus aflicciones, y al contemplarlo, su mirada le devuelve la esperanza perdida.



## Al servicio

## • Panorama Católico

Por 36 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**  
**N° 662785301**  
**Bac Credomatic**  
Tel: 260.2144

## • Seminario Mayor San José (Panamá)

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

Telfs.: 236.3708 - 236.3709



WWW.RADIOHOGAR.ORG | 94.1 FM.

## Indice

## ACTUALIDAD

04 ACTUALIDAD • REPORTAJE

## Las Hermanas Maryknoll continúan brindando cuidado a personas mayores



- GÉNEROS
- DIÓCESIS
- INTERNACIONALES
- OPINIÓN

04

## ESPIRITUALIDAD

14 ESPIRITUALIDAD

## La grandeza del servicio



- LAICOS
- CATEQUESIS
- LITURGIA
- BIBLIA

14

## COMUNIDAD

18 COMUNIDAD

## Herramientas para afianzar el 'Pacto Educativo Global'



- FAMILIA
- JUVENIL
- VIVIR
- NIÑOS

18

## VARIEDAD

22 VARIEDAD

## «Milagro» por el que Juan Pablo I será beato



- ECOLOGÍA
- FE Y CULTURA
- BELLAS ARTES
- ENTRETENIMIENTO

22

## Editorial

## Monseñor Rómulo Aguilar

El pasado 13 de octubre partió a la casa del Padre Monseñor Rómulo Daniel Aguilar Ramos, hijo querido de esta Arquidiócesis, maestro liturgista, y sobresaliente pastor de almas.

Fue director del Departamento de Liturgia de la Arquidiócesis de Panamá por 27 años, tiempo durante el cual dictó cátedra y sentó las bases equipos de la pastoral litúrgica en parroquias y vicarías.

De 2016 a 2019, cuando su enfermedad limitó sus fuerzas, supo encarar sus responsabilidades como Secretario General del Comité Organizador

Local de la Jornada Mundial de la Juventud, Panamá 2019, siendo pieza clave de un compromiso que marcó un antes y un después en la vida eclesial y civil de la nación.

Su fallecimiento no fue una sorpresa del todo, pues su padecimiento era de notorio conocimiento. Aun así, el fútil llegó y provocó una fría y repentina campanada en el alma de los muchos que le querían y respetaban, especialmente en la vida de quienes consiguió marcar camino, como director espiritual y amigo.

El acontecimiento fue "trending topic" en las

redes sociales, lo que demuestra la impronta cívica y espiritual que monseñor Aguilar dejó a su paso por la vida de figuras públicas y gente sencilla.

Quienes le conocieron, y en quienes dejó la semilla de la esperanza, saben que la muerte del pastor no es el final y que, como él, todos esperamos cantar con el apóstol: "He peleado la buena batalla, he acabado la carrera, he guardado la fe. Sólo me queda recibir la corona de toda vida santa con la que me premiará aquel día el Señor, juez justo; y conmigo la recibirán todos los que anhelaron su venida gloriosa", (2Tim 4, 7-8).

## Caricatura

Panorama  
Católico

Caminando en la Esperanza

Fundado: 24 de febrero de 1985

S.E.R. José Domingo Ulloa M.  
PresidenteBetzaida Toulter U.  
DirectoraPbro. Seán T. Rooney  
Asesor Pastoral (Fundador)Pbro. Severo Samaniego  
Ecónomo AdministradorZaribeth Deans  
SecretariaKarla Díaz  
Yoel González Núñez  
PeriodistasAnayansi Mosquera  
Diseño EditorialDirección Calle 1era. Sur Carrasquilla, Edif. del  
Arzobispado, Ofic. 101.

Teléfono: 282-6556

www.panoramacatolico.com

Correo: redaccion@panoramacatolico.com

# DESDE 1904

## DE LA MANO CON EL CRECIMIENTO Y DESARROLLO DE NUESTRO PAÍS.

La historia de Banco Nacional de Panamá está vinculada con el surgimiento de la nación. Han transcurrido 117 años desde su fundación en 1904, como Banco Hipotecario y Prendario de la República.

Actualmente, la primera institución financiera del país, Banco Nacional de Panamá se consolida como una institución moderna, sólida y en constante crecimiento. Pese a que el país no cuenta con un banco central, cumple parte de este rol al ser el agente financiero del Estado, depositario oficial de los fondos de la Nación y entidad encargada de hacer los pagos de los Servidores Públicos y programas sociales del Gobierno Nacional. Es también el administrador de la Cámara de Compensación y de la Reserva Nacional. Además, brinda un servicio innovador a través de sus Canales Virtuales de Atención y la red más amplia de sucursales.



• **ACTITUD.** EL ESPÍRITU DE OPTIMISMO PARECE SER CONTAGIOSO EN LA FUNDACIÓN NUEVA VIDA.

# Las Hermanas Maryknoll continúan brindando cuidado a personas mayores



**RESIDENTES.** Tienen entre 64 y 101 años de edad, con condiciones de salud preexistentes.

**LA FUNDACIÓN NUEVA VIDA, UNA RESIDENCIA QUE ALBERGA A HOMBRES Y MUJERES DE LA TERCERA EDAD EN PANAMÁ, SE HA ADAPTADO PARA CONTINUAR BRINDANDO A SUS RESIDENTES CALIDAD DE VIDA EN MEDIO DE LA PANDEMIA DE CORONAVIRUS.**

**MARÍA-PIA NEGRO CHIN**  
redaccion@panoramacatolico.com

La Fundación Nueva Vida está haciendo honor a su nombre, incluso en medio de la pandemia de COVID-19. A medida que el virus se extendió por todo el mundo, la Hermana Maryknoll Geraldine Brake y su equipo se han adaptado para garantizar que sus residentes de edad avanzada sigan teniendo calidad de vida.

Esta residencia, no gubernamental y sin fines de lucro, ha cuidado a personas de la tercera edad en Panamá durante los últimos 30 años y la actual crisis de salud no es una excepción.

“Nos sentimos completamente seguros aquí ... Gracias a Dios y a la Virgen, tenemos una fundación donde estamos bien cuidados y atendidos”, dice Gloria Paz Rodríguez, 79, residente de Nueva Vida desde hace mucho tiempo.

Como en muchos centros de atención para personas mayores en Panamá, las medidas de higiene se han duplicado y se han prohibido las visitas. “Extrañan a sus familias, pero se dan cuenta de que (verlas) no es posible

## Un ambiente saludable

Los residentes de Nueva Vida tienen entre 64 y 101 años de edad, y muchos tienen condiciones de salud preexistentes que podrían hacerlos vulnerables, por lo que las condiciones sanitarias son de suma importancia.

“La buena disposición del personal para hacer ajustes (de tiempo) personalmente y con sus familias es una verdadera bendición”, dice ella, agregando que el desprendimiento del personal la inspira. La solidaridad entre el personal, las familias y los residentes no sorprende. Es una continuación del compromiso de la fundación de brindar a sus residentes un ambiente saludable, agradable y digno para pasar sus últimos años, dice.

Beatriz Grando, la administradora de la residencia, dice que

**Los residentes continúan con sus oraciones matutinas, fisioterapia y actividades recreativas.**

en este momento. Es un sacrificio”, dice la hermana Brake de los residentes, algunos acostumbrados a ver a sus familiares al menos una vez a la semana.



**FISIOTERAPIA.** Colaboradores ayudan en la rutina de los adultos mayores.



**CONDICIONES.** La residencia guarda las medidas de bioseguridad.

los 78 residentes de Nueva Vida provienen de todos los ámbitos de vida, incluyendo a ministros, reinas de belleza y contadores públicos. “Me gusta escuchar las historias de sus vidas, y me da mucha tranquilidad ayudar (a los residentes) a tener calidad de vida”, agrega.

“Todas las organizaciones piensan en el bienestar de los niños, pero a veces los ancianos tienen muy poco apoyo, y están abandonados incluso por las autoridades”, señaló.

#### Residentes agradecidos

Su equipo de 34 personas, y los voluntarios que los ayudan, muestran amor a los residentes todos los días, ya sea preparando comidas, lavando la ropa, escuchando sus historias o vistiéndose y alimentándolos. “Las personas que atienden aquí son muy preparadas y lo hacen con tanto cariño, con tanto amor que uno se siente como en casa”, dice la residente Elba Angélica Ramos González, de 90 años.

Cecilia Méndez de Arauz, de 97 años, también siente que la fundación es su hogar y se refiere a la hermana Gerri Brake “como una madre para nosotros. Cuando hay algo que necesitamos, ella lo está adivinando y nos lo da”.

#### Ayuda desinteresada

Muchas familias y personas de la comunidad han donado medicamentos, verduras, productos de limpieza, máscaras y batas de hospital para ayudar a mantener saludables a los residentes de Nueva Vida. Muchos familiares y voluntarios ayudan a desinfectar los edificios.

“No están viendo a sus parientes, pero están dispuestos a ayudarnos con la limpieza adicional de sillas o mesas cuando los residentes están en sus habitaciones”, dice la hermana Brake.

“La crisis nos hizo ver en lo frágil que somos y la importancia de la solidaridad con los demás”.

#### Actividad diaria

Ante el COVID-19, la hermana Brake y su equipo se han asegurado de que las rutinas de los residentes se mantengan consistentes para mantener sanos sus cuerpos, mentes y almas. Los residentes continúan con sus oraciones matutinas, celebraciones litúrgicas, fisioterapia y actividades como bingo y películas mientras observan medidas de distanciamiento social.

“El rezo del rosario es aún más importante ahora”, dice la hermana Brake, y agrega que la fe de los residentes se ha fortalecido al rezar en solidaridad por la salud alrededor del mundo.



**DIARIAMENTE.** Reciben los medicamentos y excelentes cuidadores.



### Un misionera consagrada

La calidez de familia es algo natural para esta misionera alta, risueña y con una voz dulce.

La hermana Brake, de 73 años, creció en Wilmington, Delaware, en una familia de 12 niños. La fe de su familia y la invitación de su madre para ver la bondad en las personas marcaron una diferencia en su vida.

“Estoy agradecida por mi familia,

que me inculcó un espíritu de fe y amor a Dios”, dice la misionera, quien ingresó a las Hermanas Maryknoll en 1966. Enviada a Nicaragua en 1972, la hermana Brake ayudó a las personas a reconstruir sus vidas después de un devastador terremoto ese año.

Durante sus nueve años en ese país centroamericano, ella también

acompañó a la gente durante gran parte de la Revolución Nicaragüense. “Aprendí mucho de mi tiempo en Nicaragua”, dice, y explica que las personas se unieron para ayudarse mutuamente a construir un sentido de comunidad. Ese espíritu de ayuda mutua también está creciendo en Panamá durante este tiempo de pandemia, dice ella.

• **RECORRIDO.** UNA VEZ AL MES, VISITAN COMUNIDADES DE LA PARROQUIA DE SAN JOSÉ EN CHIRIQUÍ GRANDE.

# Jóvenes se lanzan a evangelizar

EL ENCUENTRO AGLUTINA A JÓVENES QUE REPRESENTAN COMUNIDADES APARTADAS DE LA PARROQUIA, PARA SER ELLOS LOS QUE IMPULSEN, MOTIVEN E IMPACTEN A LOS ADULTOS EN ESTAS REGIONES.

YOEL E. GONZÁLEZ N.  
redaccion@panoramacatolico.com

Con el afán de llegar a las 13 comunidades que integran la parroquia San José de Chiriquí Grande, el padre Yohanes Fajar Suwasono, desde hace dos meses, ha programado la misión de acompañamiento en la que jóvenes comparten con otros de áreas apartadas, llevándoles un mensaje de esperanza.

**Los jóvenes se han movido a ser ellos los que animen en estas comunidades.**

Se han realizado a la fecha dos encuentros, el primero en la parroquia de San José que animó a los jóvenes a querer una iglesia en salida y compartir la Buena Nueva con otros hermanos, el segundo encuentro fue desarrollado en la comunidad de Santa Marta a unos 20 kiló-

metros de la parroquia.

Estos encuentros son animados por un grupo de jóvenes que ofrecen las dinámicas, catequesis y culminan con una eucaristía. El padre Fajar explica que buscan levantar el ánimo de los jóvenes de cada comunidad. Esta misión de encuentro la realizan el último sábado del mes.

Para el coordinador del grupo juvenil de esta parroquia, Vladimir Moreno González, al llegar a cada comunidad se nota la felicidad en cada joven y adulto presente, “nos reciben con carteles de bienvenida, organizan un brindis y nos dan calurosos aplausos. Cada vez que tenemos la oportunidad de visitar alguna comunidad, buscamos que los jóvenes aprendan cantos para que a la hora de la eucaristía, ayuden en la celebración”.

Moreno comentó que durante el encuentro también se les ofrece enseñarles el rezo de



**JUEGOS.** Comparten con alegría cada encuentro.



**SENCILLO.** Cada actividad es un espacio de alegría.

## Opinión

**VLADIMIR MORENO**  
Coordinador



Hemos visitado diferentes comunidades indígenas y esto me impactó de manera positiva, ya que pude ver que tienen muchas ganas de aprender.

**YORIELIS VALDÉZ**  
Integrante



Me ha gustado mucho llevar la Buena Nueva a niños, jóvenes y adultos, sobre todo a quienes no conocen a Dios.

oraciones como el Padre Nuestro, Ave María y la Señal de la Cruz. Aprenden dinámicas y cantos de animación. El grupo se siente satisfecho al terminar la misión en las comunidades que visitan, además de compartir lo que han aprendido a lo largo de su caminar en la iglesia de San José, todo lo que se pone en práctica en convivios, desarrollando, precisamente, esos dones que Dios les ha dado.



**ACCIÓN.** Los jóvenes disfrutaron el EJCLE.

## Encuentro juvenil

**NERIL URIETA / YOEL E. GONZÁLEZ N.** Unos 138 jóvenes se llenaron de gozo y alegría en el Espíritu con el séptimo Encuentro Juvenil Católico de La Espigadilla (EJCLE), celebrado en esta comunidad perteneciente a la parroquia de San Atanasio de la diócesis de Chitré.

El encuentro celebrado el viernes 8 y sábado 9 de octubre pasado contó con animación, dinámicas, momentos de reflexión, temas para meditar y

**La producción musical del encuentro estuvo a cargo de la comisión de música.**

por supuesto espacios para confesarse.

María Gabriela Castillo, coordinadora de la comisión de Música, dijo que la letra del canto

lema fue escrita por Dianeris Martínez, integrante de esta comunidad y los arreglos lo realizaron integrantes de esta comisión.

El párroco, Roberto Martínez Melgar, explicó que a partir de la experiencia del joven con Dios, estos encuentros ayudan a que se encuentren consigo mismo, a tener una espiritualidad profunda, que inicien o se entusiasmen en servir, y esto les deja un joven animado y lleno de gracia.

• **ESTAMENTOS.** VIGILANTES DEL CUMPLIMIENTO DE LAS MEDIDAS DE SEGURIDAD, DURANTE LA PEREGRINACIÓN.

# Devotos vuelven al encuentro personal con el Cristo Negro

LA IGLESIA INVITA A LOS PEREGRINOS A QUE CUMPLAN SUS MANDAS ANTES DEL 21 DE OCTUBRE PARA EVITAR LA AGLOMERACIÓN, Y AQUELLOS QUE ASISTAN ESE DÍA, CUMPLAN CON LAS NORMAS DE SEGURIDAD POR EL BIEN DE TODOS.

BETZAIDA TOULIER U./ FOTO: OMAR MONTEDEGRO  
redaccion@panoramacatolico.com

Desde antes de las novenas, los devotos han ido al encuentro personal con el Cristo Negro de Portobelo como lo han hecho por años, eso sí, siguiendo las normas de bioseguridad, bajo la vigilancia de los estamentos de seguridad del Estado: Ministerio de Salud y Policía Nacional.

Y ese es el llamado que hace el Obispo de la Diócesis de Colón Kuna Yala, Monseñor Manuel Ochogavía, de que Portobelo sea una comunidad segura y provisoria. “Las medi-



**VENERACIÓN.** Para evitar la aglomeración, los devotos deberán guardar distancia de dos metros.



**TEMPLO.** El acceso se hace por la puerta lateral derecha, si se mira el templo desde la explanada.

**El aforo dentro del templo está restringido al 50%, el día 21 de octubre.**

das se establecieron tras conversaciones con los estamentos de seguridad, Ministerio de Salud, alcaldía de Portobelo y gobernación de Colón”, dijo.

El Obispo señaló que se ha estado invitando a los peregrinos a que paguen sus mandas antes del 21 de octubre para evitar la aglomeración y recordó que la distancia es de dos metros, deben portar su mascarilla, así como su pantalla facial. “Por medidas de seguridad personal, debe llevar su alcohol”, aconsejó.

## Aforo restringido en el templo

El párroco de la parroquia San Felipe Apóstol de Portobelo, padre Ángel Pinilla, recordó que el aforo dentro del templo

está restringido al 50%, durante la peregrinación.

Confirmó que la imagen del Cristo Negro saldrá de su nicho, ese 21 de octubre para permitir esa cercanía de los fieles, tras explicar que el acceso al templo se hace por la puerta lateral derecha, si se mira el templo desde la explanada.

Informó, además, que “hay un pasillo hecho con vallas carrileras (como las usadas en la JMJ en 2019), que llevará hasta el lugar del templo donde se colocará la imagen”, indicó.

Los devotos podrán venerar la imagen de Jesús Nazareno, y facilitar el movimiento dentro del templo. Además, unidades de la policía estarán apoyando, dando cumplimiento a 30 segundos por fiel, para seguir el pasillo y salir por la puerta lateral izquierda. “No se podrá volver a la explanada por la ruta de salida”, agregó.



**IMAGEN.** Saldrá de su nicho, ese 21 de octubre, pero se colocará dentro del templo.

## Opiniones

**JACKELINE MORALES**  
Devota



Desde hace 15 años, peregrino a Portobelo. Llevando siempre algún peregrino nuevo. Antes dudaba de sus milagros, pero ahora puedo decir que todo lo que le he pedido me lo ha concedido.

**RAFAEL REYES**  
Devoto



“Llevo más de 20 años caminando hacia Portobelo y llegar hasta donde está la imagen del Cristo Negro, para darle gracias. Fue una promesa y tengo mucha fe en Jesús Nazareno”.

**HAYDEE CHI**  
Devota



Desde que Melissa nació he ido a Portobelo. Llevamos 48 años de ir a agradecerle al Cristo Negro por concedernos la alegría de tenerla con nosotros y con salud.

• **HONORES.** SU EJEMPLO ES ATESORADO POR QUIENES LO CONOCIERON Y BRINDAN TESTIMONIO DE SU VIDA.

# Monseñor Rómulo Aguilar, siempre será recordado, siempre será querido

MONSEÑOR AGUILAR ERA EXPERTO EN LITURGIA Y HABÍA ESTUDIADO DERECHO CANÓNICO EN LA CIUDAD DE ROMA, ITALIA.

DIAMAR DÍAZ NIETO  
redaccion@panoramacatolico.com

Sus ojos se apagaron en este mundo terrenal, pero se iluminaron en la patria celestial, en la que habita nuestro buen Dios.

El vivir con una discapacidad debido a una enfermedad degenerativa, no fue un impedimento para seguir regando la mies, es más abrazó su cruz con amor.

El arzobispo metropolitano, monseñor José Domingo Ulloa Mendieta O.S.A, expresó que la

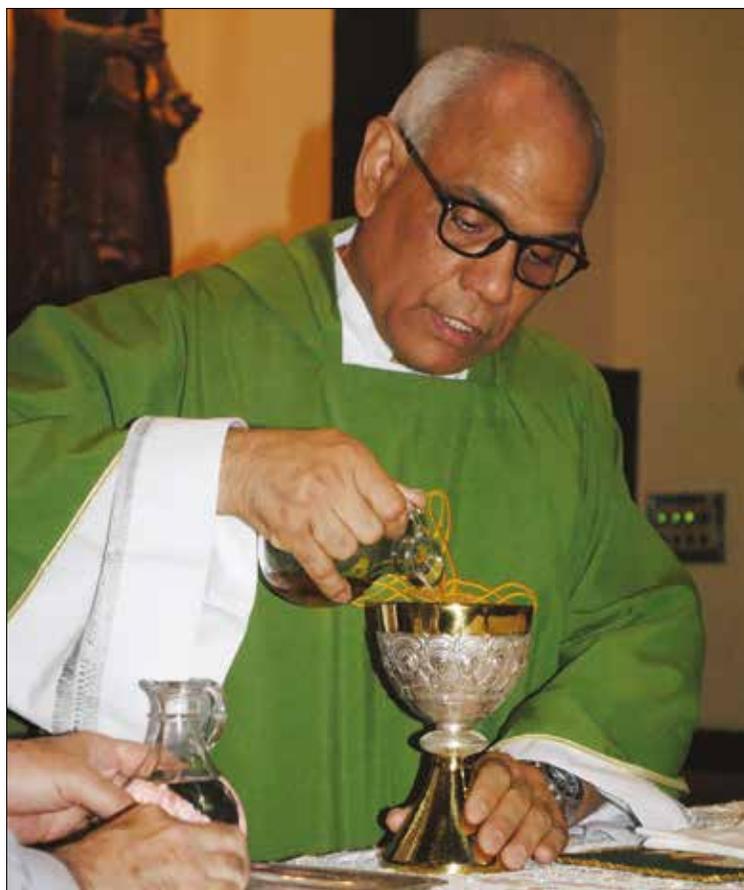
**Monseñor Rómulo Aguilar, falleció, pero sus obras perdurarán por ser ejemplo de vida.**

más grande enseñanza y testimonio del Padre Rómulo Daniel es el no haber tenido miedo de presentarse en su vulnerabilidad y fragilidad ante la enfermedad, abandonándose en las manos de Dios.

Monseñor Ulloa hizo un especial agradecimiento a la comunidad de San Francisco porque rompieron con el paradigma - el de acoger al P. Rómulo y demostrarle su amor en las penas y alegrías, en la salud y en la enfermedad.

## Recuerdos con amor

Preparando las celebraciones



LITURGISTA. P. Rómulo Aguilar pionero de la Comisión de Liturgia.

exequiales de Monseñor Rómulo estaba Elías Osorio, quien por más de 30 años le acompañó en la Comisión de Liturgia.

Siguiendo su ejemplo, Osorio exaltó virtudes del prelado, entre ellas: ser un colaborador solícito y fiel a tiempo y destiempo con Dios Padre.

Conocedor de quienes le tuvieron cerca y con un gesto de humildad nos remitió a una dama que de la mano del P. Rómulo se convirtió en una de las pioneras dentro de la Comisión de Liturgia, Daysi Mirella Ampudia, quien con voz llena de emoción subrayó momentos puntuales en

los que sus vidas se enlazaron.

Destacó que de joven sobresalió por ser brillante, inteligente, capaz, en todas las actividades que participó en la parroquia de Santa Teresita, siendo el párroco en ese entonces, el actual obispo emérito, monseñor José Dimas Cedeño.

Entre otras cosas subrayó, que le gustaba la música, por lo que empezó a perfilar como organista; pero, su mayor llamado era el sacerdocio, por lo que ingresa al seminario y desde esos tiempos, siempre quiso profundizar en la Liturgia.

Ya de sacerdote, gracias a even-

tos en los que le coadyuvó, le comunicó que quería una vez que iniciara la comisión de Liturgia, que ella y Esilda Atencio Muñoz, formaran parte, de ahí que fuera, junto a un pequeño grupo pioneras.

Un aspecto en el que enfatizó Daysi Ampudia, fue la preponderancia que le dio Monseñor Aguilar a la participación laica.

Como anécdota contó que hubo un encuentro de liturgistas en Costa Rica, donde todos eran sacerdotes, y que el único que llevaba una representación laica, era el padre Rómulo.

Reconoció que su partida le provoca sentimientos encontrados, por un lado, alegría porque allá en el cielo brillará más para el Señor y, por otro lado, nostalgia admitiendo que va a extrañar a este liturgista tan acucioso.

Siendo un joven monaguillo en la parroquia de Santa Ana, Miguel Ángel Villarreal, recordó ese año en el que acolitó al padre Rómulo.

“Yo era pequeño, fue una época bonita llena de muchos ideales, cuando tu veías estos ejemplos de pastores comprometidos, entregados a la Iglesia, te daba ganas de imitarlos”, confirmó.

Igual impresión de él se lleva Gretta de Murillo quien lo conoció siendo un adolescente en la comunidad de Huerta Sandoval, Santa Ana, donde creció y era su vecino.

Relató que siempre fue espiritual, virtudes que heredó de sus padres.

Afirmó que la comunidad huertena, siempre se sentirá orgullosa porque de sus entrañas, salió un fiel servidor del Señor, como lo fue monseñor Aguilar.

## Sus honras fúnebres

La Arquidiócesis de Panamá, hace de conocimiento público los actos religiosos que se desarrollarán para despedir el cuerpo mortal de Monseñor Rómulo Daniel Aguilar Ramos.

### Jueves 21 de octubre

Capilla Ardiente  
Templo de San Francisco de la Caleta  
Hora: De 12 m. a 10 p.m.

### Viernes 22 de octubre

Honras fúnebres  
Templo de Nuestra Señora de Lourdes (Carrasquilla)  
Hora: 11 a.m.

### Sábado 30 de octubre

Homenaje de Grupos y movimientos que acompañó Mons. Rómulo Estacionamientos de la Parroquia San Francisco de la Caleta  
Hora: 7:30 p.m.

### Domingo 31 de octubre

Misa de sepultura  
Catedral Basílica Santa María la Antigua  
Hora: 11 a.m.

Por solicitud expresa de monseñor Rómulo Aguilar, como un signo de amor y comunión con la Iglesia, se agradece no hacer ofrendas florares, sino hacer donación a la **Campaña Arquidiocesana:** Banco General de Panamá, cuenta corriente, No. **03-01- 01-001485-7.**

## 📌 Semper gaudens



### El mes del Rosario

Pablo Quintero  
sempergaudens@gmail.com

Todos los años, durante el mes de octubre, celebramos el mes del Rosario. El 7 de octubre de 1208, Santo Domingo de Guzmán recibió la visita de Nuestra Señora del Rosario. En su aparición le enseñó a rezar el Santo Rosario y le anunció las promesas para los que hicieran esta oración con devoción. También el 7 de octubre, pero del año 1571, se dio lugar la batalla de Lepanto, donde tropas enemigas de la cristiandad venían con una fuerza prácticamente invencible a

**El rosario es un arma extremadamente poderosa que tenemos los católicos.**

conquistar los países católicos de Europa. El Papa Pío V pidió rezar el rosario para pedir ayuda a nuestra madre y al final la amenaza fue superada contra todo pronóstico naval y militar. El rosario es un arma extremadamente po-

derosa que tenemos los católicos en el combate espiritual. Nuestra madre nos dice que recemos el rosario diariamente para mantener nuestras almas en alerta y listas para poder repeler los ataques de los espíritus malignos y acceder a la vida eterna. Nuestro Señor nos enseña: "Y no temáis a los que matan el cuerpo, pero no pueden matar el alma; más bien temed a aquel que puede hacer parecer tanto el alma como el cuerpo en el infierno", Mateo 10,28. Con el rosario meditamos los misterios de la vida de nuestro Señor Jesús, a través de los ojos de su madre Santísima, quien estuvo con Él desde su concepción hasta cuando ascendió a los cielos. Nadie nos puede explicar mejor la vida del Señor y su evangelio que nuestra madre. Y de esa forma nos mantenemos cerca de los sacramentos y en camino seguro a la santidad.

• **ESCRITURA.** LA PALABRA DE DIOS ES COMO UN ESPEJO QUE REFLEJA LO QUE SOMOS EN REALIDAD.

# Espejo del alma

MIRARSE EN ESE ESPEJO DEL ALMA ES UNA LUCHA VALIENTE DE AUTODESCUBRIMIENTO, PARA CONSERVAR LA FE Y MANTENER UNA BUENA CONCIENCIA, EDUCADA POR LOS PRINCIPIOS BÍBLICOS.

ROQUEL CÁRDENAS  
redaccion@panoramacatolico.com

Conócete a ti mismo son las palabras que aparecían inscritas, casi a modo de advertencia, en el pronaos del templo de Apolo en Delfos. Fue el filósofo Platón quien dio mayor difusión a esta frase a través de sus diálogos, recordándonos la importancia de mirar hacia dentro antes de tomar cualquier decisión, antes de dar cualquier paso.

Pero esto no se refiere tanto al hecho de las decisiones triviales de la vida como ¿por qué prefiero el café en vez del te o chocolate? Sino sobre todo a la pregunta sobre nuestra identidad, en cuanto a la imagen que tenemos de nosotros mismos y la realidad. Uno de los ejercicios más fascinantes, en este sentido, es confrontar mi imagen con la percepción de los demás. Podríamos buscar una persona

**Busca una persona y preguntarle ¿Qué piensas de mí? Te sorprendería la respuesta.**

de toda nuestra confianza y preguntarle ¿Qué piensas de mí? Es muy probable que recibamos alguna desagradable sorpresa al palpar que no somos tan buenos o al menos no nos ven tan buenos como suponemos.

Esto se debe a una realidad que todos sufrimos, es que a la mente humana no le gustan las contradicciones flagrantes. Hace todo lo posible para ocultar esta contradicción: un fenómeno conocido como disonancia cognitiva. Es decir, la incomodidad que se produce cuando tenemos dos ideas que se contradicen o cuando lo que pensamos, nuestras creencias, se contradice con nuestros actos. Al producirse esta incomodidad lo más fácil es racionalizar la situación, es un mecanismo de defensa, al proponer una razón con la que pretendemos justificamos lo que en nuestro interior no podemos procesar, al no querer admitir nues-



**HOMBRE.** Es doloroso como se descubre poco a poco nuestras obras malas.

tra contradicción o no querer vivir con la angustia que nos produce. Un ejemplo típico de ellos es la infidelidad matrimonial, si conocemos alguien que lo hace, al hablar del tema veremos o que lo esquivaba al no poder justificarlo, o presenta un montón de excusas que ni el mismo se las cree.

En la Biblia hay un texto muy insinuante al respecto, de este concepto, de una autoimagen que puede estar apartada de la verdad.

«El que oye la Palabra y no la práctica, se parece a un hombre que se mira en el espejo, pero en seguida se va y se olvida de cómo es.» **Santiago 1, 23s**

El texto nos presenta la Palabra de Dios como un espejo que nos permite vernos como somos en realidad, a tal punto, que al alejarnos de la fidelidad a esta imagen es parecido a un hombre que después que se ve en un espejo se olvida de cómo es su propio rostro. La Biblia viene a desmascarar nuestra disonancia cognitiva en la que hemos estado envueltos todos estos años.

La Escritura comienza a iluminar muchas de nuestra hipocresía, dejando al descubierto a nosotros mismos y esto

definitivamente provoca un temor de asomarnos a nuestra propia maldad. Si pensamos un poco esa es una de las razones de nuestra resistencia a leer la Santa Biblia. Porque este proceso muchas veces es doloroso y discordante, porque la luz nos va poco a poco descubriendo nuestras obras malas.

«Todo el que obra mal odia la luz y no se acerca a ella, por temor de que sus obras sean descubiertas.» **Juan 3, 20**

Se produce un proceso de iluminación de la conciencia, de lo que está bien y lo que está mal en nosotros, provocando una purificación interior que nos lleva a descubrir que nosotros mismos no somos el ultimo criterio del bien y del mal.

«Hijo mío, te hago esta recomendación, conforme a lo que se dijo de ti por inspiración de Dios, a fin de que luches valientemente, conservando la fe y la buena conciencia. Por no haber tenido una buena conciencia algunos fracasaron en la fe.» **1 Timoteo 1, 18s**

Mirarse en ese espejo del alma es una lucha valiente de autodescubrimiento, para conservar la fe y mantener una buena conciencia, educada por los principios bíblicos.

• VERDAD. MILES DE HECHOS OCURREN SIN QUE EL HOMBRE MÁS PRUDENTE PUEDA HUIR DE ELLOS.

# Lo que de mí depende...

EL COMPROMISO POR HACER EL BIEN ES LA LEY DE LA CONCIENCIA BUENA. ACEPTAR UN RESULTADO NO TAN BUENO ES PROPIO DE UN HOMBRE SABIO. DESCUBRIR QUE, DETRÁS DE TODO HAY UN DIOS BUENO.

P. FERNANDO PASCUAL  
redaccion@panoramacatolico.com

Epicteto era un sabio que vivió entre los siglos I y II después de Cristo. En uno de sus escritos nos invita a distinguir entre las cosas que dependen de nosotros, y las que no están en nuestro poder. Quien reconoce la diferencia que existe entre lo uno y lo otro, vivirá sabiamente. Trabajaré por hacer bien eso que está en sus manos. Acogerá, con serena resignación, aquello que “ocurre” sin haber podido hacer nada por evitarlo.

Esta distinción puede sernos muy útil. Muchas veces nace en nosotros un sentimiento de pena o de amargura por acontecimientos que no estaban en nuestras manos, que no habríamos podido evitar nunca. Miles de hechos ocurren sin que el esfuerzo del hombre más prudente pueda ser capaz de huir de ellos.

**Quien reconoce la diferencia que existe entre lo uno y lo otro, vivirá sabiamente.**

Algunos de estos hechos nos producen daños enormes. Pero no deberían ser motivo de remordimiento. Es verdad (no hay que olvidarlo) que con un poco de espíritu previsor algunas cosas pudieron ser evitadas (el espíritu previsor entra en las cosas que dependen de cada uno). Pero también es verdad que con todas las previsiones del mundo a veces explota una rueda en la autopista.

En cambio, hay otra gran cantidad de hechos que sí dependen de nosotros. Ponerme o no ponerme un abrigo al salir de casa, ver este o aquel programa de televisión, ir o no ir a tal discoteca, fumar o no fumar este cigarrillo. Cada uno puede escoger, puede decidir por dónde ir, qué lugar escoge de vacaciones, cuándo va al cine con los amigos.

En el ámbito de lo que está en nuestras manos nacen un sinfín de remordimientos. Sentimos un dolor profundo porque



**DIOS.** Nos ama. Basta con abrir los ojos del alma y se produce el milagro de la acogida.

escogimos mal, porque nos equivocamos, porque nos dejamos llevar por la pasión o las prisas. Había que estudiar para ese examen, pero preferí irme de fiesta con los amigos. Mis padres esperaban que llamase por teléfono, y les di un gran disgusto al dedicar todo mi tiempo a unos juegos de apuestas. Un amigo enfermo necesitaba mis palabras de ánimo, y pasó otro día completamente solo en el hospital, con su angustia y su tristeza.

Sentimos pena por tanto mal que hicimos, por tanto bien que dejamos de hacer. Sentimos rabia por habernos equivocado al comprar un objeto que parecía bueno y que sólo nos ha creado mil problemas en la familia. Sentimos remordimiento por habernos ido demasiado pronto de vacaciones cuando en casa, padres o hijos necesitaban un poco de nuestra ayuda.

Muchas cosas dependen de mí, hoy, en este día. Mi conciencia me ilumina. Los ojos de los que aman me interpelan. La presencia respetuosa de Dios me susurra dónde está el bien, cuál es el buen camino. Me toca a mí decidir.

El resultado, sin embargo, será una mezcla entre lo que he decidido, lo que estaba en mis manos, y las mil conexiones de la vida que ya no dependen de mí, los miel juegos “del azar” (los cristianos deberíamos decir “de la providencia”) que se entrecruzan y que llevan a resultados que nos sorprenden, sea por el dolor no esperado, sea por alguna ayuda no prevista que llega en el momento justo, que nos ayuda en una situación especialmente difícil.

El compromiso por hacer el bien es la ley de la conciencia buena. Aceptar un resultado no tan bueno es propio de un hombre sabio. Descubrir que, detrás de todo, había un Dios misterioso y bueno que movía los hilos de la historia es propio del hombre santo, del cristiano auténtico. Ese que puedo ser si decido, libremente, decir que sí a la voz de Cristo que me habla en el Evangelio, que me pide confiar en el Padre. Un Padre que cuida hoy de cada uno de los pájaros del cielo, que me mira y me ama con su Corazón Bueno, en medio de las mil aventuras de la vida.

## ! Cada día su afán

### TERESA Y LA FAMILIA

P. José-Román  
Flecha Andrés



**T**eresa era hija de don Alonso Sánchez de Cepeda, ya viudo, y de doña Beatriz de Ahumada, su segunda esposa. Aparentemente, Teresa era un eslabón más en la cadena de la vida. A lo largo de veinte años se iría llenando de niños el caserón de Ávila.

Esta mirada a la familia de Teresa nos lleva a subrayar que los dos componentes principales de la comunidad conyugal —el de la vida y el del amor— se enfrentan hoy a dos serios desafíos que afectan a las familias: la escasez de

**¿Cómo puede el Evangelio hoy, iluminar la misión de la familia?**

nacimientos y la sucesión de las uniones conyugales, a causa de las separaciones o los divorcios.

¿Cómo se plantea el primer desafío? Ahora, más que nunca, hay que afirmar que el don de la fecundidad y de la vida merece toda

la estima de las personas y exige una amplia y generosa protección social. En las familias pertenecientes a la llamada cultura occidental, la natalidad ha disminuido, tanto que es evidente el invierno demográfico y el envejecimiento de la sociedad.

Cada familia tiene su propia historia y representa una situación única, no asimilable a un modelo uniforme. Pero el amor conyugal, vivido en esta realidad concreta, interpela a la responsabilidad de los cónyuges y a su capacidad de educar a los hijos en el respeto mutuo y en una sana convivencia.

Evidentemente, la comprensión del matrimonio y de la natalidad ha cambiado mucho con relación a lo que se vivía en el hogar al que llegó Teresa en el año 1515.

## Francisco recibirá al presidente Joe Biden



VISITA. Santa Sede prepara el encuentro.

**REDACCIÓN.** El Papa Francisco recibirá a Joe Biden, días en que el presidente de Estados Unidos esté en Italia para el G20, informó la Iglesia estadounidense.

Así lo confirmó el arzobispo francés Christophe Pierre, de 75 años, nuncio apostólico en el país, a Catholic News Service (CNS), la agencia de la Conferencia de Obispos de EE. UU.

Pierre dijo que cuando se reunió con el pontífice en el Vaticano, el 6 de septiembre, Francisco le pidió que no se retirara. “Me pidió que me quedara, así que me quedo todo el tiempo que quiera. Y estoy feliz de hacerlo”, dijo el prelado.

### Se informó que el encuentro podría darse a finales de octubre en Roma.

Y en el primer lugar de la lista de tareas pendientes del nuncio, está ayudar a la Santa Sede a prepararse para la primera visita presidencial de Joe Biden al Vaticano, cuando el mandatario esté en Roma para una cumbre de los principales países ricos, del 30 al 31 de octubre.

El arzobispo confirmó indirectamente el encuentro de Biden con Jorge Bergoglio.

“Sería una anomalía si no se encontrara con el Papa, mientras está en Roma”, incluso porque Biden es el primer presidente católico de Estados Unidos en 58 años, después de John F. Kennedy.

A pesar de una “situación tensa a causa de la agenda del Partido Demócrata sobre el aborto”, el arzobispo consideró que será un buen encuentro.

Biden nunca ha ocultado su devota fe católica, ni su vínculo y sintonía con el Papa. Descendiente de una familia irlandesa, destacó la influencia jesuita —la orden a la que pertenece el Papa— en su formación espiritual e intelectual.

## Voz del Pastor

# La libertad cristiana, fermento universal de liberación

Papa Francisco

*Queridas hermanas y hermanos:*

**E**n nuestro itinerario de catequesis sobre la Carta a los Gálatas, hemos podido enfocarnos en cuál es para San Pablo el núcleo central de la libertad: el hecho de que, con la muerte y resurrección de Jesucristo, hemos sido liberados de la esclavitud del pecado y de la muerte. En otros términos: somos libres porque hemos sido liberados, liberados por gracia —no por pagar— liberados por el amor, que se convierte en la ley suprema y nueva de la vida cristiana. El amor: nosotros somos libres porque hemos sido liberados gratuitamente. Este es precisamente el punto clave.

Hoy quisiera subrayar cómo esta novedad de vida nos abre a acoger a cada pueblo y cultura y al mismo tiempo abre a cada pueblo y cultura a una libertad más grande. San Pablo, de hecho, dice que para quien se adhiere a Cristo ya no cuenta ser judío o pagano. Cuenta solo «la fe que actúa por la caridad» (Gal 5,6). Creer que hemos sido liberados y creer en Jesucristo que nos ha liberado: esta es la fe activa por la caridad. Los detractores de Pablo —esos fundamentalistas que habían llegado allí— lo atacaban por esta novedad, sosteniendo que él había tomado esta posición por oportunismo pastoral, es decir

para “gustar a todos”, minimizando las exigencias recibidas de su más estricta tradición religiosa. Es el mismo discurso de los fundamentalistas de hoy: la historia se repite siempre. Como se ve, la crítica en relación con toda novedad evangélica no es solo de nuestros días, sino que tiene una larga historia a las espaldas. Aun así, Pablo no permanece en silencio. Responde con parresía —es una palabra griega que indica valentía, fuerza— y dice: «Porque ¿busco yo ahora el favor de los hombres o el de Dios? ¿O es que intento agradar a los hombres? Si todavía tratara de agradar a los hombres, ya no sería siervo de Cristo», (Gal 1,10).

Ya en su primera Carta a los Tesalonicenses se había expresado en términos parecidos, diciendo que en su predicación nunca había usado «palabras aduladoras, ni con pretextos de codicia, [...] ni buscando gloria humana» (1 Ts 2,5-6), que son los caminos del “fingir”; una fe que no es fe, es mundanidad.

El pensamiento de Pablo se muestra una vez más de una profundidad inspirada. Acoger la fe conlleva para él renunciar no al corazón de las culturas y de las tradiciones, sino solo a lo que puede obstaculizar la novedad y la pureza del Evangelio. Porque la libertad obtenida de la muerte y resurrección del Señor no entra en conflicto con las culturas, con las tradiciones que hemos recibido, sino que más bien introduce en ellas una libertad nueva, una novedad liberadora, la del Evangelio. La liberación obtenida con el bautismo, de hecho, nos permite adquirir la plena dignidad de hijos de Dios, de forma que, mientras permanecemos bien arraigados en nuestras raíces culturales, al mismo tiempo nos abrimos al universalismo de la fe que entra en toda cultura, recono-

El Señor nos ha liberado de la esclavitud gratuitamente.

ce las semillas de verdad presentes y las desarrolla llevando a plenitud el bien contenido en ellas. Aceptar que nosotros hemos sido liberados por Cristo —su pasión, su muerte, su resurrección— es aceptar y llevar la plenitud también a

las diferentes tradiciones de cada pueblo. La verdadera plenitud.

En la llamada a la libertad descubrimos el verdadero sentido de la inculturación del Evangelio. ¿Cuál es este verdadero sentido? Ser capaces de anunciar la Buena Noticia de Cristo Salvador respetando lo que de bueno y verdadero existe en las culturas. ¡No es algo fácil! Son muchas las tentaciones de querer imponer el propio

modelo de vida como si fuera el más evolucionado y el más atractivo. ¡Cuántos errores se han realizado en la historia de la evangelización queriendo imponer un solo modelo cultural! ¡La uniformidad como regla de vida no es cristiana!

¡La unidad sí, la uniformidad no! A veces, no se ha renunciado ni siquiera a la violencia para que prevalezca el propio punto de vista.

Pensemos en las guerras. De esta manera, se ha privado a la Iglesia de la riqueza de muchas expresiones locales que llevan consigo la tradición cultural de enteras poblaciones. ¡Pero

esto es exactamente lo contrario de la libertad cristiana! Por ejemplo, me viene a la mente cuando se ha afirmado la forma de hacer apostolado en China con padre Ricci o en India con padre De Nobili. ... [Algunos decían]: “¡Y no, eso no es cristiano!”. Sí, es cristiano, está en la cultura del pueblo.

En resumen, la visión de la libertad propia de Pablo está completamente iluminada y fecundada por el misterio de Cristo, que en su encarnación —recuerda el Concilio Vaticano II— se ha unido, en cierto modo, con todo hombre (cfr. Const. past. *Gaudium et spes*, 22). Y esto quiere decir que no hay uniformidad, sin embargo, hay variedad, pero variedad unida. De aquí deriva el deber de respetar la proveniencia cultural de cada persona, incluyéndola en un espacio de libertad que no sea restringido por alguna imposición dada por una sola cultura predominante. Este es el sentido de llamarnos católicos, de hablar de Iglesia católica: no es una denominación sociológica para distinguirnos de otros cristianos. Católico es un adjetivo que significa universal: la catolicidad, la universalidad. Iglesia universal, es decir, católica, quiere decir que la Iglesia tiene en sí, en su naturaleza misma, la apertura a todos los pueblos y las culturas de todo tiempo, porque Cristo ha nacido, muerto y resucitado por todos.

Si pretendiéramos hablar de la fe, como se hacía en los siglos pasados, correríamos el riesgo de no ser comprendidos por las nuevas generaciones.



• **CELEBRACIÓN.** ASISTIERON A LA MISA TELEVISADA EN LA PARROQUIA DE SANTA ANA.

# Celebración dando gracias a Dios por poder servir al que sufre

SERVIDORES DE LA POLICLÍNICA PRESIDENTE REMÓN ENMARCARON LAS ACTIVIDADES DE ANIVERSARIO EN LA REALIZACIÓN DE EUCARISTÍAS, DONDE SE RESALTÓ LA IMPORTANCIA DE SERVIR A DIOS, MIRÁNDOLO EN EL ROSTRO DEL PACIENTE.

DIAMAR DÍAZ NIETO  
redaccion@panoramacatolico.com

El año 2020 figuraba para ser un año especial, para quienes laboran en la Policlínica Presidente Remón (PPR).

El sitio donde se erigió el edificio que alberga la instalación, el 12 de octubre de 1955, formaba parte de la arquitectura de la arteria comercial más importante del país, la avenida central, cuyas bulliciosas calles, conservaban todavía la alegría, de otros años todavía más lejanos, cuando era conocido este sector y calles aldeanas como el arrabal santanero, del cual nacieron grandes paladines de la política criolla.

**En 1955, la bendición de la Policlínica fue realizada por monseñor Francisco Beckman.**

Ese 12 de octubre llenó de regocijo a la población porque esta unidad ejecutora, se convirtió en la primera policlínica del territorio nacional, cuyo modelo de servicio fue admirado en toda la región centroamericana, al punto que fue llamada: la altiva guardiana de la salud.

Por todas estas razones, las “bodas de platino” de la unidad se preveían hacerse con bombos

en el 2020; no obstante, un acontecimiento, todo lo cambió, una pandemia asoló al mundo, y se llevó a muchos rostros conocidos, por lo que, en recuerdo de todas esas almas, las menciones fueron prudentes y se enfocaron, en anuncios sencillos, sobre esta conmemoración.

Pasado un año, para celebrar los 66 años, el enfoque fue diferente, y las acciones se circunscribieron a dar reconocimiento y gracias al Padre, a través de Eucaristías, una de ellas transmitidas por cadena nacional de televisión y otra, en las instalaciones de este edificio.

El 10 de octubre, desde las 6:30 a.m. comenzó a llegar a la parroquia de Santa Ana, una comisión voluntaria de servidores públicos que incluyó a personal de salud y del área administrativa.

La mención dentro de esta misa televisada, era para todos los servidores públicos, un feliz acontecimiento en el que podían manifestar su fe.

Quizás uno de los hechos que más llamó la atención, es el importante número de laicos comprometidos que hay en la Policlínica Presidente Remón. La primera lectura fue leída por el director médico de la instalación de salud, el Dr. Jorge Ramón Valdés, quien es actualmente aspirante al diaconado.

Vestida de blanco y con su cofia, Miss Emilia Fuentes, entonó el salmo, cuya una de las estrofas decía: “Que tus siervos vean tu



**ACTO.** Monseñor José Domingo Ulloa Mendieta les regaló una imagen de Santa María La Antigua, patrona de Panamá.



**ENTREGA.** La enfermera Emilia Fuentes cantó el salmo.



**DIRECTOR.** El doctor Jorge Ramón Valdés, leyó la primera lectura.

## Detalles

La Policlínica Presidente Remón atiende a una población estimada de 110 mil personas que viven en los sectores de Santa Ana, San Felipe, El Chorrillo, Ancón y Curundú.

La imagen de San Martín de Porres reposa desde hace varias décadas en el entrepiso de la instalación, los empleados unieron fuerzas para enviarla a restaurar.

Para los trabajadores de la PPR, esta imagen tiene un significado especial, porque San Martín es patrono de los trabajadores de aseo y mantenimiento y farmacéuticos.



**INSTALACIÓN.** También se celebró una Eucaristía.



**FE.** Un momento muy especial, fue la hora de recibir el cuerpo de Cristo.

acción, y sus hijos tu gloria. Baje a nosotros la bondad del Señor y haga prósperas las obras de nuestras manos”.

Monseñor José Domingo Ulloa, al momento de la Homilía, indicó algunos aspectos por lo que, desde siempre, los colaboradores de la también llamada policlínica de Calle 17, han elevado sus rostros al cielo para dar gracias a Dios.

El prelado rememoró, que, en la inauguración en 1955, quien bendijo la instalación, fue monseñor Francisco Beckman.

A su vez resaltó el apoyo que

brinda la PPR, al dar asistencia en salud a los pacientes de los hogares regentados por la iglesia católica San Pedro Nolasco y Luz y Vida, por medio del Sistema de Atención Domiciliaria Integral (SADI.)

Otro aspecto que elogió fue el espíritu de voluntariado de sus funcionarios, que los llevó a restaurar con sus propios fondos, la imagen de San Martín de Porres que se encuentra en el área de entrepiso.

La subdirectora de la policlínica, la Dra. Ceyla De Gracia, llevó

durante el ofertorio, la especie del vino que se ofreció a modo de sacrificio en la Eucaristía.

Al finalizar la celebración, que se efectuó en la histórica parroquia de Santa Ana, monseñor Ulloa obsequió una imagen de Santa María La Antigua, para que esta sea colocada en un sitio especial dentro de la PPR.

La policlínica donó dos canastas con comida, como apoyo a la parroquia de Santa Ana, que ofrece alimentos a la población vulnerable que vive en el corregimiento del mismo nombre.



**DEVOCIÓN.** La imagen de San Martín es cuidada con mucho esmero por el personal.



**FUNCIONARIOS.** Contentos en la Misa.

## 📖 Fiesta con Jesús en la policlínica de Calle 17

El día de la conmemoración por aniversario, la celebración no se hizo esperar, todos querían contemplar la imagen de la Santa María La Antigua, y hasta daban recomendaciones del sitio donde iba a reposar de ahora en adelante.

Por ser un acontecimiento especial, en el que estuvo presente autoridades de la Caja de Seguro Social, entre ellos: el director general de la CSS, Enrique Lau Cortés; Alex González, director ejecutivo nacional de los

Servicios y Prestaciones de Salud y Gustavo Santamaría, director nacional de los Servicios de Salud.

Por ser la patrona de los panameños, el recibimiento se quiso hacer de modo folclórico y los asistentes a la misa, lo hicieron vistiéndose con accents inspirados en los atuendos de diversas regiones de nuestro país.

El padre Severo Samaniego, párroco de Santa Ana, ofició la Misa, en la cual se le prestó total atención en las palabras del presbítero, sobre la im-

portancia de servir a Dios, mirándolo en el rostro del paciente.

Al finalizar el acto se le rindió especial homenaje al personal médico que dio su grano de arena adicional, durante esta pandemia, a través del equipo de respuesta rápida, en el que se realizaron hisopados casa por casa a pacientes que resultaron positivos, además de darles seguimiento.

Con estas visitas, además, se buscó observar día tras día al paciente, su evolución, para demostrarles que, en

este proceso, no estaban solos y de esta manera, calmar la ansiedad, ante la incertidumbre de como evolucionaría la enfermedad.

También se le hizo un reconocimiento al empleado del mes, por la realización con excelencia de su trabajo y al equipo que conforma al personal de enfermería, quienes viajaron largas distancias, para aplicar la vacuna contra la COVID-19, en los diversos corregimientos que componen el área de responsabilidad de la Policlínica.

- **ACTITUD.** SERVIR A LOS DEMÁS ES EL NÚCLEO DE LA MISIÓN Y EL IDEAL DE NUESTRA VOCACIÓN.

# La grandeza del servicio

A LA LUZ DEL EVANGELIO, LA GRANDEZA DEL HOMBRE NO CONSISTE EN LA CAPACIDAD DE DOMINIO SOBRE LOS DEMÁS, SINO EN LA DISPONIBILIDAD PARA PRESTARLES UN SERVICIO.

P. JOSÉ-ROMÁN FLECHA ANDRÉS  
redaccion@panoramacatolico.com

“El Señor quiso tritarlo con el sufrimiento”. Así comienza la primera lectura que se proclama en la misa de este domingo. Es un texto poético, tomado de uno de los cantos del Siervo de Dios, que se lee durante la Semana Santa (Is 53,10).

El profeta elegido por Dios ha de anunciar la salvación a sus gentes. Pero no solo eso, sino que ha de rescatar a su pueblo de la tiranía de la maldad, cargando personalmente con el peso y la ignominia del mal.

Hoy muchos aspiran  
y prefieren sentarse  
en los puestos  
privilegiados.



Nosotros nos identificamos con el pueblo de Dios al orar con el salmo responsorial: “Que tu misericordia, Señor, venga sobre nosotros, como lo esperamos de ti”, (Sal 32).

Pero hay algo que nos distingue del pueblo de la primera alianza. Nuestra confianza se apoya en Jesucristo. Creemos que él se compadece de nosotros, porque “ha sido probado en todo, como nosotros, menos en el pecado”, (Heb 4,14-16).

## Poder y prestigio

En el capítulo 10, del evangelio de Marcos, se presentan las apetencias humanas al placer, al tener y al poder. Pues bien, este domingo oímos que Santiago y Juan, hijos de Zebedeo, se acercan a Jesús y le

manifiestan sus deseos: “Maestro, queremos que hagas lo que te vamos a pedir”, (Mt 10,35-45).

En los dos domingos anteriores hemos recordado la pregunta por el matrimonio y el divorcio y la retirada del hombre que no aceptó entregar sus bienes a los pobres y seguir a Jesús. Hoy vemos a dos discípulos que pretenden alcanzar un puesto de poder y de prestigio. Aspiran a sentarse en los puestos privilegiados para compartir la gloria de Jesús.

En realidad, estos discípulos no han llegado a comprender la lección fundamental de su Maestro, que está dispuesto a aceptar el cáliz de la amargura.

Pero la pretensión de los hijos de Zebedeo no deja indiferentes a los demás apóstoles. De hecho, suscita en ellos una

reacción de indignación y de rechazo. Tal vez, también, ellos aspiraban a ocupar esos asientos.

## Un sacrificio diario

Como en otras ocasiones, a continuación, el evangelio pone en boca de Jesús una enseñanza importante. Según él, es necesario descubrir el sentido que la grandeza humana ha de tener en la nueva comunidad.

- “El que quiera ser grande entre vosotros que sea vuestro servidor”. A la luz del Evangelio, la grandeza del hombre no consiste en la capacidad de dominio sobre los demás, sino en la disponibilidad para prestarles un servicio.

- “El que quiera ser primero, sea esclavo de todos”. El mundo ha admitido du-

rante siglos la esclavitud y ha tratado de defenderla con razones. Según el Evangelio, quienes se prestan a servir amorosamente a los demás han alcanzado el primer puesto.

- “El Hijo del hombre no ha venido para que le sirvan, sino para servir y dar su vida en rescate por todos”. Servir a los demás supone un sacrificio diario. El Evangelio sugiere ese estilo de vida no para anular la libertad de la persona, sino para ayudarla a seguir al Maestro.

- Señor Jesús, sabemos que tú has venido a servir y entregar la vida por nosotros. Esa actitud es el núcleo de tu misión y el ideal de nuestra propia vocación. Enséñanos tú, que la verdadera libertad del ser humano consiste precisamente en esa aparente esclavitud. Amén.

# La catequesis, encuentro vivo con Cristo

EN EL CENTRO DE LA CATEQUESIS ENCONTRAMOS UNA PERSONA, LA DE JESÚS DE NAZARET. EN REALIDAD, LA TAREA FUNDAMENTAL DE LA CATEQUESIS ES MOSTRAR A CRISTO: TODO LO DEMÁS EN REFERENCIA A ÉL.

COMISIÓN ARQUIDIOCESANA DE CATEQUESIS  
redaccion@panoramacatolico.com

Lo que, en definitiva, busca la catequesis y toda acción evangelizadora es propiciar el seguimiento y la comunión con Jesucristo. Él es en efecto el acontecimiento último hacia el que converge toda la historia salvífica.

El mensaje catequético ayuda al cristiano a situarse en la historia, al mostrar cómo Cristo es el sentido último de esta historia, desde y hacia quien confluye la evolución y el cosmos entero.

La vida nueva de Jesucristo toca al ser humano entero y desarrolla en plenitud la existencia humana.

El objetivo de la catequesis es favorecer el encuentro con Cristo vivo y la comunión con su misterio; este es el corazón de la fe. Esta perspectiva cristológica incide directamente en la identidad catequista y en su preparación. La unidad y la armonía del catequista se deben leer desde esta perspectiva cristocéntrica.

La gran novedad que la iglesia anuncia al mundo es que Jesucristo, El Hijo de Dios hecho hombre, la palabra, la vida vino al mundo a hacernos “partícipes de la naturaleza divina”. A participarnos de su propia vida, de la vida en abundancia.

El anuncio del Kerygma invita a tomar



TESTIMONIO. El encuentro con Cristo debe renovarse constantemente.

## Luces Kerygma

El Kerygma no solo es una etapa, sino el hilo conductor de un proceso que culmina en la madurez del discípulo de Jesucristo. Sin el Kerygma, los demás aspectos de este pro-

ceso están condenados a la esterilidad, sin razones verdaderamente convertidos al Señor. Solo desde el Kerygma se da la posibilidad de una iniciación cristiana verdadera.

ciencia de ese amor vivificador de Dios que nos ofrece en Cristo muerto y resucitado. Esto es lo primero que necesitamos anunciar.

El encuentro con Jesucristo debe reno-

varse constantemente por el testimonio personal, anuncio del Kerygma y la acción misionera de la comunidad. El encuentro con Jesucristo está signado por la lectura asidua y la escucha atenta de su palabra.

## Catecismo de la Iglesia Católica

### Resumen

**620** Nuestra salvación procede de la iniciativa del amor de Dios hacia nosotros porque “Él nos amó y nos envió a su Hijo como propiciación por nuestros pecados” (1 Jn 4, 10). “En Cristo estaba Dios reconciliando al mundo consigo” (2 Co 5, 19).

**621** Jesús se ofreció libremente por nuestra

salvación. Este don lo significa y lo realiza por anticipado durante la última cena: “Este es mi cuerpo que va a ser entregado por vosotros” (Lc 22, 19).

**622** La redención de Cristo consiste en que Él “ha venido a dar su vida como rescate por muchos” (Mt 20, 28), es decir “a amar a los suyos [...] hasta el extremo” (Jn 13, 1) para

que ellos fuesen “rescatados de la conducta necia heredada de sus padres” (1 P 1, 18).

**623** Por su obediencia amorosa a su Padre, “hasta la muerte [...] de cruz” (Flp 2, 8), Jesús cumplió la misión expiatoria (cf. Is 53, 10) del Siervo doliente que “justifica a muchos cargando con las culpas de ellos” (Is 53, 11; cf. Rm 5, 19).

## Cápsulas

### Consejos para vencer miedos

**REDACCIÓN.** La mejor manera de superar algo es enfrentarse a ello. Siete consejos para vencer tus miedos:

**Admítelo.** Debes reconocer tus miedos. Sabes que existen, así que acepta que los padeces. La clave es actuar para comenzar a construir tu confianza.

**Apúntalos.** Al escribir todos tus miedos los haces más reales, por lo que puedes controlarlos mejor.

**Investiga el origen.** Es muy probable que sientas vergüenza por tus miedos, que te sientas culpable o trates de castigarte por ser tu propio saboteador. No te preocupes, lo importante es identificar su raíz y estar determinados a luchar contra ellos, con paciencia y con ayuda, de ser necesario.

**Evita avergonzarte.** No hay nada malo en tener miedo; no es para tanto. Este sentimiento forma parte de ti, pero no debes permitir que te controle.

Cuestionate. Lo mejor que te puedes preguntar es: ¿Qué es lo peor que puede pasar? ¿Tienes miedo de probar una nueva carrera? ¿Que pasaría si cambias de trabajo? Piensa que no pasa nada, ni el mundo se acaba, por tratar de probar algo distinto.

**Atrévete.** El truco para combatir tus miedos es sencillamente lanzarte a hacer las cosas. La cantidad de oportunidades que pierdes por sucumbir a ellos son muchas. Para afrontarlos hay que practicar, es decir, intentar hasta que funcione, si quieres cambiar de carrera investiga que habilidades y hábitos vitales que sean necesarios, haz un plan e impleméntalo.

**Vive el momento.** Casi todos los miedos están proyectados hacia el futuro. Nos preocupan las cosas que pueden pasar. Mejor decidir no pensar en el futuro o en el pasado, porque solamente existe el ahora.

**Intenta hacer algo.** Para conseguir tu vida de sueño; no pienses en posibles escenarios de fracaso. Mantén una actitud y pensamientos positivos, así tendrás una mejor calidad de vida y gozarás tus éxitos.

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

# Datos personales de Jesús (II)

**NO ESTUDIÓ EN JERUSALÉN NI CON GAMALIEL, NO FUE RABINO NI INTELLECTUAL Y NO DEJÓ NADA ESCRITO.**

**ESCUELA DE PASTORAL BÍBLICA**  
redaccion@panoramacatolico.com

Jesús hablaba en un dialecto galileo: el arameo, parecido al hebreo. Seguramente también sabía algo de hebreo, pues era el idioma oficial en que se hacían las oraciones y las lecturas en la sinagoga.

Antes de comenzar su ministerio vivía en Nazaret. Luego, andaba de un lugar para otro sin tener donde reclinar su cabeza. Cuando subía a Jerusalén, se quedaba en casa de Marta y María. Su centro de actividades en la región de Galilea fue Cafarnaúm.

**Hizo una opción radical por los pobres, los enfermos, los marginados, los pecadores y los excluidos de la sociedad.**

Su nacimiento se dio en extrema pobreza, al interior de un corral ajeno. En la presentación en el Templo, sus padres hicieron la ofrenda de los pobres. Por el oficio de José y luego de Jesús, podemos deducir que era una familia sencilla y pobre. No estudió en Jerusalén, ni hizo cursos con Gamaliel. No obtuvo ningún título, no fue ni un rabino ni un intelectual. No dejó nada escrito, aunque sabía escribir y leía en hebreo.

Jesús fue carpintero o artesano, que en aquel tiempo significaba hacer de todo



VIDA. Jesús fue carpintero.

un poco: levantar una pared, elaborar unos muebles o incluso hundir el arado en la tierra. Es decir, tendría todas las habilidades para construir una casa completa y saberla conservar. Era un oficio manual humilde, pero muy apreciado. Los últimos años de su vida, Jesús abandonó su oficio para convertirse en un predicador ambulante, con sus discípulos y discípulas.

Fue judío hasta el fin de su vida, participó de las fiestas como la Pascua y de las asambleas semanales en la sinagoga. Pero fue crítico frente a la ley, al Templo, a la teología, a tal punto que sus seguidores después de la muerte de su maestro se separaron de la religión oficial, o mejor, fueron expulsados.

## Ubicación religiosa

Jesús fue laico, un seglar dentro de la sociedad judía. No se identificó con ningún estilo religioso de aquella época: no fue un sacerdote judío, sin embargo, criticó sus liturgias que eran un medio de explotación a los peregrinos.

No fue un saduceo, ya que éste era un

grupo solo de la aristocracia y muy rico. No fue fariseo, pues rechazaba a los legalistas.

Tampoco se identificó con los zelotes, aunque entre los doce, más de uno era simpatizante de

aquel grupo. No fue un monje esenio, su estilo de vida era otro.

**Jesús no se identificó con ningún estilo religioso de aquella época.**

## Carta Encíclica "Fratelli Tutti": Local y universal (142-145)

Cabe recordar que "entre la globalización y la localización se produce una tensión". Hace falta prestar atención a lo global para no caer en una mezquindad cotidiana. Al mismo tiempo, no conviene perder de vista lo local, que nos hace caminar con los pies sobre la tierra.

Lo universal no debe ser el imperio homogéneo, uniforme y estandarizado de una única forma cultural dominante, es la tentación que se expresa en el antiguo relato de la torre de Babel: tentativa engañosa, que surgía del orgullo y de la

ambición humana, de crear una unidad diferente de aquella deseada por Dios en su plan providencial para las naciones, (cf. Gn 11,1-9).

La solución no es una apertura que renuncia al propio tesoro. Así como no hay diálogo con el otro sin identidad personal, del mismo modo no hay apertura entre pueblos sino desde el amor a la tierra, al pueblo, a los propios rasgos culturales. También el bien del universo requiere que cada uno proteja y ame su propia tierra.



## Piedad Lectio Divina

**Mc 10,35-45**

**I. LEER**

**Santiago y Juan se colocan a sí mismos para ser figuras influyentes con Jesús.** Las ambiciones de los dos dejan a Jesús descorazonado. Sin embargo, él les enseña el mensaje: sobre cómo manejan los tiranos las ambiciones y cómo deben resistir los discípulos y seguidores de Jesús.

**II. Meditar**

**El pedido de los apóstoles** revela nuestros deseos de ser aprobados y premiados en términos mundanos. El liderazgo cristiano no es como la autoridad humana ni está basado en el poder y el mando sobre otros. Muy por el contrario, es genuino cuando se expresa en el servicio. Jesús no viene a ser servido, sino a servir. ¿Qué sucede conmigo? ¿Cómo sirvo a los otros?

**III. Orar**

**Señor Jesús,** para poder servirte mejor, dame un corazón noble. Un corazón generoso en el trabajo, viendo en él una misión que me confías.

**IV. Contemplar**

**Analizar mis actitudes de servicio** en la vida cotidiana, como la amabilidad, la disponibilidad, el diálogo, la corrección fraterna, ceder gustos e ideas para atender a los demás.

## Para reflexionar

**Reflexiona en los siguientes temas:**

- ¿Qué falta en las decisiones que toman las grandes potencias del mundo, que afectan a la humanidad entera?
- ¿Cuál es el mayor desafío que tiene mi camino como discípulo del Señor?
- ¿En qué se parece la actitud de Santiago y Juan comparada con nuestra sociedad?

**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: epabipity@arquidiocesisdepanama.org**

# Panorama Católico

www.panoramacatolico.com

21 DE OCTUBRE

## SOLEMNIDAD DE JESÚS NAZARENO DE PORTOBELO

*Señor, Dios nuestro,  
que has querido realizar la  
salvación de todos los hombres  
por medio de tu Hijo,  
Jesús Nazareno:  
Concédenos, te rogamos,  
a quienes hemos conocido en  
la tierra este misterio,  
alcanzar en el cielo los premios  
de la redención.*

*Por Jesucristo, nuestro Señor.*

*Amén.*



• **DIRECCIÓN.** EL PAPA FRANCISCO PROPONE UNA ALIANZA EDUCATIVA.

# Herramientas para afianzar el ‘Pacto Educativo Global’

LAS 38 INSTITUCIONES EDUCATIVAS ASOCIADAS A LA FEDERACIÓN CATÓLICA DE PANAMÁ (FECAP), ATIENDEN A MÁS DE 25 MIL ESTUDIANTES, CON EL COMPROMISO DE FORMAR BUENOS CRISTIANOS Y HONRADOS CIUDADANOS.

REDACCIÓN  
redaccion@panoramacatolico.com

Pese a las dificultades motivadas por la pandemia, el Pacto Educativo Global auspiciado por el Papa Francisco y anunciado el 12 de septiembre de 2019 sigue adelante.

Aunque no pudo lanzarse, como es-

Roma sigue adelante con el objetivo de educar a los jóvenes en la fraternidad, la justicia y la paz.

ta planteado, el 14 de mayo de 2020, Roma sigue adelante con el objetivo de educar a los jóvenes en la fraternidad, para aprender a superar divisiones y conflictos, promover la aceptación, la justicia y la paz. Desde el inicio de la pandemia se han puesto en marcha diversas iniciativas para abordarlo desde diferentes puntos de vista, y para trazar diferentes caminos formativos específicos.

La Congregación para la Educación Católica ha lanzado una serie de herramientas para “dar pautas más precisas y ayudas concretas”. ¿Cuáles son dichas herramientas? Tres: “el Vademécum como guía para la implementación del Pacto Educativo, destinado a los educadores que tienen la tarea de acompañar a los niños y jóvenes en los distintos caminos de formación formal e informal.

Ha sido concebido como líneas-guías, en las cuales se presentan cinco temas centrales del Pacto Educativo en sus diversas articulaciones, los cuales pueden convertirse en áreas a profundizar: el diálogo interreligioso e intercultural, la dignidad y los derechos humanos, la cultura de la paz y la ciudadanía, la fraternidad y la cooperación, las tecnologías y la ecología integral; y finalmente un



**INVOLUCRADOS.** Muchas escuelas, universidades católicas y no católicas.

facsímil de un convenio que se puede utilizar a nivel local para construir una alianza operativa, orientada a concretar el Pacto Educativo”, constata el dicasterio.

Se propone “reavivar el com-

promiso por y con las nuevas generaciones, renovando la pasión por una educación más abierta e inclusiva, capaz de escucha paciente, diálogo constructivo y mutua comprensión”.

El viaje ha comenzado. Muchas

escuelas, universidades católicas y no católicas, ya están profundizando en la dimensión antropológica, comunicativa, cultural, económica, generacional, interreligiosa, pedagógica y social de este Pacto Global.

## Reto y oportunidades

### I. PACTO GLOBAL

Es una llamada clara y convoca no sólo a renovar nuestro compromiso por la educación, sino por una dinámica compartida de trabajo por la educación.

### II. CONVOCADOS

No concierne realmente sólo a los cristianos, sino a todos los hombres y mujeres de la tierra - la educación y la formación se convierten en prioridades.

### III. EDUCANDOS

Los jóvenes ante todo, ellos son quienes nos interpelan sobre la urgencia de esa solidaridad intergeneracional, que desgraciadamente ha desaparecido en los últimos años.

## ¿De qué se trata?

El Papa no propone una acción educativa, tampoco invita a desarrollar un programa, sino que se concentra en un pacto o, como él precisa - en una alianza educativa. La elección de las palabras revela mucho el estilo con el cual el Papa nos invita a afrontar esta tarea: para hacer un pacto, de hecho, se necesitan dos o más personas diferentes que decidan comprometerse en una causa común. Existe un pacto cuando, manteniendo

las diferencias recíprocas, se decide utilizar las propias fuerzas al servicio del mismo proyecto. Existe un pacto cuando reconocemos al otro, diferente de nosotros, no como una amenaza a nuestra identidad, sino como un compañero de viaje, para descubrir en él, el esplendor de la imagen de Dios.

El COVID-19 ha hecho posible reconocer de forma global que lo que está en crisis es nuestro modo de

entender la realidad y de relacionarnos. También somos conscientes de que un camino de vida necesita una esperanza basada en la solidaridad, y que cualquier cambio requiere un itinerario educativo, para construir nuevos paradigmas capaces de responder a los desafíos y emergencias del mundo contemporáneo, para comprender y encontrar soluciones a las exigencias de cada generación y hacer florecer la humanidad de hoy y de mañana.

**MISIÓN** EN FAMILIA SE COMPARTE Y APRENDEN LOS VALORES DE LA PARTICIPACIÓN.

# La confianza en el matrimonio es necesaria y muy saludable

UNA BUENA ARMA EDUCATIVA, PARA ENSEÑAR A LOS HIJOS E HIJAS A COOPERAR, ES LA PARTICIPACIÓN EN LAS LABORES QUE COMPORTA LA VIDA ORDINARIA DE CADA FAMILIA, A TRAVÉS DE SUMIR ENCARGOS.

JOSÉ MARÍA CONTRERAS  
redaccion@panoramacatolico.com

Cuando todos los miembros de la familia comparten y colaboran en las tareas del hogar, se asimila el concepto de cooperación. Esta capacidad participativa, que vamos infundiendo al niño y al joven, lo motiva a tener siempre una buena disposición para saber qué falta en el hogar. También ayuda a pensar en los demás para darles ayuda o pedirlo ellos mismos cuando lo necesiten. Todos necesitamos de la cooperación.

**Tener la responsabilidad del encargo ayuda a nivel personal al crecimiento personal.**

Una buena arma educativa para enseñar a los hijos e hijas a cooperar es la participación en las labores que comporta la vida ordinaria de cada familia a través de asumir encargos, de los que hablaremos seguidamente, destacando el beneficio del desarrollo de la personalidad.

Tener la responsabilidad del encargo ayuda a nivel personal al crecimiento de



**FAMILIA.** En casa tenemos muchas ocasiones para colaborar.

los hijos desde diversas vertientes. En casa tenemos muchas ocasiones para hacerlos colaborar, desde cosas materiales para contribuir al buen orden del hogar, como ir de compras, recoger la cocina, repartir la basura y el papel en los contenedores, organizar los armarios, etc., hasta otras que contribuyen más a potenciar su sensibilidad y la bondad, como ocuparse de jugar con el hermano menor, explicarle cuentos, hacer compañía a un abuelo enfermo. Aprendiendo los valores de la participación, el chico y la chica se

preparan al mismo tiempo, para la sociabilidad y el trabajo en equipo.

Un padre, maestro de escuela, me explicó su costumbre de cargar la lavadora al lado de su hijo, quien le ayuda a clasificar la ropa por texturas, colores, medidas e, incluso, por olores. Para la criatura es un juego y mientras realiza esta actividad lúdica está desarrollando muchas capacidades: la capacidad de observación, y por tanto de concentración, además de estimular el tacto, la vista, el olfato y el oído.



**TAREAS.** Demostrar gratitud a los hijos.

## Reparto de tareas

Otra experiencia vivida que da buenos resultados y que es útil para incitar la iniciativa y la ilusión de los hijos, es la de reunirse para hacer el reparto de las tareas, y que quede escrito en un cartel a quien se adjudica cada cosa. Mensualmente se revisa y se hacen los cambios oportunos. Por ejemplo, el encargo de recoger la cocina no es igual que el de tomar nota de quien nos llama por teléfono, o el de ir a comprar o alquilar una película para el domingo no es igual que bajar las basuras

haciendo una recogida selectiva; por tanto, hay que hacer el reparto de manera que todos tengan los mismos turnos y que estos no les resulten pesados.

Algunas sugerencias sobre la participación en el hogar: Dejar que los hijos tengan la posibilidad de escoger el encargo y de hacer un seguimiento posterior. Demostrar gratitud y acostumbrar a los hijos a dar las gracias; pero no se trata de repetirlo como los loros, ellos deben de aprender contagiados por los padres.

## Ollas y Sartenes

### TARTA A LA NARANJA

RACIONES: 4  
TIEMPO: 35 MIN.  
DIFICULTAD: FÁCIL



#### Ingredientes:

- 1 vaso de zumo de naranja
- 1 vaso de agua
- 4 cucharadas de azúcar
- 1 paquete de gelatina naranja
- 1/2 litro de nata
- 1 paquete de sobaos pasiegos
- 2 naranjas
- 200 g de azúcar
- 1 cucharada de agua

#### Preparación

Mezclamos el zumo de naranja con la agua y el azúcar. Llevamos al fuego y removemos hasta que el azúcar se disuelva. Retiramos, añadimos la gelatina y removemos. Echamos en un bol de cristal y enfriamos. Antes de que espese añadimos la nata montada, mezclamos despacio para que no se baje. Preperamos el caramelo con el azúcar y el agua y lo ponemos al fuego sin dejar de remover. Cubrimos con el caramelo el fondo y las paredes de una fuente de cristal y rellenamos con la preparación de naranja. Ponemos encima los sobaos y dejamos que se empapen un poco. Dejamos reposar la tarta en la nevera durante unas horas. Desmoldamos.

Adornamos con rodajas de naranja muy finas.

• **SALUD VISUAL.** HAY COSMÉTICOS QUE RESULTAN AGRESIVOS.

# ¡Cuidado! Hay productos y prácticas que pueden provocarle orzuelos

EL AUMENTO DE BACTERIAS EN EL BORDE, DONDE NACEN LAS PESTAÑAS, PUEDEN OBSTRUIR EL PORO Y HACER QUE NAZCA EN ORZUELO.

**REDACCIÓN**

redaccion@panoramacatolico.com

El orzuelo se debe a una infección bacteriana que aparece en la base de las pestañas o en la parte interna del párpado, similar a un grano, y por sus características deslució la mirada. Es un bulto que causa malestar y en algunos casos dolor.

Aunque hay muchos factores que provocan esta afección, como la presencia del polvo, dentro de la industria de la belleza hay productos y prácticas que también pueden desencadenar su aparición.

El médico oftalmólogo Félix Ruiz, del servicio de Oftalmología del Hospital de Especialidades Pediátrica “Omar Torrijos



**CAUSAS.** Hay productos que sueltan un polvillo que bloquean los poros.

## Diferencias

• **A veces es difícil diferenciar entre un orzuelo y un chalazión.** Este último, generalmente, no es doloroso y se desarrolla más atrás en el párpado que un orzuelo.

• **Nunca lo olvide, no se automedique.** Su oftalmólogo o médico de atención primaria puede recetar un antibiótico, en caso tal de tener un orzuelo infectado.

• **No apriete ni intente reventar un orzuelo,** ya que lo que hará es agravar el problema, debido a que se puede esparcir la infección dentro del párpado.

Herrera” y, a la vez, atiende en el Complejo Hospitalario “Dr. Arnulfo Arias Madrid”, de la Caja de Social, explicó algunas razones por las que salen los orzuelos.

Indicó que detrás de cada pestaña hay pequeños poros que dibujan una línea, conocida como línea gris, ubicada en el párpado superior e inferior. Dichos poros, al momento que

se parpadea, segregan una capa de aceite de la película lagrimal.

Situaciones como el aumento de bacterias, tales como los estafilococos y los estreptococos, en el borde de los párpados, donde nacen las pestañas, pueden obstruir el poro donde se drena ese aceite, provocando que surja el orzuelo, conocido también como blefaritis inflamatoria.

**El delineador no debe colocarse dentro del ojo.**

## Enfoque



### Cosméticos agresivos

Aunque su función es profundizar la mirada, hay cosméticos que resultan agresivos, como algunos modelos de delineadores de ojos, puesto que expelen un polvillo, que al estar en contacto con el sudor bloquean los poros de las glándulas de Meibomio, y se desarrolla esta afección.

Las glándulas de Meibomio son glándulas sebáceas de gran tamaño, situadas en las placas tarsales, que segregan lípidos y proteínas de los bordes superior e inferior del párpado, para proteger la córnea de los factores externos.

Igual situación, sucede con la exposición inadecuada de las pestañas postizas, que se colocan punto por punto, y puede traspasar bacterias, y en consecuencia, generar orzuelos.

El Dr. Ruiz explicó que, en el caso del delineador, no debe colocarse dentro del ojo, en la línea gris, para evitar la obstrucción causante del orzuelo, que produce dolor y malestar debido a la hinchazón, y a la vez, afecta la estética.

Recomendó, en caso de sentir y observar esta protuberancia, colocar compresas de agua tibia y el uso de antibióticos tópicos, prescritos por un oftalmólogo o un médico de atención primaria, quienes les ofrecerán el tratamiento adecuado.

## Novios

### Sean diferentes y oren juntos

Tengan la valentía de ser diferentes y a no dejarse “devorar por la sociedad del consumo y de la apariencia”. “Lo que importa es el amor que los une, fortalecido y santificado por la gracia”.

El matrimonio es “una vocación que los lanza hacia adelante, con la firme y realista decisión de atravesar juntos todas las pruebas y momentos difíciles”. Oren juntos, “el uno por el otro, pidiendo ayuda a Dios para ser fieles y generosos, preguntándole juntos a Dios qué es lo que él espera de ellos, e incluso consagrando su amor ante una imagen de María”.



## Giros

### Jan Heath

A pesar de que fue educada católicamente con las Hermanas de la Misericordia, el compromiso de Jan con la Iglesia pronto se desvaneció debido a sus prioridades como una jovencita de 18 años.

Todo comenzó a cambiar cuando se encontró con un pintor que le pidió la oportunidad de compartir su relación con Dios, lo cual significó el comienzo de su regeneración espiritual.

Este cambio de corazón fue emergiendo durante una cita para tomar un café con un nuevo vecino. Antes de que Jan hubiese tomado asiento, le preguntaron: «¿Te has salvado?»



- **JOVEN.** QUE TUS DECISIONES SEAN POR TI MISMO, Y NO POR INFLUENCIA DE LOS DEMÁS.

# Vivo una presión de grupo

TU FORTALEZA INTERNA Y LA CONFIANZA EN TI MISMO PUEDEN AYUDARTE A ENFRENTAR LA PRESIÓN DE GRUPO. ¡NO ESTÁS SOLO!

REDACCIÓN  
redaccion@panoramacatolico.com

R. La presión de grupo siempre ha existido. Primero de todo ino estás solo! Prepárate pensando detenidamente de cómo debes actuar cuando se te presenten estas situaciones. Es natural que uno quiera congeniar con sus amigos. Al fin de cuentas, a nadie le gusta estar al margen de un grupo distinguiéndose por razones equivocadas.

Aunque no lo parezca, no eres el única persona a quien le preocupa lo que los otros piensan de ella. Pero lo primero que debes hacer es procurar concentrarte en tu propia opinión sobre ti mismo o ti misma, al fin y al cabo, eso es lo único que importa.

Algunas veces, los compañeros influyen de forma negativa. Por ejemplo, algunos pueden tratar de influenciarte para que te unas a ellos y no asistas a clase, tu compañero de fútbol puede tratar de conven-

Es difícil ser el único que rechaza la presión de grupo, pero tú puedes lograrlo.

certe para que seas cruel con otro jugador y nunca le pases el balón o un niño en tu vecindario puede querer que cometas robos en las tiendas con él.

Puede que algunos cedan ante la presión de grupo porque quieren caer bien, ser aceptados o porque se preocupan de que se burlen de ellos si no se unen al grupo. Otros ceden porque tienen curiosidad de probar algo nuevo que estos compañeros ya están haciendo. La noción de que “todo el mundo lo hace” puede influenciar a que jóvenes se olviden de su buen juicio y de su sentido común.

Es difícil ser el único que rechaza la presión de grupo, pero tú puedes lograrlo. Prestando atención a tus creencias y a lo que tu consideras que está bien o mal puede ayudarte a hacer lo correcto. Tu fortaleza interna y la confianza en ti mismo pueden ayudarte a mantenerte firme, rechazar los intentos de otros para convencerte, y resistir a hacer algo que tu consideras incorrecto.



## Pastoral Juvenil - Arquidiócesis de Panamá



### Laicos misioneros

Debemos describir qué significa ser un laico, podemos definirlo como una persona que está comprometida a cumplir cualquier labor dentro y fuera de la Iglesia Católica.

Cada uno de nosotros somos laicos, cada uno de los jóvenes pertenecientes a diferentes pastorales juveniles y, por supuesto, no necesariamente pertenecientes al mismo. Algunos no tendrán el llamado para formar parte del clero, otros seguiremos el caminar como laicos y no está mal ser laico comprometido, es sumamente importante ya que para predicar el evangelio no es necesario ser un experto en teología, solo basta con tener las ganas y sentir que Dios nos llama a compartir el evangelio.

Una vez definido lo que es para nosotros

un laico en la iglesia católica, es importante destacar la función de un laico misionero y es que su misión es algo muy trascendental en el desarrollo de la vida espiritual de los llamados a ser buenos cristianos, ya que cada uno de

**Cada uno de nosotros estamos llamados a misionar, con el objetivo de anunciar el evangelio.**

nosotros estamos llamados a misionar, cada uno de nosotros tiene el objetivo de anunciar el evangelio mediante obras, ya sean espirituales o corporales y, además, mediante la palabra de Dios conseguir despertar en las personas una

llama de esperanza que los motive a creer en el señor Jesucristo.

¿Se que en algún momento nos hemos preguntado cómo sería una buena manera empezar esta misión?

Y la respuesta es sencilla es en nuestro entorno, ya que nadie es profeta en su tierra, por ende, debemos empezar a predicar el evangelio y vivirlo desde nuestro entorno familiar para que a partir de ahí logremos fortaleza espiritual, que repercute en el fortalecimiento de nuestra fe, consiguiendo nuestro objetivo, el cual es ser influencer cristiano por medio de la evangelización, a partir de lo que nosotros mismos como cristianos comprometidos logremos vivir por medio de la misión.

• **DECRETO.** FUE ANUNCIADO POR LA CONGREGACIÓN PARA LAS CAUSAS DE LOS SANTOS.

# «Milagro» por el que Juan Pablo I será beato



PAPA. Albino Luciani.

EN EL DECRETO APROBADO POR EL PAPA FRANCISCO SE INFORMA DEL MILAGRO ATRIBUIDO POR SU INTERCESIÓN, POR EL CUAL PODRÁ SER BEATIFICADO PRÓXIMAMENTE.

REDACCIÓN  
redaccion@panoramacatolico.com

La Santa Sede ha publicado el Decreto aprobado por el Papa de la Congregación para las Causas de los Santos y en el que destaca un nombre, Albino Luciani, más conocido como Juan Pablo I, cuyo pontificado apenas duró 33 días al morir de manera repentina en el Vaticano, el 28 de septiembre de 1978.

En el decreto se informa del milagro atribuido por su intercesión y gracias al cual podrá ser beatificado próximamente. Se trata de la curación milagrosa de una niña de 10 años natural de Buenos Aires (Argentina), el 23 de julio de 2011,

Es la curación inexplicable de una niña que ahora tiene 20 años.

hace ahora una década.

La pequeña padecía “encefalopatía inflamatoria aguda severa, enfermedad epiléptica refractaria maligna, shock séptico” y que en ese momento se encontraba ya al final de su vida. Según informan los medios vaticanos, el cuadro clínico era muy grave y se caracterizaba por numerosas crisis epilépticas diarias y un estado séptico, causado por una bronconeumonía.

De este modo, la iniciativa de invocar al Papa Luciani, la tomó el párroco de la parroquia a la que estaba encomendado el hospital, en el que se encontraba esta pequeña. Este sacerdote era muy devoto de Juan Pablo I.

## Desafíos

### • Milagro reconocido



FE. Oración constante.

Según el postulador de la causa de beatificación de Luciani, el cardenal Stella, prefecto emérito de la Congregación para el Clero, este es “un milagro que se lo debemos a la fe de quienes rezaban junto a la cama de esta niña enferma”, con graves problemas neurológicos, “en condiciones prácticamente desesperadas”.

### • Fecha de beatificación

Desde su muerte, la fama de santidad de Albino Luciani se extendió rápidamente, aunque su causa de beatificación se abrió en 2003. Posteriormente, en el 2017 fue declarado venerable y cuatro años más tarde se ha reconocido el milagro por el que será beato. Ahora sólo falta que el Papa Francisco anuncie la fecha de esta ceremonia.

### • Hijo de obrero socialista



CONSEJO. Estar al lado de los pobres.

Juan Pablo I nació en 1912 y era hijo de un obrero socialista que había trabajado durante mucho tiempo como emigrante en Suiza. En la nota que le escribió su padre, dándole el consentimiento para entrar en el seminario, se lee: “Espero que cuando seas sacerdote, estés del lado de los pobres, porque Cristo estuvo de su lado”. Fue ordenado sacerdote en 1935.

DOMUND  
CUENTA

*lo que has*

VISTO Y

OÍDO

24 de octubre de 2021

COLECTA

*A favor de las Misiones*

DA TU APOORTE  
SOLIDARIO

en las misas de los  
templos de todo el país.





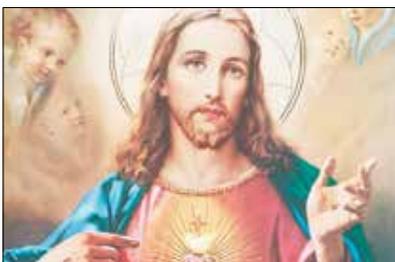
EL CANAL DE LA MISERICORDIA

SANTA MISA

Lunes a Sábado  
6:30 a.m.

## 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

PANAMÁ, DOMINGO 17 DE OCTUBRE DE 2021 • WWW.PANORAMACATOLICO.COM

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

## Espíritu cristiano y espíritu del mundo



**SERVICIO.** Tratan de imponernos la catequesis del triunfador y no del servidor. Hay que luchar contra eso.

**REDACCIÓN**  
redaccion@panoramacatolico.com

Son diametralmente diferentes. Aun cuando muchos quieren asemejarlos a veces, y en ocasiones provocan que se toquen, Cristo dejó muy claro que nunca estarán en la misma página.

Jesús nos dejó muy bien establecido que una cosa es el ambiente de “los jefes de este mundo”, que esclavizan a los suyos y se sirven de ellos, y otro el de los hijos de Dios: “el que quiera ser grande, que sea el servidor de todos”.

Esta semana, pues, el Señor nos invita a abandonar esas prácticas que se parecen más a las del mundo que al pedido de Dios.

Ser servidor del hermano es un rasgo cristiano central, decisivo. Eso nos está pidiendo el Padre para esta semana. Que tengamos la mano, que nos entreguemos sin condiciones y amemos de manera plena.

**Esta debe ser una semana de servicio a los demás, de amor y entrega, lejos del egoísmo que nos vende el mundo de hoy.**

No se trata de creer doctrinas, sino de centrar la propia vida sobre la base del amor-servicio. Eso nos está proponiendo la Palabra. No un amor cualquiera (romántico, sentimental, de bellas palabras...), sino un amor que se expresa en el servicio.

Una manera expresa de ese amor se puede manifestar en el aporte que podamos darles a las misiones. En el mundo católico, en el DoMund se hace colecta general para enviarle a los misioneros que están más allá de las fronteras, exponiendo la vida y llevando el evangelio.

También podemos manifestar ese amor en casa, dándonos a los nuestros

sin rezongar ni poner condiciones, y mucho menos esperando aplausos.

Esta semana debe ser, por ende, la semana del servicio a los demás. No la dejemos pasar sin poner manos a la obra.

¡Ánimo!

## Santos de la Semana

- **18 Oct.** San Lucas, el Evangelista
- **19 Oct.** San Pablo de la Cruz
- **20 Oct.** San Pedro de Alcántara
- **21 Oct.** Santa Laura Montoya
- **22 Oct.** Santa María Salomé
- **23 Oct.** San Juan de Capistrano

### San Hilarión 21 Oct.



Fundador de la vida anacorética en Palestina; nació en Tabita, al sur de Gaza en Palestina [hoy Israel] alrededor del año 291. Murió en la isla de Chipre alrededor del 371. La principal fuente de información sobre la vida de este santo la constituye una biografía escrita por San Jerónimo. De niño, los padres de Hilarión lo enviaron a Alejandría [en Egipto] para educarse en las escuelas de esa ciudad. Aquí se hizo cristiano a la edad de 15 años, y atraído por el renombrado anacoreta San Antonio, Hilarión se retiró al desierto.

### San Juan Pablo II 22 Oct.



Juan Pablo II de nombre secular Karol Józef Wojtyła, fue el papa 264 de la Iglesia católica y soberano de la Ciudad del Vaticano desde el 16 de octubre de 1978 hasta su muerte en 2005.

Se convirtió en el primer papa polaco de la historia, y en el primero no italiano desde 1523. Su pontificado de casi 27 años fue el tercero más largo en la historia de la Iglesia católica, después del de san Pedro (se cree que entre 34 y 37 años, aunque su duración exacta es difícil de determinar) y el de Pío IX (31 años).