

Marcada presencia de los franciscanos



MISIÓN. Desde la época colonial.

REDACCIÓN. La aventura franciscana y su andar llegaron a Panamá en 1514, con el nombramiento de su primer obispo: Fray Juan de Quevedo. Una presencia que se interrumpió, pero ahora cumple 70 años.

12-13

Jóvenes y adultos reafirman su fe



PADRINOS. Acompañan y guían.

REDACCIÓN. Recibir el Sacramento de la Confirmación fue un momento especial para 66 jóvenes y adultos que, tras un proceso formativo virtual, dan un paso importante en la reafirmación de su fe. De estos, 22 recibieron la Primera Comunión.

08

SÍGUENOS EN:



PONTÍFICE. CUMPLE UN VIAJE DE CINCO DÍAS A CHIPRE Y GRECIA, QUE CONCLUYE ESTE LUNES 6 DE DICIEMBRE.

Clamor por los migrantes

EN UNA ORACIÓN ECUMÉNICA, EL PAPA FRANCISCO ESCUCHÓ TESTIMONIOS DE MIGRANTES LLEGADOS A CHIPRE Y DIJO “NO PODEMOS CALLAR” Y CLAMÓ POR “UNA HUMANIDAD SIN MUROS DE SEPARACIÓN”.

04-05



ENCUENTRO. El Papa escuchó testimonios desgarradores de los migrantes.

Adviento

Continuamos preparándonos para celebrar la Navidad, con la reflexión semanal.

18

Donación

En un gesto de solidaridad fieles distribuyeron ropa y alimentos en zona misionera.

06

Confianza

Cada cónyuge debe ocuparse de su matrimonio, teniendo a Dios como centro de sus vidas.

19

Asamblea

Aunque la Asamblea Eclesial concluyó, su proceso todavía no termina.

22

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
Migrantes y refugiados, el alma del Papa en Chile

- GÉNEROS
- DIÓCESIS
- INTERNACIONALES
- OPINIÓN

04

ESPIRITUALIDAD

14 ESPIRITUALIDAD
Colinas y barrancos

- LAICOS
- CATEQUESIS
- LITURGIA
- BIBLIA

14

COMUNIDAD

18 COMUNIDAD
Adviento: caminando juntos

- FAMILIA
- JUVENIL
- VIVIR
- NIÑOS

18

VARIEDAD

22 VARIEDAD
Asamblea Eclesial: proceso que todavía no termina

- ECOLOGÍA
- FE Y CULTURA
- BELLAS ARTES
- ENTRETENIMIENTO

22

Editorial

Tiempo de espera vs. consumismo

Adviento es un tiempo de espera, según nos anuncia y nos enseña la Iglesia, tanto en la liturgia como en la instrucción doctrinal; espera que no debe aparecer como un acto hueco, rutinario, y carente de sentido.

Nuestra esperanza está fundada en la venida definitiva de Jesucristo, y en el paso hacia la Vida Eterna que constituye la promesa del Dios Padre.

Preparar esa espera en Cristo, en este Tiempo de Adviento, implica examinar la conciencia en cuanto a lo que el Señor ha hecho por nosotros, y en cómo hemos vivido el mandamiento de amarlo a Él sobre todas las cosas, y a nuestro prójimo como

a nosotros mismos. Aunque litúrgicamente hacemos memoria de su primera venida, ello no es óbice para quedarnos en la remembranza de un pasado remoto, mitificado por razones comerciales, en unos casos, y por consideraciones meramente mundanas, en otros.

Sucede que con la llegada del mes de diciembre se repite cierto comportamiento que llama la atención, cada año. Es el consumismo que se genera, producto del aumento de circulante provocado por ahorros, y bonificaciones.

Un consumismo que el comercio exagera cada

año, a través de anuncios publicitarios, y se refleja en una pasión por el gasto que lleva a efectuar compras emocionales. Derroche que empaña el hecho histórico más importante que haya ocurrido, el nacimiento de Jesucristo.

Lo importante es saber para qué vino Dios a visitarnos en la persona de Cristo, y la preparación de su camino, para la construcción e instauración del Reino definitivo. Que sea la generosidad y ayuda al más necesitado, no solo de bienes sino también de compañía, lo que nos motive a vivir este tiempo de espera.

Caricatura

Panorama
Católico

Caminando en la Esperanza

Fundado: 24 de febrero de 1985

S.E.R. José Domingo Ulloa M.
PresidenteBetzaída Toulíer 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

Nos decimos cada mañana...
¡SÍ SE PUEDE!

SOMOS
EL BANCO DE TODOS LOS
PANAMENOS



BANCO
NACIONAL
DE PANAMA



• VIAJE. UN CÁLIDO ENCUENTRO CON EL PUEBLO CHIPRIOTA EXPERIMENTÓ EL SANTO PADRE.

Migrantes y refugiados, el alma del Papa en Chipre



ENCUENTRO. Papa Francisco celebró una Misa en el Estadio Neo GPS ante 7,000 chipriotas.

EN SU 35° VIAJE APOSTÓLICO INTERNACIONAL A NICOSIA, ATENAS Y MITILENE-LESBOS, EL PAPA FRANCISCO HA TENIDO UN ITINERARIO MARCADO POR GRANDES TEMAS, EN PARTICULAR LOS DE LA UNIDAD DE LOS CRISTIANOS Y LA ACOGIDA DE LOS MIGRANTES.

REDACCIÓN
karla@panoramacatolico.com

“Un gesto humanitario”. En una especie de continuación del viaje del Papa a Chipre, en las próximas semanas”, una docena de refugiados serán trasladados y acogidos en Italia, informó el director de la Oficina de Prensa del Vaticano, Matteo Bruni, informó en un comunicado.

Es un “signo de la atención del Santo Padre hacia las familias y las personas migrantes”, dijo Bruni, que recuerda que algunos de ellos son migrantes saludados por el Papa al final de la oración ecuménica, que tuvo lugar en la Iglesia de la Santa Cruz de Nicosia.

“Su traslado y acogida - añade el director de la Oficina de Prensa del Vaticano- será posible gracias a un acuerdo entre la Secretaría de Estado, las autoridades italianas y chipriotas”, con la colaboración de la Sección para los Migrantes y Refugiados de la Santa Sede y la Comunidad de Sant’Egidio.

Una primera docena de inmigrantes se beneficiará de esta oportunidad que, en unos meses, será ampliada hasta un total de cincuenta personas en condiciones similares. Así lo explica Giancarlo Penza, responsable de relaciones internacionales y desarrollo de la Comunidad de

Sant’Egidio, en una entrevista de Massimiliano Menichetti, responsable de Radio Vaticana – Vatican News.

Síntesis de la visita del Papa a Chipre

Un cálido primer encuentro con el pueblo chipriota experimentó el Santo Padre al inicio de su 35° Viaje Apostólico. Tras

católica y los llamó a actuar siempre con paciencia y a ser testigos del Evangelio, en un país herido por su historia política reciente.

Posteriormente, Francisco fue recibido por el Presidente Nicos Anastasiades, junto a quien rindió un homenaje al célebre arzobispo ortodoxo Makarios, quien fuera el primer Presidente de la

El Papa exhortó especialmente a preocuparse por la grave situación de migrantes en el mundo.

la acogida en el aeropuerto de Larnaca, el Pontífice viajó hasta Nicosia, la capital.

En la Catedral de Nuestra Señora de las Gracias se reunió con miembros de la comunidad

República de Chipre. Luego, el Papa dirigió un discurso a las autoridades civiles y al cuerpo diplomático, con un firme llamado al diálogo y a la fraternidad en toda Europa.



SALUDO. Joven migrante saluda al Papa tras haber dado su testimonio de vida.

El Papa a autoridades de Chipre

“No serán los muros del miedo ni los vetos dictados por intereses nacionalistas los que contribuirán al progreso, ni tampoco la recuperación económica por sí sola podrá garantizar la seguridad y la estabilidad”. Un subrayado del discurso del Papa Francisco a las autoridades de Chipre, que destacó, previo a estas palabras, la “encrucijada geográfica, histórica, cultural y religiosa”, que constituye el país para poner en marcha, en tiempos que no parecen favorables, una “acción de paz”.

El segundo discurso de su Viaje Apostólico Francisco lo pronunció en el Palacio Presidencial de Chipre, en donde tuvo lugar la ceremonia de bienvenida, con la visita de cortesía al Presidente de la República. A las autoridades, la sociedad civil y el cuerpo diplomático, el Sumo Pontífice manifestó su alegría y gratitud por el recibimiento dado en nombre de toda la población. Francisco, que llega “como peregrino” a un país “pequeño por su geografía, pero grande por su historia”, a una isla que a lo largo de los siglos “no ha aislado a la gente, sino que la ha unido”, y a un lugar que representa “la puerta oriental de Europa y la puerta occidental de Oriente Medio”.

Chipre, perla de gran valor en el mediterráneo

Haciendo presente que en este lugar donde “Europa y Oriente se encuentran”, comenzó la primera gran inculturación del Evangelio en el continente, Francisco manifestó su emoción por recorrer los pasos de los grandes misioneros de los orígenes, en particular de los santos Pablo, Bernabé y Marcos. “Aquello que los primeros cristianos dieron al mundo con la fuerza humilde del Espíritu fue en efecto un inaudito mensaje de belleza”, la “novedad sorprendente de la bienaventuranza al alcance de todos para conquistar los corazones y la libertad de muchos” dijo. Este país – afirmó – tiene una herencia particular en ese sentido, como mensajero de belleza entre los continentes.



NICOSIA. Encuentro del Papa con el clero en la catedral de Nuestra Señora de las Gracias.



BREVEMENTE. Papa se reunió con el Rabino principal de Chipre, Arie Zeev Raskin.

Tutelar y promover la sociedad

Haciendo presente el largo proceso de formación de una perla, indicó que la belleza de esta Chipre deriva así “de las culturas que a lo largo de los siglos se encontraron y mezclaron”. El pontífice piensa en la variedad de su población y también “en la presencia de muchos inmigrantes, que porcentualmente es la más relevante entre los países de la Unión Europea”.

“Salvaguardar la belleza multicolor y poliédrica del conjunto no es fácil. Se necesita tiempo y

paciencia, como para la formación de la perla. Se requiere una mirada amplia que abrace la variedad de las culturas y tienda hacia el futuro con amplitud de miras”. En este sentido es importante “tutelar y promover a cada componente de la sociedad”, y, de modo especial, “a los que estadísticamente son minoritarios”.

La reconciliación llega con el diálogo

Pero la herida que más hace sufrir a esta tierra –para el pontífice – es la provocada por la terrible

laceración que ha padecido en los últimos decenios; a saber, el “sufrimiento interior de cuantos no pueden regresar a sus casas y lugares de culto”.

El Papa ruega por la paz de todos los chipriotas e indica, una vez más, que el camino de la paz “que sana los conflictos” y regenera la “belleza de la fraternidad” está marcado por la palabra “diálogo”.

Francisco, que llama a alimentar la esperanza con el poder de los gestos, en lugar de poner la esperanza en los gestos de po-

der, habla de la importancia de un compromiso por entablar un “debate sincero” “que ponga las exigencias de la población en primer lugar, a una implicación cada vez más activa de la Comunidad internacional, a la salvaguardia del patrimonio religioso y cultural, a la restitución de cuanto en este sentido es más querido por la gente, como los lugares o al menos los objetos sagrados”.

Ante el desánimo, pensar en las generaciones futuras

“Los tiempos que no parecen favorables y en los que el diálogo decae son precisamente aquellos que pueden preparar la paz”, afirma el Papa, que indica la necesidad de “no dejar “prevalecer el odio”, ni renunciar a curar las heridas, ni olvidar los casos de las personas desaparecidas.

La referencia para todo es “el Mediterráneo”, lugar, hoy por hoy “de conflictos y de tragedias humanitarias”:

Sucede que, según el Papa Chipre, “encrucijada geográfica, histórica, cultural y religiosa”, tiene esta posición” para poner en marcha una acción de paz”. Por eso, el auspicio de que “sea una obra abierta en la que se construye la paz en medio del Mediterráneo”.

• EJEMPLO. DOS COMUNIDADES PARROQUIALES SE ORGANIZARON PARA LLEVAR DONACIONES.

Llevan alegría y esperanza a la comunidad Emberá-Wounaan

COMPARTIR CON OTRAS PERSONAS, LOS LLENA A TODOS DE ALEGRÍA POR QUE CAMBIA SU RUTINA Y LES DEJA ESA MUESTRA DE FE DE UN DIOS QUE NO SE OLVIDA DE ELLOS.

PRISCILA NAVARRO / YOEL E. GONZÁLEZ N.
redaccion@panoramacatolico.com

Aproximadamente 50 personas de las parroquias Nuestra Señora del Carmen (Juan Díaz) y Nuestra Señora del Camino (ciudad Radial), acudieron a Pueblo Nuevo, poblado ubicado en la Comarca Emberá-Wounaan, en la zona misionera de Santa Fe, allí entregaron donaciones como ropa, juguetes y alimentos, con el objetivo de compartir y brindar alegría a estas familias que se encuentran en esta región.

Cientos de adultos, niños, jóvenes y adultos mayores fueron atendidos en esta misión que fue coordinada por el padre Domingo Escobar, el padre Eric Fernández, el señor Dimas Peña, Alexis y Noel y voluntarios del Comedor Solidario de la parroquia Santa María del Camino.

Pilar Vergara, una de las participantes de esta misión, explicó que se sintió motivada, feliz, realizada de la alegría de tanto de niños, jó-

venes y adultos que compartieron con ellos durante esta visita.

Testimonios

El señor Dimas Peña explica que durante la pandemia ha sido muy duro todo lo que han vivido en sus familias, pero recibir esta visita y compartir con otras per-

Orar por la misión de todos los sacerdotes en esta diócesis una tarea para toda la feligresía colonense.

sonas, los llena a todos de alegría por que cambia su rutina y les deja esa muestra de fe de un Dios que no se olvida de ellos.

Por su parte, Aristides Cárdenas dijo que la misión ha sido muy buena para todos, es la primera vez que sucede algo así en la comunidad y por ello agradecieron infinitamente a todos por ese de-



ALEGRÍA. Los pequeños disfrutaron el día.

talle de visitarles y compartir.

Para la dirigente comunitaria Yenny Bipuro, fue satisfactorio el compartir, “es un placer que nos hayan traído un ratito de felicidad tanto a los niños, como a los adultos, los juguetes, las piñatas para todos ellos a pesar de la pandemia son detalles que agradecen infinitamente”, dijo.



COMPLICIDAD. Los adultos también participaron.

Bipuro explicó que la situación con la pandemia se agravó para todos, pero unidos en comunidad salen adelante a pesar de las dificultades que a diario deben vivir.

Rosalía Zarco dio gracias a Dios por la visita de los voluntarios de estas dos parroquias y expresó sentirse muy contenta por el hecho de ser parte de esta comunidad que fue tomada en cuenta para este compartir con los niños,

que a pesar de todo a veces no tienen esos momentos de felicidad, “les agradecemos mucho su visita, gracias por los obsequios, por la ayuda que nos dan en este momento de pandemia”.

En muestra de agradecimiento, los integrantes de esta comunidad les obsequiaron pulseras, canastas hechas a mano, aretes y hasta pintaron a quienes deseaban llevarse un recuerdo de esta visita.

Visitas en comunidades de Garachiné

SOR ESPERANZA DÍAZ. Recientemente, el padre Edisson Cossio, encargado de la zona misionera de Garachiné, realizó visitas misioneras en las comunidades de Taimati y Cémaco, a pesar de las dificultades por el mar. La evangelización no se detiene, explica el sacerdote que fue acompañado por autoridades del Senafront y líderes de las comunidades, quienes compartieron el evangelio. En la visita se hizo entrega de regalos por el aniversario 13 de Senafront y con los jóvenes se compartió un partido de fútbol, con equipos de Taimati y Garachiné.



• ACCIÓN. SE RETOMÓ LAS VENTAS DE COMIDAS QUE SON PREPARADAS CON MUCHO AMOR.

Grupos pastorales se reactivan

LA PARROQUIA SAGRADA FAMILIA, EN MARGARITA EN COLÓN, CUENTA CON LA COLABORACIÓN DE TODAS LAS PASTORALES QUE SE REACTIVAN AL SERVICIO SOCIAL PARA LA ATENCIÓN DE LOS MÁS NECESITADOS.

NELLY DE SOSA / YOEL E. GONZÁLEZ N.
redaccion@panoramacatolico.com

Los grupos pastorales, de la parroquia Sagrada Familia en Margarita en Colón, volvieron a reactivarse el domingo 21 de noviembre, tras más de un año de inactividad debido a la pandemia.

Miembros de la pastoral de la salud, comunicación, consejo pastoral, liturgia, misiones, social y música, participaron de una Eucaristía de Acción de Gracias.

Leoni Castillo manifestó que, luego de dos años de estar en pausa por la pandemia, cada una

Pastoral Social está recibiendo donaciones de alimentos y juguetes para distribuir en Navidad.

de las pastorales acordaron reiniciar y que mejor manera que con la Eucaristía, y un compartir con un desayuno, que fueron preparados por los integrantes de estas pastorales. Además, hubo platillos que pusieron a la venta.

Esta actividad fue organizada hace dos semanas, con la búsqueda de donaciones entre los feligreses de la comunidad de Margarita. Por otro lado, Gina Chen del equipo responsable de la preparación de los alimentos, expresó sentirse feliz por retomar las ventas de comidas que son preparadas con mucho amor para todos los visitantes de la parroquia Sagrada Familia.

Chen comentó que desde las 6:00 a.m. inició el proceso de servir para que todos sus platos estuvieran calentitos. El menú ofrecido fue arroz con coco y



VENTAS. Feligreses disfrutaron los platos de comida.



COMPARTIR. Fue un éxito la actividad en la parroquia.

rabito, chuleta y pollo a la barbacoa, plátano en tentación y ensalada de coditos.

El tradicional tamal también estuvo presente, además de los ricos postres. María de Bush, miembro del grupo de preparación del menú, expresó su contentura por la respuesta de la feligresía. “Gracias a Dios recibimos más pedidos y aumentamos 30 platos adicionales”, indicó.

William Pui Navarro, asiduo feligrés de la parroquia, dijo que extrañaba mucho este tipo de actividades. “De ahora en adelante, las cosas irán mejorando poco a poco y confiamos en ello”, enfatizó.

El párroco de la Sagrada Familia, Emmanuel Arcia, considera que esta actividad ha logrado reunir a toda la comunidad parroquial. “Esta actividad ha sido la oportunidad para también resaltar los valores Patrios. Con la oración acompañamos tanto a los ciudadanos como a los gobernantes”, señaló.

Para el sacerdote es positivo seguir realizando estas actividades y adelantó que organizan un adviento solidario, por lo que recolectan alimentos y juguetes para repartir a las personas que más lo necesitan.

“Esta parroquia celebra un triduo a final de año, tres días de oración con motivo de las fiestas patronales, guardando las medidas de bioseguridad”, informó el sacerdote.

Veira de Herrera, de la Pastoral de Salud, está muy feliz y dijo que el Señor le ha dado la oportunidad de nacer en esta tierra istmeña. “Para mí es un privilegio colaborar con su ideal de propagar su mensaje, con el testimonio de vida”, acotó.

• SACRAMENTO. MUCHOS SON LOS TESTIMONIOS DE LOS NUEVOS CRISTIANOS QUE VIVIERON ESTA EXPERIENCIA DE CONFIRMACIÓN.

Sesenta y seis jóvenes y adultos reafirmaron su fe

RECIBEN LOS DONES DEL ESPÍRITU SANTO, CON ELLO EL COMPROMISO DE SEGUIR UNIDOS FORTALECIENDO SU FE PARA PARA SEGUIR TRABAJANDO EN SU IGLESIA Y EN SU CRECIMIENTO ESPIRITUAL.

YOEL E. GONZÁLEZ N. / FOTOS: CELIA DÍAZ
redaccion@panoramacatolico.com

Recibir el Sacramento de la Confirmación fue un momento especial para 66 jóvenes y adultos que, tras un proceso formativo virtual, dan un paso importante en la reafirmación de su fe.

La celebración fue presidida por el padre Domingo Escobar y concelebrada por el padre Luis Ruiz, quien estuvo a cargo de esta catequesis. Aunque fueron 98 los inscritos, solo 66 estuvieron dentro del proceso hasta finalizar. De estos, 22 recibieron la Primera Comunión y 8 fueron bautizados previamente.

Sus historias son signos importantes para crecer en la iglesia y esperan seguir dejando huellas en sus vidas.

El padre Ruiz informó que la catequesis duró 6 meses en dos sesiones, por semana, martes y jueves, y 13 catequistas acompañaron este proceso.

Para la catequista, Mariluz Pinzón uno de los desafíos más grandes de esta preparación fue precisamente la virtualidad en la que se ha desarrollado. “Los participantes se reunían una hora por semana con su formador.

Catequistas y catequizados de las parroquias Nuestra Señora del Carmen, Nuestra Señora de la Candelaria y Santa María del Camino, dieron testimonio de un proceso de formación que los llevó a todos a confirmar su fe.

Y a eso apuntó el padre Luis Ruiz. “Esta es una experiencia importante, tanto para catequistas como catequizados, porque

todos a pesar de sus ocupaciones se mantuvieron firmes”, tras agregar que algunos se casarán en los próximos días.

“Estamos contentos, satisfechos con esta experiencia. El próximo 18 de diciembre tendremos una boda de una de estas parejas que tras la confirmación darán el paso al altar, para dar ese Sí ante Dios”, enfatizó el sacerdote.

El padre Domingo en su intervención le dijo, “esta tarde ustedes reciben uno de los sacramentos de la iniciación cristiana, la Confirmación, lo que evidencia madurez cristiana para todos”.

Dijo que es un avance en su camino de fe. “Este sacramentos son logros importantes en sus vidas y un signo más para crecer en su interior y espiritual, Dios se hace presente en sus vidas”, afirmó.

Testimonios

Roberto Cedeño y Anayansi Tapiero recibieron el sacramento de la confirmación, una pareja de esposos que anhelaban dar este paso. El proceso formativo los reafirmó en su fe. Creen que pueden y tienen las herramientas para seguir adelante.

Para Roberto, la formación recibida ha fortalecido sus vidas en pareja. “Sentimos que Cristo nos ha llamado nuevamente a seguirle, y hemos sentido su presencia”, dijo.

Por su parte, Anayansi comentó que después de casarse con su esposo y recibir el sacramento ha sido algo que no tiene explicación para ella y Roberto, “siento que hemos recibido una gran bendición en la confirmación y con ella alcanzamos la madurez de la que nos hablaba el padre Domingo en la homilía, para seguir nuestro compromiso en esta nuestra iglesia”.



SACRAMENTO. Un grupo de 22 recibió la Primera Comunión.



CONFIRMADOS. Sus historias de fe son el impulso que les fortalece.



ESPERANZA. Sus padrinos oran por ellos y les guiarán.

Semper gaudens



Adviento I

César Cuero
sempergaudens@gmail.com

La Iglesia, celebra la llegada de Jesús con una gran fiesta a la cual llamamos Navidad. Esta fiesta es tan importante para los cristianos que la Iglesia, antes de celebrarla, prepara a sus hijos durante el período conocido como Adviento. Ya desde tiempos remotos la Iglesia acostumbra a tener esta preparación.

Adviento claramente indica el espíritu de vigilia y preparación que los cristianos deben vivir.

La palabra Adviento, proviene del latín "Adventus" que significa la **venida** o **llegada** y claramente indica el espíritu de vigilia y preparación que los cristianos deben vivir. Al igual que se prepara la casa para recibir a un invitado muy especial y celebrar su estancia con nosotros, durante

los cuatro domingos que anteceden a la fiesta de Navidad, los cristianos preparan su alma para recibir a Cristo y celebrar con Él su presencia entre nosotros.

La Iglesia durante este periodo y especialmente los domingos, dedica la liturgia de la misa a la contemplación de la primera "llegada" de Cristo a la tierra, de su próxima "llegada" triunfal y la disposición que debemos tener para recibirlo. El color morado de los ornamentos usados en sus celebraciones nos recuerda la actitud de penitencia y sacrificio que todos los cristianos debemos tener para prepararnos a tan importante evento.

La familia como Iglesia doméstica procura reunirse para hacer más profunda esta preparación, usualmente alrededor de la corona de adviento. En todas estas reuniones el sentido de penitencia y sacrificio se enriquece por la esperanza y el espíritu de fraternidad y generosidad que surge de la alegría de que Dios pronto estará con nosotros.

• **COMPRAS.** DÍA DE LA MADRE, NAVIDAD Y EL AÑO NUEVO NOS ENVUELVE CADA AÑO.

El consumismo cuenta con nuestra ingenuidad

ÉPOCA PARA HACER UN ALTO EN EL DÍA A DÍA PARA DEDICARNOS UN POCO MÁS A LOS SENTIMIENTOS CORDIALES Y AMISTOSO PARA LA FAMILIA Y LA RECONCILIACIÓN. ¿QUÉ HACE DE ESTAS FIESTAS ALGO ESPECIAL? ¿NO SERÁ ACASO LAS PERSONAS QUE AMAMOS?

ROQUEL CÁRDENAS
redaccion@panoramacatolico.com

El consumismo inicia su desarrollo y crecimiento en nuestra sociedad como consecuencia directa de la lógica interna del capitalismo. Una de las herramientas más útil en su desarrollo es el comercio y la publicidad que procura fomentan el consumo generando nuevas necesidades en los potenciales clientes. Concepto clave de nuestra reflexión es el manejo a la que podemos estar sometidos a través de los trucos, que manipulan nuestra identidad, al presentar sus productos como necesidades esenciales. Para ellos se usan los llamados factores influyentes que procuran usar personas, sentimiento, incluso situaciones, que puedan evocar una identificación personal con el producto.

Sin ninguna intención de pretender ser exhaustivo me gustaría compartir algunas formas de crear necesidades a partir de nuestras propias experiencia y evoca-

La televisión y la publicidad nos presenta las celebraciones de fin de año como un cuento de hadas.

ciones. En particular en estos tiempos en los que celebramos fiestas tan entrañables para todos nosotros, como son: día de la madre, Navidad y el Año Nuevo, sin duda a todos nosotros nos trae recuerdo de momentos entrañables en nuestra vida. La música tradicional, la comida, los escenarios y hasta las películas y programas de televisión, todo conspira para traer a nuestra mente una maraña de sentimientos y recuerdos alegres y divertidos.

Parece ser una época para hacer un alto en el día a día para dedicarnos un poco más a los sentimientos cordiales y amistoso para la familia y la reconciliación con independencia de la religión que se profese, son las llamadas fiestas de fin de año que nos llaman a eso.

Frente a ese ambiente, los primeros mo-



REALIDAD. Muchos se frustran al gastar más de lo que deben.

tores son nuestras relaciones y sus condicionantes para lograr que hagamos lo que quieren, deber tocar algo que cada uno aspira para poder despertar interés y sentido de pertenencia.

Lo primero es el chantaje sentimental, debemos corresponder al amor que nuestros seres queridos nos han prodigado con fidelidad todos estos años y que forma más lógica que comprándole un regalo. Esa lógica esta tan bien montada que sería casi un agravio en estas fechas no ofrecer un presente. ¿Cuántas madres que amaron y aman a sus hijos, de forma incondicional, requieren de un bien material para saber que sus hijos las aman? O ¿tal vez no sería mejor regalarle lo más valioso que tenemos tiempo y atención?

¿Qué hace de estas fiestas algo especial? ¿no será acaso las personas que amamos? De que nos servirá tener la casa mejor decorada, la mejor comida, los mejores vestidos y los más grandiosos festejos para estar solo o rodeado de personas que no nos aman. Pero nos presentan que sin algunos elementos que son indispensable tener no habrá verdadera Navidad. No volveremos a replicar aquella sensación fabulosa de felicidad que no es otra cosa que el amor. Por eso muchos se frustran

al gastar más de lo que deben, buscando un poco de diversión y al final lo único que consiguen es un espantoso vacío.

El cine, la televisión y la publicidad nos presenta las celebraciones de fin de año como un cuento de hadas donde ocurre de manera perfecta. La gente ingiere alcohol sin consecuencia, las mesas están repletas como si se tratara de un bufé de hotel y finalmente todo el mundo esta impecablemente vestido, rostros hermosos y sonrientes. ¿pero eso es la vida o la realidad? ¿deberíamos buscar imitar esa fantasía? No sería más sensato apreciar y amar lo que tenemos y no pensar que ese falso modelo es nuestra meta.

Finalmente, un extranjerismo poco menos que vergonzoso. ¿Por qué si Dios nos otorga la enorme bendición de nacer en el trópico y que disfrutamos de un hermoso clima durante el mes de diciembre tenemos que añorar la nieve, decorar con árboles que no son nativos y consumir platillos y frutas extranjeras?

Chantajos, manipulación, falso modelos extranjerismo son algunas de las trampas a las que tenemos que enfrentar para no ser embaucados durante estas fiestas, porque recuerde que el consumismo cuenta con nuestra ingenuidad.

• CUIDADO. EL MUNDO DIGITAL PUEDE CONVERTIRSE EN UN ESCAPE DE OBLIGACIONES PESADAS.

Acedia en tiempo de Internet

LA VIEJA TENTACIÓN DE LA ACEDIA QUE TANTO MOLESTABA A LOS MONJES SIGUE VIVA HOY, Y AFECTA TAMBIÉN A LOS CATÓLICOS DE TODA CONDICIÓN SOCIAL, CON MODALIDADES PROPIAS DE NUESTRO MUNDO TECNOLÓGICO.

P. FERNANDO PASCUAL
redaccion@panoramacatolico.com

El texto de un monje del siglo V puede ayudarnos a comprender uno de los peligros que nos llevan a un mal uso de Internet y de las nuevas tecnologías: el peligro de la acedia (o acidia).

Juan Casiano (que vivió entre los años 360-435, aproximadamente), en su obra "Instituciones", habla sobre ocho vicios capitales (la enumeración de siete se impondrá siglos más tarde). Entre esos vicios, presenta a la acedia, tristeza de alma, desaliento o pereza.

¿En qué consiste? Casiano describe la acedia como un cierto "tedio, disgusto o ansiedad del corazón. Tiene cierto parentesco con la tristeza y lo experimentan particularmente los solitarios" ("Instituciones" X,1).

Como efectos de la acedia, Casiano se-

Tengamos cuidado, la acedia existe y nos amenaza también en este tiempo de Internet.

ñala laxitud, cansancio, hambre, sueño, ansiedad. El monje que sufre el ataque de este vicio mira a todos lados, desea que alguien lo visite, entra y sale de su celda.

Siente que el tiempo pasa lento, muy lento. Experimenta un vacío interior. Sus obligaciones le aburren de modo terrible. El trabajo le pesa enormemente: le parece excesivo y agotador.

Ve ante sí dos opciones: o echarse a dormir para consolarse a sí mismo, o salir a buscar a un hermano con el que poder hablar. Además, imagina que sería más útil dejar a un lado sus obligaciones para hacer otras actividades.

Si uno cede ante la tentación de la acedia y la pereza, "se abandona al sueño o sale de su celda en busca de consuelo con la visita de un hermano. Pero este remedio no es más que pasajero, porque no hace sino agravar el mal", ("Instituciones" X,3).



ACTITUD. Mantenerse firme en el trabajo que cada uno debe acometer.

La vieja tentación de la acedia que tanto molestaba a los monjes sigue viva hoy, y afecta también a los católicos de toda condición social, con modalidades propias de nuestro mundo tecnológico.

Efectivamente: si en el pasado el monje aburrido buscaba paz y consuelo en el sueño o en la huida de su celda, el hombre moderno también dormita o, en vez de salir de su trabajo, enciende el móvil y empieza a navegar...

Así, el mundo digital puede convertirse en un escape de obligaciones pesadas. En vez de afrontar una tarea fatigosa, un estudio exigente, un compromiso que pide mayores energías interiores, la acedia invita a encender el móvil, ver los mensajes, leer noticias, descansar con música y vídeos, o visitar las redes sociales.

El vicio que causa esos comportamientos es el mismo: no estar contento con lo que uno hace, dejarse vencer por la pereza o la apatía, permitir que crezca un extraño descontento interior ante lo ordinario.

El resultado parece diferente, pero en

el fondo es bastante parecido: si el monje dormitaba o huía de su celda, el hombre moderno "se fuga" de la monotonía con viajes entre vídeos, canciones, chats, juegos electrónicos y un sinnúmero de posibilidades gracias a la tecnología digital.

Surge la pregunta: ¿cómo vencer ese vicio de la acedia? ¿Cómo recuperar el entusiasmo y la alegría por los sencillos deberes cotidianos en casa, en el trabajo, para con los familiares y amigos?

Casiano responde con estas palabras: "Así, pues, el verdadero atleta de Cristo que desea luchar en la contienda, ha de apresurarse a arrojar esta infección, como las otras, del interior de su alma, y combatir a brazo partido contra ese fatal espíritu de pereza. Es decir: no debe cruzarse de brazos vencido por la ociosidad ni tenderse en el lecho bajo la acción del sueño, como tampoco debe alejarse de los claustros del monasterio e ir en pos de sus apetitos como un desertor de sus deberes, aunque sea un pretexto de piedad lo que le induce a ello" ("Instituciones" X,5).

! Cada día su afán

LOS SUEÑOS
DE JOSÉ



P. José-Román
Flecha Andrés

Antes de terminar el año jubilar, nos detenemos a evocar los sueños que guiaron la vida y la misión de este sencillo artesano, descendiente de la estirpe real de David.

Aún no vivían juntos, pero María estaba desposada con José cuando se comenzó a hablar de su próxima maternidad. José se hizo mil preguntas. Pero en sueños, el ángel del Señor le explicó la presencia del Espíritu sobre su esposa. Él sabía que el Espíritu era el principio de la vida y el impulsor de los elegidos por Dios.

Es una delicia oír que en algunos lugares lo llaman "el Señor San José".

Y eso significaba la revelación.

José comprendió que había de conferir al Niño los derechos del linaje mesiánico. Y le impuso el nombre de Jesús, que significa "El Señor salva". Tal vez se

parecería al antiguo Josué, el guía que con el mismo nombre había introducido a Israel en la tierra de las promesas.

Todo indicaba que aquel Niño resultaba molesto a los poderes de su tiempo. Apenas nacido, su vida era ya discutida. Pero Dios velaba por Jesús.

Ante opiniones que no reconocen a Jesús como humano, el evangelista evoca su filiación y su lugar de origen. José es una prueba de la humanidad del que se presentaba como el Camino, la Verdad y la Vida.

El Señor San José ha pasado en silencio por los evangelios. Es solo un creyente que acoge el querer de Dios, que se admira ante la presencia del misterio en su Hijo, que le pasa la herencia de David y la raíz de humanidad que él ha querido abrazar para siempre. Le bastaba prestar atención a los sueños.

El Salvador: obispos hacen fuerte llamado



MONS. LUIS. Arzobispo de San Salvador.

ZENIT. Mediante un comunicado los obispos de la Conferencia Episcopal de El Salvador mostraron su preocupación a las autoridades y al pueblo salvadoreño por la alarmante situación que atraviesan las aguas de sus ríos.

En El Salvador “existen 590 ríos de los cuales 360 son los más importantes. De estos 590 ríos el 70 por ciento están contaminados, es decir sus aguas no son aptas para el consumo humano, ni para otra especie animal”.

Principales ríos no nacen en su territorio, sino en países vecinos.

Los obispos hacen un llamado para que las autoridades de ese país realicen todas las diligencias posibles para parar los proyectos mineros que afectan directamente el manto acuífero del país y piden a la “comunidad internacional no permitir tal desastre humano y ambiental que provoquen los elementos contaminantes como coliformes, heces humanas y de animales, metales pesados como arsénico, cobre, plomo, mercurio, zinc, entre otros”.

Según el comunicado leído por el Monseñor José Luis Escobar, “Las fuentes que generan la contaminación son empresas que vierten sus aguas residuales en los ríos, municipalidades que no tienen sistemas para tratar sus aguas grises y lodos, monocultivos como el de la caña de azúcar y la ausencia de saneamiento comunitario”.

Y añade: “Existen más de 42 proyectos mineros que amenazan directamente nuestras cuencas transfronterizas. El caso más grave es el proyecto minero cerro Blanco que está ubicado en Guatemala.

Voz del Pastor

José, hombre justo y esposo de María

Papa Francisco

Queridas hermanas y hermanos:

Seguimos nuestro camino de reflexión sobre la figura de San José. Hoy quisiera profundizar en su ser “justo” y “desposado con María”, y dar así un mensaje a todos los novios, también a los recién casados. Muchas historias relacionadas con José llenan los pasajes de los evangelios apócrifos, es decir, no canónicos, que han influido también en el arte y diferentes lugares de culto. Estos escritos que no están en la Biblia —son historias que la piedad cristiana hacía en esa época— responden al deseo de colmar los vacíos narrativos de los Evangelios canónicos, los que están en la Biblia, los cuales nos dan todo lo que es esencial para la fe y la vida cristiana.

Esto es importante: ¿qué dice el Evangelio sobre José? No qué dicen esos evangelios apócrifos, que no son una cosa fea o mala; son bonitos, pero no son la Palabra de Dios. En cambio, los Evangelios, que están en la Biblia, son la Palabra de Dios. Entre estos, el evangelista Mateo que define José como hombre “justo”. Escuchamos su pasaje: «La generación de Jesucristo fue de esta manera: Su madre, María, estaba desposada con José y, antes de estar juntos ellos, se encontró encinta por obra del Espíritu Santo. Su marido José como era justo y no quería ponerla en evidencia, resolvió repudiarla en secreto» (1, 18-19). Porque los novios, cuando la novia no era fiel o se quedaba embarazada, ¡tenían que denunciarla! Y

las mujeres en aquella época eran lapidadas. Pero José era justo. Dice: “No, esto no lo haré. Me quedará callado”.

Para comprender el comportamiento de José en relación con María, es útil recordar las costumbres matrimoniales del antiguo Israel. El matrimonio comprendía dos fases muy definidas. La primera era como un noviazgo oficial, que conllevaba ya una situación nueva:

en particular la mujer, incluso viviendo aún en la casa paterna todavía durante un año, era considerada de hecho “mujer” del prometido esposo. Todavía no vivían juntos, pero era como si fuera la esposa. El segundo hecho era el traslado de la esposa de la casa paterna a la casa del esposo.

Esto sucedía con una procesión festiva, que completaba el matrimonio. Y las amigas de la esposa la acompañaban allí. En base a estas costumbres, el hecho de que «antes de estar juntos ellos, se encontró encinta», exponía a la Virgen a la acusación de adulterio. Y esta culpa, según la Ley antigua, tenía que ser castigada con la lapidación (cf. Dt 22, 20-21). Sin embargo, en la praxis judía sucesiva se había afianzado una interpretación más moderada que imponía solo el acto de repudio, pero con consecuencias civiles y penales para la mujer, pero no la lapidación.

El Evangelio dice que José era “justo” precisamente por estar sujeto a la ley como todo hombre pío israelita. Pero dentro de él, el amor por María y la confianza que tiene en ella

María y José cultivaron sueños y expectativas respecto a su vida y a su futuro.

le sugieren una forma que salva la observancia de la ley y el honor de la esposa: decide repudiarla en secreto, sin clamor, sin someterla a la humillación pública. Elige el camino de la discreción, sin juicio ni venganza. ¡Pero cuánta santidad en

José! Nosotros, que apenas tenemos una noticia un poco folclorista o un poco fea sobre alguien, ¡vamos enseguida al chismorro! José sin embargo está callado.

Pero añade enseguida el evangelista Mateo: «Así lo tenía planeado, cuando el Ángel del Señor se le apareció en sueños y le dijo: “José, hijo de David, no temas tomar contigo a María tu mujer porque lo engendrado en ella

es del Espíritu Santo. Dará a luz un hijo, y tú le pondrás por nombre Jesús porque él salvará a su pueblo de sus pecados”», (1, 20-21).

Interviene en el discernimiento de José la voz de Dios que, a través de un sueño, le desvela un significado más grande de su misma justicia. ¡Y qué importante es para

cada uno de nosotros cultivar una vida justa y al mismo tiempo sentirnos siempre necesitados de la ayuda de Dios! Para poder ampliar nuestros horizontes y considerar las circunstancias de la vida desde un punto de vista diferente, más amplio. Muchas veces nos sentimos prisioneros de lo que nos ha sucedido:

“¡Pero mira lo que me ha pasado!” y nosotros permanecemos prisioneros de esa cosa mala que nos ha pasado; pero precisamente ante algunas circunstancias de la vida, que nos parecen inicialmente dramáticas, se esconde una Providencia que con el tiempo toma forma e ilumina de significado también el dolor que nos ha golpeado. La tentación es cerrarnos en ese dolor, en ese pensamiento de las cosas no bonitas que nos suceden a nosotros. Y esto no hace bien. Esto lleva a la tristeza y a la amargura. El corazón amargo es muy feo.

Quisiera que nos detuviéramos a reflexionar sobre un detalle de esta historia narrada por el Evangelio y que muy a menudo descuidamos. María y José son dos novios que probablemente han cultivado sueños y expectativas respecto a su vida y a su futuro. Dios parece entrar como un imprevisto en su historia y, aunque con un esfuerzo inicial, ambos abren de par en par el corazón a la realidad que se pone ante ellos.

José hace como le había ordenado el Ángel del Señor: de hecho, dice el Evangelio: «Despertándose José del sueño, hizo como el Ángel del Señor le había mandado, y tomó consigo a su mujer. Y no la conocía hasta que ella dio a luz un hijo, y le puso por nombre Jesús», (Mt 1, 24-25). Los novios cristianos están llamados a testimoniar un amor así, que tenga la valentía de pasar de las lógicas del enamoramiento a las del amor maduro.



• HISTORIA. UN LARGO RECORRIDO CON GRANDES FRUTOS PARA LA IGLESIA.

70 años de la reinserción Franciscana en Panamá



2001. 50 años de aniversario, frailes franciscanos de la región de Panamá.



SERVIDORES. Orden de Frailes Menores (O.F. M.) de Panamá 2021.

FRAY JOSÉ OLMOS CORTÉS. O.F.M. DE LA P. SAN ANTONIO DE PADUA, MIRAFLORES EN PANAMÁ, RELATA CÓMO COMIENZA LA HISTORIA DE LOS FRAILES EN NUESTRO ISTMO.

REDACCIÓN
redacción@panoramacatolico.com

La aventura franciscana y su andar, llegaron a Panamá en 1514, con el nombramiento de su primer obispo: Fray Juan de Quevedo O.F.M.

Todo comienza en Italia, en la patria de su fundador, San Francisco de Asís; en la provincia de San Bernardino de Siena, durante los años posteriores a la segunda guerra mundial.

Para ese entonces, la provincia de San Bernardino de Abruzzo tenía misioneros en el recién formado estado de Israel: Tierra Santa, en el recién iniciado régimen comunista de China, y en Egipto.

Viendo la necesidad en otras latitudes, se da la oportunidad de misionar en América, particularmente en Perú. Para ello se formó un grupo de cuatro hermanos: Fray Edmundo De Amicis Seri -quien sería designado como guardián 2 de la misión-, fray Remigio Federicci, fray José Rotellini y fray Domenico Cecchini.

Comienzan a peregrinar

Para emprender la travesía, debieron viajar de la sede provincial en L'Aquila, a Roma; y de Roma en tren a Nápoles. Ese sábado 5 de agosto de 1950, se despiden de su tierra, con rumbo a Perú.

Atravesan el caluroso canal de Panamá el 21 de agosto y llegan a El Callao, en Perú, el 28 del mismo mes. Transcurridos 7 meses en Lima, se dan cuenta, que sus deseos misioneros en Tacna no serán posibles, incluso otro intento, con destino a Paraguay. Ven una clara oportunidad en unos frailes franciscanos de la provincia de Sicilia, que de Piura vinieron a Panamá a establecer contacto con el arzobispo, Monseñor Francisco Beckmann.

Chiriquí fue la provincia que les recibió y en donde forjaron con fuerza su gran misión.

Después de dichas negociaciones, los frailes sicilianos decidieron quedarse en Perú y no venir a Panamá. Es cuando el ingenio y la sagacidad de fray Edmundo dan a la misión un giro sustancial; y en diálogo con fray Bernardo Castaña recibe de él toda la documentación y las indicaciones para tomar el lugar de los frailes sicilianos.

Llegan los franciscanos

Es así como un martes 3 de abril de 1951 llega a ciudad de Pa-

Presencia franciscana en la actualidad...

- **En Chiriquí:** Parroquia nuestra Señora de El Carmen, ciudad de David y el Colegio San Francisco.
- **Parroquia San Juan Bautista de Boquete,** el Colegio Pio XII; la casa de retiro (antiguo Seminario), y la "Capilla de La Natividad".
- **En Coclé:** Parroquia Nuestra señora de La Candelaria en La Pintada, y el Monasterio de La Visitación.
- **En ciudad de Panamá:** Parroquia San Antonio de Padua, Miraflores.



2000. Hermanas Clarisas, que vinieron a fundar a Panamá desde El Salvador.

4 momentos importantes para destacar:

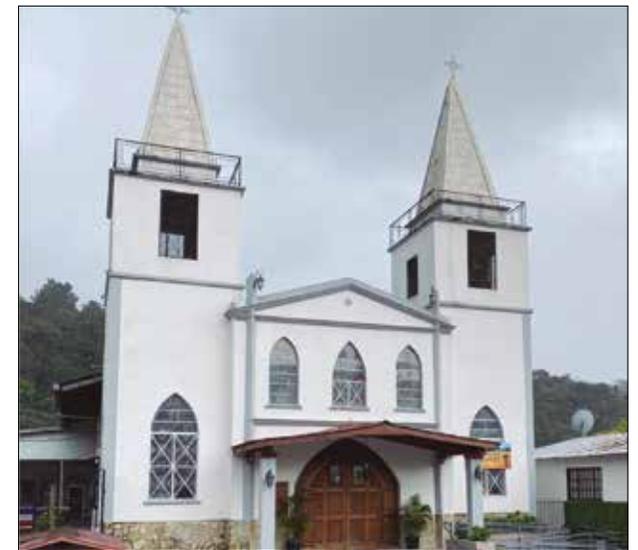
- **De Santa María La Antigua** en El Darién a Panamá La Vieja (1510-1519).
- **De Panamá La Vieja a El Casco Viejo** en el Ancón (15 de agosto de 1519 al 28 de enero de 1671).
- **Del Casco Viejo a la Reimplantación de la Orden** (21 de enero de 1673 al 28 de noviembre de 1821).
- **Y después de 130 años,** la reimplantación de la orden en Panamá (3 de abril de 1951).



BETHANIA. Parroquia San Antonio de Padua, Miraflores.



LA PINTADA. Casa franciscana "Rivo Torto" en la Parroquia Ntra. Sra. de la Candelaria.



BOQUETE. Parroquia San Juan Bautista.

namá fray Edmundo, y referido por las hermanas Franciscanas de María Inmaculada, de las buenas condiciones de la provincia de Chiriquí; visita la provincia y el obispo le entrega Boquete, Dolega y Gualaca; estas dos últimas con antecedentes franciscanos desde la colonia (1766).

De manera que cuando llegan el 4 de junio, fray José Rotellini y fray Remigio Federicci, se les entregara Remedios y Tolé, respectivamente, literalmente todo el oriente de Chiriquí.

Pocos años después se envía

un segundo grupo de misioneros: procedentes de China (expulsados por Mao Zedon), fray Benito Fedele, Epifanio Pomponio, Odorico Tartaglia; de Israel (Tierra Santa): Cándido Felicolo, Sixto Centi, Ángelo Caferra, Reginaldo Tulio; de Egipto: Ángelo Cornacchi y Gabriel Giambeardino y de Trípoli: Valerio Zugaro; y procedente de Estados Unidos, para atender el seminario menor, en el inicio de los años 70, fray Bernardo Foschini.

Los frailes asumen la parroquia de San José en David, el 17

de mayo 1954, de la cual se trasladan en 1964, ya que pasó a ser catedral, hacia la nueva parroquia: Nuestra Señora de El Carmen, donde se ubica el colegio San Francisco y antiguamente, el hogar San Antonio. En 1956 entregan las parroquias de Remedios y Tolé.

En Panamá asumen el 4 de agosto de 1953 la parroquia de María Auxiliadora en Pueblo Nuevo, que pronto llamaron "nuestra Porciúncula"⁴, desde donde se atiende El Carmen de Juan Díaz y Santa Eduvigés en

Betania, atendida de 1956 a 1999.

De la parroquia de Pueblo Nuevo, entregada en 1996; se trasladan para la nueva Parroquia de San Antonio de Padua en Miraflores, consagrada en 1967.

Con la nueva Provincia Franciscana Nuestra Señora de Guadalupe de Centroamericana (1987), se funda la fraternidad de "Rivo Torto" que estará a cargo de la Parroquia de Nuestra Señora de La Candelaria en La Pintada; cuna del sombrero "pintao".

El 17 septiembre del 2000 llegan a la Parroquia de La Pintada, procedentes de El Salvador, las hermanas clarisas; entre las fundadoras están las Hermanas Ma. Magdalena Rodríguez (encargada de la Fundación), Ma. Lourdes Martínez, María de los Ángeles Molina, Deysi Rosales y Rosa Rivas. A ellas, gracias por su generosidad.

El 15 de diciembre de 2018 se inauguró una de nuestras más bellas obras: La "Capilla de la Natividad" gracias al gran apoyo de doña Lelyn Altieri.

• **RUTA.** TENGAN PRESENTE QUE LA ESPERANZA ES IMPOSIBLE SIN LA HUMILDAD Y EL COMPROMISO.

Colinas y barrancos

CON PALABRAS POÉTICAS SE ANUNCIA LA MISERICORDIA DE DIOS HACIA SUS HIJOS. DEL SEÑOR ES LA INICIATIVA DE LA SALVACIÓN. ÉL HARÁ LLANOS LOS CAMINOS DEL RETORNO. Y ORDENARÁ A LOS ÁRBOLES QUE LES DEN SOMBRA POR LA RUTAS DEL DESIERTO.

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

“Dios ha mandado abajarse a todos los montes elevados, a todas las colinas encumbradas, y ha mandado que se llenen los barrancos hasta allanar el suelo, para que Israel camine con seguridad, guiado por la gloria de Dios; ha mandado al bosque y a los árboles fragantes hacer sombra a Israel, (Bar 5,7-8).

Esta profecía de Baruc anunciaba el retorno de las gentes de Israel, que habían sufrido la amarga deportación a Babilonia.

**Señor danos tú la luz
y la fuerza para allanar
nuestras colinas y relle-
nar nuestros barrancos.**

Con palabras poéticas se anuncia la misericordia de Dios hacia sus hijos. Del Señor es la iniciativa de la salvación. Él hará llanos los caminos del retorno. Y ordenará a los árboles que les den sombra por la rutas del desierto.

Con razón, el salmo responsorial recoge y canta la alegría de aquel pueblo: “El Señor ha estado grande con nosotros, y estamos alegres”, (Sal 125,1).

Por su parte, San Pablo reconoce que el Dios que ha abierto a los fieles los caminos del Evangelio llevará adelante su obra hasta el día de Cristo Jesús, (Flp 1,6).

La conversión y la esperanza

También al desierto nos lleva el evangelio que hoy se proclama,



(Lc 3,1-6). En una situación que el evangelio de Lucas trata de situar en la historia, aparece Juan, el hijo de Zacarías. El mismo evangelista cuenta cómo había intervenido Dios en el nacimiento de aquel niño y anticipa el día de su manifestación a Israel, (Lc 1-2).

Las gentes se sorprendieron ante aquel nacimiento tan inesperado y ante el nombre que había recibido al ser circuncidado. De hecho, se preguntaban qué habría de ser aquel niño. Seguramente se imaginaban que un día entraría a formar parte del grupo de los sacerdotes, como su padre Zacarías.

Pues bien, andando el tiempo, Juan no aparece en el templo de Jerusalén, sino en la comarca del Jordán. La recorre incansable y predica un bautismo de conversión. Su puesto no está en las estructuras del poder, del culto y de la ley. Juan espera y anuncia la salvación para su pueblo. Pero sabe que las mayores dificultades están en el interior de cada persona.

Su predicación es un eco de las profecías de Baruc y de Isaías (2,12-18). Si en otro tiempo Dios allanaba los caminos para su pueblo, ahora es cada persona quien ha de rebajar las colinas y rellenar los barrancos para facilitar el ca-

mino de la salvación. La esperanza es imposible sin la humildad y el compromiso.

El camino de la salvación

“Lo torcido será enderezado y lo escabroso será camino llano”. El discurso de Juan no invitaba a la pasividad. Los caminos rectos habían de ser el fruto de la conversión de los que le escuchaban. Pero a la exhortación acompañaba la promesa de la presencia de Dios.

• “Todos verán la salvación de Dios”. Si Lucas comenzaba presentando a los poderosos, el Bautista nos recuerda que la salva-

ción no es un privilegio exclusivo para ellos. La salvación tiene una dimensión universal. Todos los hombres somos llamados a acoger con sinceridad la intervención de Dios en nuestras vidas.

• “Todos verán la salvación de Dios”. Es bien sabido que para la fe de Israel era muy importante la disposición a “escuchar” la palabra de Dios, aunque los peregrinos que subían al templo de Jerusalén deseaban también “ver” el rostro de Dios. El bautista anuncia que la salvación se dejará “ver”. Pero los creyentes hemos de dar un testimonio de ella.

• “Todos verán la salvación de Dios”. En su exhortación Gaudete et exsultate, el Papa Francisco nos advierte de la tentación de atribuir la santidad a las propias fuerzas. El Bautista pregona que la salvación viene de Dios. Si en otro tiempo, Dios allanaba los caminos para su pueblo, nosotros hemos de allanar los senderos para que Dios pueda llegar a nuestra vida.

Oración

Señor Jesús, sabemos y creemos que en ti podemos ver el camino por el que Dios viene a salvar a nuestra pobre humanidad. Tú conoces nuestra pereza y nuestras tentaciones. Danos tú la luz y la fuerza para allanar nuestras colinas y rellenar nuestros barrancos.

Amén.

María: la primera catequista

MARÍA CONCIBIÓ PRIMERO EN SU CORAZÓN, Y DESPUÉS EN SU SENO VIRGINAL, AL HIJO DE DIOS, CONSCIENTE DE QUE ÉL TRAÍA LA PALABRA DE DIOS Y DE QUE SU MISIÓN EN LA TIERRA ERA ANUNCIARLA.

COMISIÓN ARQUIDIOCESANA DE CATEQUESIS
redaccion@panoramacatolico.com

Todo catequista debe primero vivir en la fe, con Dios en su corazón, para luego hacer que Jesús nazca en la vida del otro. Pues eso fue lo que hizo María. Ella concibió primero a Dios en su corazón, así dio su “sí” gozoso al anuncio del ángel. Fue la primera creyente y la primera propagadora de esa Palabra que le fue proclamada. Su sola presencia despierta en su pariente Isabel la captación del anuncio que surge de quien ella lleva dentro de sí, a Jesús. Ella muestra las actitudes propias del discípulo: escucha, medita, comparte la vida, sigue a Jesús. Cuando lo pierde en el templo, María

María muestra las actitudes propias del discípulo: escucha, medita, comparte la vida, sigue a Jesús.

muestra su aficción y le habla al niño con sencillez, pero con firmeza.

Así es el proceso catequístico: se escucha la Palabra, ésta ilumina lo que está sucediendo, muestra el camino y después de ser recibida y escuchada, es celebrada: “Proclama mi alma la grandeza del Señor y mi espíritu se alegra en Dios mi salvador” (Lc 1, 46-47). María nos enseña a anunciar a Jesucristo, a afrontar las dificultades con una fe firme y audaz cuando más a prueba nos encontramos. Nos invita a seguir a Cristo, a vivir con él; Ella aprendió viviendo en intimidad con su Hijo.

María es madre misionera: se quedó en



Luces La gran contribución de las mujeres en la catequesis

El Papa Francisco ha resaltado el papel de las abuelas y de las madres en la transmisión de la fe; pues, con María de modelo, las mujeres siempre han desempeñado un papel

valioso en la misión evangelizadora, desde los primeros siglos de la Iglesia. El mismo Jesús reconoció la contribución de las mujeres teniéndolas como discípulas.

Jerusalén perseverando en la oración con los apóstoles y los otros discípulos hasta que viniera la “fuerza de lo alto”. Así nació la Iglesia, la comunidad de los que creen que Jesús es el Hijo de Dios que murió y resucitó por nosotros y por nuestra salvación.

Desde el día de Pentecostés en adelante, el evangelio empezó a propagarse, con la compañía espiritual de María. Hoy, María sigue cooperando con el nacimiento y crecimiento de cada comunidad en la Iglesia. Pidamos siempre su poderosa intercesión.

Catecismo de la Iglesia Católica

Cristo descendió a los infiernos

633 La Escritura llama infiernos, sheol, o hades (cf. Flp 2, 10; Hch 2, 24; Ap 1, 18; Ef 4, 9) a la morada de los muertos donde bajó Cristo después de muerto, porque los que se encontraban allí estaban privados de la visión de Dios (cf. Sal 6, 6; 88, 11-13). Tal era, en efecto, a la espera del Redentor, el estado de todos los

muertos, malos o justos (cf. Sal 89, 49; 1 S 28, 19; Ez 32, 17-32), lo que no quiere decir que su suerte sea idéntica como lo enseña Jesús en la parábola del pobre Lázaro recibido en el “seno de Abraham” (cf. Lc 16, 22-26). “Son precisamente estas almas santas, que esperaban a su Libertador en el seno de Abraham, a las que Jesucristo liberó cuando descendió a los infiernos” (Catecismo Romano,

1, 6, 3). Jesús no bajó a los infiernos para liberar a los condenados (cf. Concilio de Roma, año 745: DS, 587) ni para destruir el infierno de la condenación (cf. Benedicto XII, Libelo Cum dudum: DS, 1011; Clemente VI, c. Super quibusdam: ibíd., 1077) sino para liberar a los justos que le habían precedido (cf. Concilio de Toledo IV, año 625: DS, 485; cf. también Mt 27, 52-53).

Cápsulas

Tips para no caer en el consumismo

REDACCIÓN. No es ningún secreto que vivimos en una sociedad consumista y en ocasiones tienes “necesidad” de hacer compras que no necesitas.

A continuación, te brindamos algunos consejos para evitar compras innecesarias y caer en el consumismo:

- Define cuál es el nivel de vida que realmente necesitas para vivir de una manera confortable y en base a tu realidad financiera.
 - En situaciones especiales, como los descuentos, ve de compras con una lista de lo que realmente necesitas.
 - Cuando vayas a comprar algo que no necesitas, espera 30 días desde que veas el producto. Si al cabo de ese tiempo, sigues pensando que te hace falta entonces, cómpralo. Puedes acortar el plazo a 15, si al principio 30 días te parecen demasiado.
 - Optimiza al máximo lo que tienes. ¿Botas o dejas en una gaveta aparatos que funcionan perfectamente solo porque ya no te gustan y quieres uno nuevo que sea más moderno? Puedes alargar la vida útil de muchos productos, cuidándolos adecuadamente.
 - Limita en lo posible el número de impactos publicitarios, anuncios de TV, páginas web de tiendas, páginas de ofertas y trata de no suscribirte a boletines de las marcas o tiendas. Mientras mayor exposición tengas, existen mayores posibilidades de caer en la tentación de comprar algo.
 - Agradece y valora lo que tienes. Es posible que tengas más que suficiente de casi todo y no necesitas más cosas.
 - No te compares con los demás. Si no dejas de mirar lo que los demás tienen, seguro que sentirás que tienes muy poco.
- Además de estos consejos, lo que de verdad hace falta es un cambio de actitud interior. Disfruta de cada una de las experiencias que la vida te presenta, de manera que no tengas que llenar algún vacío que sientas con productos de consumo y así evitar seguir alimentando una sociedad que cada vez es más consumista.

CURSO BÍBLICO: UNA VENTANA ENTRE LA VIDA Y LA BIBLIA

Subida a Jerusalén

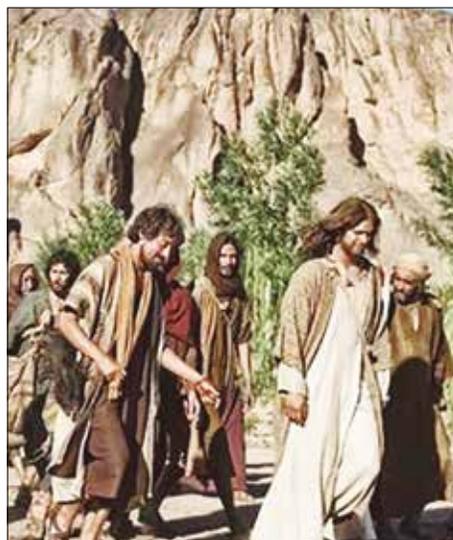
BUSCA A LOS PECADORES PARA LEVANTARLOS, PERDONARLOS Y SI FUERA NECESARIO, CARGARLOS EN HOMBROS.

ESCUELA DE PASTORAL BÍBLICA
redaccion@panoramacatolico.com

El drama de Jesús va llegando al final. Él lo sabe porque conoce a los hombres, ha observado y analizado la situación en que está viviendo el pueblo. Las relaciones y conflictos van aumentando. La persecución arrecia. Le quedan pocos días y los quiere aprovechar todos con intensidad.

Jesús vive apasionadamente la vida porque lleva en su corazón un amor apasionado a su Padre, a los pobres y al Rei-

Jesús intuye y descubre a dónde va a llegar toda esa trama contra él.



CAMINO. Jesús sube a Jerusalén.

y no echarse atrás. Quiere y anhela que se llene la mesa del Reino, la mesa del Padre, donde todos debemos vivir como hermanos y compartir el pan.

Subir a Jerusalén es ir a la capital, ahí donde está el poder del sistema: Templo, grandes jefes y autoridades que apedrean y matan a los profetas. Y hacia allá va Jesús, a esa Jerusalén a la que tanto quiso y quiere, por la que lloró, pero que no lo supo recibir.

Esta subida termina con la entrada humilde de Jesús Rey, en Jerusalén. Por fin llega al final del camino: "... marchaba por delante subiendo a Jerusalén. Y al llegar cerca de Betfagé y Betania... al acercarse y ver la ciudad, lloró por ella...".

Contenido del símbolo: la flecha

La flecha vuela para llegar y dar en el blanco y tiene tres partes:

- La punta nos puede ayudar a entender y recordar el amor de Jesús por su Padre;

- La parte de atrás nos recuerda el amor de Jesús por los pobres. A lo considerados

los últimos, el "resto de Israel";

- Y la vara del medio nos recuerda el compromiso de Jesús por el Reino; donde reina el Padre. Ahí es donde el Padre reina y los pobres, que lo aman y se aman, cumplen con su proyecto.

Simboliza el anhelo de Jesús por llegar a su meta: que el Reino llegue a Jerusalén.

no. Esta "subida a Jerusalén", más que un camino físico, es simbólico: representa este tiempo precioso del recorrido final de Jesús. Las "subidas" son siempre dificultades. Pero Jesús tiene una decisión y fuerza que le hacen caminar, subir como una flecha que vuela hacia el blanco, hacia la meta: llegar al Padre una vez cumplida la misión de liberación.

Exige a quienes quieren seguirlo la misma decisión que él tiene: estar dispuestos a cargar su cruz y entregarse hasta perder la vida, para poder ganarla

Carta Encíclica "Fratelli Tutti": Una caridad social y política (176-179)

Para muchos la política hoy es una mala palabra, y no se puede ignorar que detrás de este hecho están a menudo los errores, la corrupción, la ineficiencia de algunos políticos. A esto se añaden las estrategias que buscan debilitarla, reemplazarla por la economía o dominarla por alguna ideología.

Ante tantas formas mezquinas e inmediateístas de política, recuerdo que la grandeza política se muestra cuando, en momentos difíciles, se ora por grandes principios y pensando en el bien común a largo plazo. Al poder político le cuesta mucho asumir este deber en un proyecto de

nación, y más aún en un proyecto común para la humanidad presente y futura.

La sociedad mundial tiene serias fallas estructurales que no se resuelven con parches o soluciones rápidas meramente ocasionales. Hay cosas que deben ser cambiadas o replanteadas de fondo y ser transformadas.

Solo una sana política podría liderarlo, convocando a los más diversos sectores y a los saberes más variados, con miras a una economía integrada por un proyecto político, social, cultural y popular que busque el bien común.



Piedad Lectio Divina

Lc 3,1-6

I. LEER

En el año quince del emperador Tiberio, siendo Poncio Pilato procurador de Judea; Herodes tetrarca de Galilea; en el pontificado de Anás y Caifás, fue dirigida la palabra de Dios a Juan, hijo de Zacarías. Y se fue por toda la región del Jordán proclamando un bautismo de conversión para el perdón de los pecados, como está escrito en el libro de los oráculos del profeta Isaías.

*Voz del que clama en el desierto;
Preparad el camino del Señor,
enderezad sus sendas...
Y todos verán la salvación de Dios.*

II. Meditar

¿Cómo estoy preparando la venida del Señor? ¿Qué estorba en mi vida para la llegada de Jesús?

En este tiempo de adviento la invitación es a dar un giro en mi vida y se me ofrece el perdón de los pecados. La conversión es siempre gozosa, es como andar perdido, sin rumbo, y encontrar el camino.

III. Orar

Señor, que te pueda decir, que "quien me mire te vea".

IV. Contemplar

Aprender del Bautista a ser la voz del Señor.

Para reflexionar

Reflexiona en los siguientes temas:

- ¿Cuál es la fuerza, el ideal que mueve a Jesús a caminar tan decidido?
- ¿Cómo hago camino en mi corazón para disponerme a la próxima Navidad?
- ¿La senda que transito me lleva por el camino de Dios o son mi piedra de tropiezo?

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

• **SIGNO.** SON LAICOS QUE SE PROPONEN ENCARNAR EN LA FAMILIA, EL TRABAJO DIARIO Y LA SOCIEDAD EL MENSAJE EVANGÉLICO.

Orden Franciscana Seglar cumplió 800 años en el mundo

ESTE APOSTOLADO ES, ANTE TODO, EL TESTIMONIO PERSONAL EN EL AMBIENTE EN QUE VIVEN, LLAMADOS A VIVIR COMO LEVADURA, COMO INSTRUMENTO DE PAZ, DE AMOR FRATERO, ESPERANZA Y ALEGRÍA DESDE EL ESPÍRITU DE LA MINORIDAD.

YOEL E. GONZÁLEZ N.
redaccion@panoramacatolico.com

La parroquia San Antonio de Padua, ubicada en Miraflores, Bethania, compartió con representantes de la Orden Franciscana Seglar (OFS) en Panamá la celebración por los 800 años de la primera regla que los rige en el mundo.

Dicha celebración inició con una misa de acción de gracias por los 800 años del “Memoriale Propositi”, la primera regla, ahí se recordó a los beatos Luquesio y su esposa Buonadonna que fueron los primeros laicos franciscanos en el tiempo de San Francisco.



FAMILIA. Sus aportes fortalecen el ministerio eclesial.

Son 800 años del Memorial de Propósitos de los hermanos y hermanas de la Penitencia que viven en sus propias casas.

La Orden Franciscana Seglar la componen laicos solteros o casados que viven el Evangelio de Jesucristo, a la manera de San Francisco de Asís.

En la eucaristía se recordó a santos y beatos que son de la OFS, así como a panameños de esta orden que han dejado un gran legado, y se destacó los aportes de la orden franciscana seglar para la iglesia.

Durante el evento se resaltó el ejemplo y servicio de los seglares que, durante todos estos años, han sido valioso apoyo para los frailes, aun más, en esos entornos o lugares donde los frailes y las religiosas franciscanas no llegan.

Posteriormente, se llevó a cabo una reunión en el Salón San Antonio de Padua para compartir con todos los representantes de la OFS. Se entregaron reconoci-



TOCUMEN. Entre ellos hay ministros de la comunión.

mientos a los seglares panameños de las distintas fraternidades.

Fueron distinguidos hermanos con más años dentro de la orden; los ministros locales; los que han sido ministros nacionales; la presidenta nacional de la Jufra; y la animadora nacional de la Jufra, por parte de la OFS, entre otros reconocimientos.

Ileana E. Vásquez de Buitrago, Ministra Nacional de la OFS de Panamá, los Franciscanos Seglares, exaltó el trabajo de los seglares dentro de la Orden. “Son laicos que, en la familia, en el trabajo diario y en la sociedad encarnan el mensaje evangélico, siguiendo el ejemplo de San Francisco de

Asís”, afirmó.

Reiteró ese compromiso de los hermanos y hermanas de la Primera, la Segunda y la Tercera Orden Regular de vivir el Evangelio, a la manera de San Francisco en el estado seglar, formando parte de la gran Familia Franciscana.

Algo de Historia

La Orden Franciscana Seglar (OFS), que tiene presencia en Panamá desde los primeros años de la vida República, la rige un Consejo Nacional que se elige cada tres años.

Este Consejo Nacional lo componen actualmente Ministra, Ileana E. Vásquez de Buitrago;



RECONOCIMIENTO. Se agradeció a todos los que siguen la misión.

Maestro Formador, Hno. Mario Torrazza; Ecónomo, Ramón Llorach; Secretaria, Diamantina Barragán; Primera Consejera y Animadora JUFRA, Ibeth Montoya, Segunda Consejera, Nuria Ávila de Sáenz.

La OFS en Panamá tiene seis fraternidades integradas por 75 hermanos:

Fraternidad San Luis Rey de Francia (Soná)

Fraternidad San Bernardino de Siena (David)

Fraternidad Santa Isabel de Hungría (Santiago)

Fraternidad Santa Clara de Asís (Bethania)

Fraternidad San Antonio de Pa-

dua (Miraflores)

Fraternidad Bernardo de Quintavalle (La Pintada)

Fraternidad de San Maximiliano Kolbe (Tocumen).

La Juventud Franciscana (JUFRA) forma parte también, desde 1984, por animación de Fray Celestino Canzio y es un valioso activo de la familia franciscana.

Entre sus obras destacan: adoración al Santísimo, Ministerio de la Eucaristía, Pastoral de Salud, visitas a enfermos en hospitales y hogares, visita a varones privados de libertad, visitas al centro femenino de rehabilitación, visitas y apoyo económico a instituciones benéficas.

• **TEMA 2.** DOMINGO II DE ADVIENTO/ PARTICIPACIÓN Y MISIÓN

Adviento: caminando juntos

ESTAMOS EN LA SEGUNDA SEMANA DE ADVIENTO. TIEMPO MUY ESPECIAL EN LA VIDA DE LA IGLESIA. CONTINUAMOS PREPARÁNDONOS PARA CELEBRAR LA NAVIDAD, EL MISTERIO DE LA ENCARNACIÓN, LA PRESENCIA DE DIOS EN NUESTRA VIDA.

REDACCIÓN
redaccion@panoramacatolico.com

Ambientación

La Iglesia nos pide especialmente que caminemos juntos, preparándonos para el Sínodo, encuentro o reunión que el Papa Francisco ha convocado para fortalecer en la Iglesia la fraternidad y la comunión. Que estas semanas nos unan, acreciente nuestra comunión, reavive en nosotros la conciencia de ser en la Iglesia compañeros de camino.

Reflexionemos

El nuevo sínodo de la Iglesia lleva por título: “Por una Iglesia Sinodal: comunión, participación y misión”. Estos tres sustantivos son los pilares sobre los que se sustenta la Iglesia sinodal. Si falla uno, la Iglesia no está respondiendo a lo que ella misma es en esencia, se derrumba.

La perspectiva del “caminar juntos”, además, es todavía más amplia, y abraza a toda la humanidad, con que compartimos «los gozos y las esperanzas, las tristezas y las angustias», (GS, n. 1).

Practicar la sinodalidad es hoy para la Iglesia el modo más evidente de ser «sacramento universal de salvación», (LG, n. 48), «signo e instrumento de la unión íntima con Dios y de la unidad de todo el género humano», (LG, n. 1).

No se trata sólo de la comunión eucarística, ni de la



SEMANAS. En familia hacemos la corona de adviento en familia.

comunión en la fe, sino la comunión en su totalidad. A causa de la situación de nuestra época, esta

tarea de la Iglesia resulta mucho más urgente, para que todos los hombres, unidos hoy día más estrechamente con diversas relaciones sociales, técnicas y culturales, alcancen también plenamente la unidad en Cristo», (LG. 1).

Toda esta unidad se manifiesta en un solo credo que confiesa un solo Dios que es

Padre, Hijo y Espíritu, una sola Iglesia, un solo bautismo, una sola esperanza; también

en una sola eucaristía, que es sacramento del amor del Padre, signo de unidad en Cristo.

Intercambiando ideas

Toda esta unidad se manifiesta en un solo credo que confiesa un solo Dios que es Padre, Hijo y Espíritu, una sola Iglesia, un solo bautismo, una sola esperanza; también en una sola eucaristía, que es sacramento del amor del Padre, signo de unidad en Cristo; la unidad de muchos granos de trigo formando un solo pan y de muchas uvas formando un solo vino; la unidad de los miembros

del cuerpo entre sí con la Cabeza, y signo de la caridad, el amor que siempre une, enlaza, crea concordia. Por lo mismo, el sínodo tiene que ser expresión de comunión y fundamentar esta comunión, que se expresa en el credo, se celebra en los sacramentos, particularmente en la Eucaristía, y en la vida diaria, en el testimonio de la iglesia en toda la faz de la tierra.

Compromiso

- **Que nuestras parroquias** y comunidades cristianas den claro testimonio de comunión y estén siempre abiertas a los marginados.
- **Que los jóvenes** se sientan miembros vivos de la Iglesia, y se comprometan generosamente a hacer un mundo más fraterno y más humano.
- **Que todos los bautizados** vivamos siempre en comunión, caminando juntos como hermanos para la renovación de la Iglesia.

Escuchamos la Palabra de Dios

“En el pontificado de Anás y Caifás fue dirigida la palabra de Dios a Juan, hijo de Zacarías, en el desierto. Y se fue por toda la región del Jordán proclamando un bautismo de conversión para perdón de los pecados, como está escrito en el libro de los oráculos del profeta Isaías: Voz del que clama en el desierto: Preparad el camino del Señor, enderezad sus sendas; todo barranco será rellenado, todo monte y colina será rebajado, lo tortuoso se hará recto y las asperezas serán caminos llanos. Y todos verán la salvación de Dios”, Palabra del Señor.

Todos los bautizados estamos llamados a vivir siempre en comunión.

PAREJA OCUPARSE DEL MATRIMONIO SIGNIFICA QUE EL OBJETIVO SUPREMO ES LA FAMILIA.

Confía en que Dios ayudará a que tu matrimonio sea exitoso

CADA CÓNYUGE DEBE ESTAR DISPUESTO A OCUPARSE DE SU MATRIMONIO COMO EL MEJOR TRABAJO DE SUS VIDAS, Y NO DESERTAR CUANDO SURJAN LOS PROBLEMAS. ESO SIGNIFICA PERSISTENCIA, HUMILDAD Y CONSTANTE CONFIANZA EN DIOS.

CATHOLIC.NET
redaccion@panoramacatolico.com

La felicidad en el matrimonio es algo que debemos ganarnos. Es algo que debes trabajar por ti mismo, principalmente para olvidarte de ti mismo y servir a otros. El matrimonio implica el arte de las relaciones humanas, la psicología de los niños, la economía de una casa en funcionamiento, el mantenimiento de la salud, pero, sobre todo, el desarrollo de la vida espiritual y moral de la familia. Todo eso exige una amplia gama de talentos y ha-

.....
El matrimonio implica desarrollo de la vida espiritual y moral de la familia.
.....

bilidades. Ningún matrimonio es exitoso a menos que lo hagas exitoso, y eso requiere persistencia, esfuerzo y aun más, una humilde y constante confianza en Dios.

Ocuparse del matrimonio significa que el objetivo supremo de su lucha y esfuerzo es la familia. Ustedes trabajaron duro y ahorraron con el fin de poder casarse y tener una casa propia. Una vez casados, trabajaron y



ESPOSOS. El matrimonio requiere entrega total de cada uno.

ahorraron para poder llevar con éxito una familia. Tus propósitos en el matrimonio deben ser: traer hijos de Dios al mundo y criarlos apropiadamente, ser uno en cuerpo y alma con tu cónyuge y construir un hogar feliz. Ustedes se deben ayudar el uno al otro y a sus hijos en cualquier forma posible, en especial para poder llegar al cielo, que es la meta final y el destino eterno de todos nosotros.

Cada cónyuge debe estar dispuesto a ocuparse de su matrimonio como el mejor trabajo de sus vidas, y no desertar cuando surjan los problemas. Cuando se casaron, cada uno de ustedes asumió la responsabilidad de una parte del trabajo necesario para la formación de un hogar. Ambos asumen la tarea de alentarse y ayudarse mutuamente, en la medida de lo posible, en las tareas específicas diseñadas para cada uno.

Responsabilidad compartida



JUNTOS. Atender la crianza de los hijos.

A parte de ganarse la vida con su trabajo, el esposo está obligado a ayudar a su esposa con sus tareas de cualquier forma que pueda. Fallar o negarse a hacer esto, es no solo egoísta, sino también injusto. El esposo puede tener un trabajo extra para ayudar económicamente a su familia, o hacer estudios adicionales para ser apto para un mejor trabajo; pero él debe hacer estas cosas sin dejar a un lado a su esposa e hijos.

También está el esposo que adopta el principio de que, además de ser fiel a su esposa, la única

otra contribución que debe hacer para el mantenimiento del hogar y la crianza de los hijos, es el dinero. Egoístamente piensa que corresponde a su esposa mantener la casa ordenada, hacer la comida, lavar la ropa y cuidar, corregir y educar a los niños, es decir, cree que ella debe hacer sola todo el trabajo necesario para mantener el hogar y criar a los niños.

La irresponsabilidad es la tercera causa de divorcio. Padres así de irresponsables, encuentran una manera de excusarse, en lugar de participar del intercambio activo de las tareas de la casa.

Ollas y Sartenes

Muffins caseros de coco con banana y nueces

RACIONES: 4
TIEMPO: 40 MIN.
DIFICULTAD: FÁCIL



Ingredientes:

- 175 gr de harina
- 125 gr de azúcar
- 200 gr de mantequilla
- 3 huevos grandes
- 10 gr de levadura en polvo
- 1 banana o plátano grande
- 75 gr de nueces molidas
- 25 gr de coco rallado
- 50 gr de miel

Preparación

Mezclar y batir con batidora de varillas los huevos y el azúcar hasta conseguir una crema espesa.

Unir y trabajar la mantequilla blanda a temperatura ambiente junto con la harina.

A continuación añadir la banana o plátano machacado con un tenedor, y la miel, remover todo.

Agregar ahora el coco rallado y las nueces picadas muy menudas, mezclar bien.

Por último, añadir la mitad de la mezcla de los huevos y remover. Incorporar el resto de los huevos y mezclar para integrar todo.

Echar en un molde untado con mantequilla y enharinado.

Hornear a 170°C por 15-20 minutos.

• **ALERTA.** UNOS 600 MIL PANAMEÑOS PODRÍAN TENER ESTE DESORDEN METABÓLICO Y DESCONOCERLO.

Diabetes, enfermedad donde la disciplina en los cuidados es muy fundamental

LA GLICEMIA DESPUÉS DE UN AYUNO DE 8 HORAS, ES UNA DE LAS PRUEBAS QUE PERMITE DESCUBRIR SI TIENE DIABETES.

IVETTE DE LEÓN
redaccion@panoramacatolico.com

La diabetes es una enfermedad crónica que incapacita al organismo a utilizar los alimentos adecuadamente.

“Es un desorden metabólico en donde la glucosa esta descontrolada en el cuerpo”, reveló enfermera del área de endocrinología, Edy Domínguez del Complejo Hospitalario “Dr. Arnulfo Arias Madrid” (CHDr.AAM).

Es importante conocer las complicaciones que esta enfermedad que produce daños irreversibles en los riñones, corazón, problemas circulatorios que pueden provocar la muerte, además de amputaciones de extremidades y hasta la ceguera.

Unos 600 mil panameños podrían sufrir de diabetes y desconocerlo. Es necesario que la población se realice exámenes generales, por lo menos una vez al año para conocer su estado de salud, recomendó la licenciada Domínguez.

El sedentarismo y la ingesta de alimentos ricos en grasas, dulces, sodas y comi-



SEGUIMIENTO. Es importante realizarse exámenes periódicamente.

da chatarra que pueden ocasionar la diabetes.

Esta enfermedad se controla y se puede prevenir. Recuerde realizar ejercicios y mantener una dieta balanceada para evi-

El aumento del azúcar se asocia a complicaciones como la pérdida de la visión.

tar ser víctima de la diabetes, señaló finalmente la enfermera de endocrinología.

Los valores aceptables de la azúcar en la sangre oscilan entre 80 -105 mg/dl. Cuando el páncreas no

Síntomas

- Entre las señales están las llamadas cuatro P: la emisión excesiva de orina (poliuria); hambre excesiva (polifagia); mucha sed (polidipsia) y pérdida de peso sin razón aparente.
- En las Clínicas de la Diabetes se brinda, entre otras cosas: cuidados, evaluación periférica y vascular de los pies y se educa sobre la importancia del control glicémico.
- Además, en estas clínicas se explica al paciente, a través de docencias, sobre los beneficios de la actividad física regular, así como de realizarse el automonitoreo.

segrega suficiente insulina, se reduce la habilidad del cuerpo para transformar los alimentos en energía.

Algunos de los síntomas más frecuentes que podrán dar indicios de padecer exceso de azúcar en la sangre son: demasiada sed, orina con frecuencia, piel seca, hambre, visión borrosa, sueño, náusea; entre otras.

Condiciones de Riesgo



IMPORTANTE. Comer sano.

ÁNGEL RANGEL. La Dra. Katherine Friedrich, coordinadora provincial del Programa de Salud de Adultos y Clínicas de Diabetes, en Panamá Oeste, explicó que entre las condiciones de riesgo para que una persona padezca de diabetes están: antecedentes familiares, malos hábitos alimenticios, sedentarismo, obesidad/sobrepeso, consumo de alcohol.

En las damas indicó que aquellas que se diagnosticaron con diabetes gestacional previa o cuyo hijo pese más de 4 Kg (8lb) al nacer, también tienen una importante

tendencia a desarrollar esta enfermedad.

En cuanto a grupos étnicos señaló que a etnias negra e hispana presentan mayor prevalencia.

La Diabetes Mellitus es una enfermedad que no se cura, pero puede llevar una vida plena si mantiene un control periódico de la salud, junto al médico de cabecera.

La Dra. Friedrich recomendó a las personas que viven con esta enfermedad a que formen parte de alguna de las Clínicas de Diabetes con la que cuenta la CSS, donde se ofrecerán indicaciones para evitar las

complicaciones de esta enfermedad crónica, y un seguimiento personalizado.

Para obtener un estilo de vida saludable se sugiere efectuar al menos 30 minutos cada día de actividad física, lo que equivale a 150 minutos a la semana, complementada con una dieta balanceada, que sea rica en verduras y frutas.

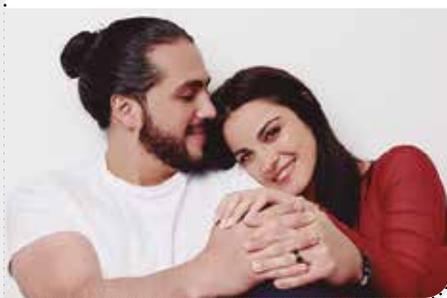
Es recomendable que no tenga hábitos como fumar, ya que el cigarrillo es una combinación letal, pues predispone al organismo en un estado inflamatorio que no favorece la recuperación.

Novios

Sobre la fidelidad

Una característica del noviazgo es la posibilidad de cambio, la opción a rectificar una elección no acertada, por el procedimiento de romper las relaciones, aunque a veces ese sistema no sea sencillo ni llevadero. Tampoco se me escapa que el simple hecho de enunciar la palabra noviazgo, implica actualmente una toma de posición bien concreta, precisamente porque hay quien se resiste incluso a dar status propio al noviazgo mismo.

Pero esta es precisamente otra razón para aclarar este punto bien a fondo.



Giros

Carol Sullivan

Recibió el bautismo a los 99 años, ella vivía en una residencia de ancianos en la ciudad de Minnetonka en el estado de Minesota, Estados Unidos. Allí conoció a Carla Labore encargada de las personas mayores de la parroquia Nuestra Señora del Lago quien le apoyó en su preparación rumbo a recibir el bautismo, la primera comunión y la confirmación.

Carol se había casado el 2 de agosto de 1937, pero curiosamente nunca se había bautizado. Carla le propuso recibir el sacramento a los 100 años, pero Carol se negó, ella quería que fuera antes y así fue se bautizó e hizo la primera comunión días antes.



• **JOVEN.** BUSCA NUEVAS METAS, HOBBIES, INTERESES... ¡NO TENGAS MIEDO DE EXPLORAR!

¿Cómo puedo aprovechar el tiempo libre?

APROVECHA CADA INSTANTE. ASÍ QUE PON EN PRÁCTICA TU CAPACIDAD DE PLANIFICACIÓN Y APUNTA TODAS AQUELLAS COSAS QUE TE INTERESAN HACER.

REDACCIÓN
redaccion@panoramacatolico.com

R. Si eres de los que tiene la sensación de que no aprovechas tu tiempo libre y te gustaría cambiarlo, seguro que te sirven estas ideas claves que intentan responder a la cuestión de: ¿Cómo aprovechar mejor mi tiempo libre? Puedes tomártelas como pautas a seguir paso a paso.

El primer consejo es este: has una lista con los planes, las actividades o las ideas que tengas en mente que quieras hacer.

Así que pon en práctica tu capacidad de planificación y apunta todas aquellas cosas que te interesan hacer.

Lo importante es que desarrolles una lista de ideas (tipo lluvia de ideas), que poco a poco la vayas filtrando por intereses reales, y que finalmente puedas disponer de ella para empezar a poner en práctica tus planes.

Organízate. Hazte un horario con las horas que tienes libres durante el día o la

semana. De esta forma, podrás visualizar de forma más clara cuánto tiempo libre real tienes y cómo lo puedes distribuir con cada actividad que te interesa, con el objetivo de aprovechar el tiempo al máximo.

Busca nuevos metas, hobbies, intereses... ¡No tengas miedo de explorar! Además, es muy probable que a raíz de buscar nuevas cosas que te puedan gustar. Aprende a tocar un instrumento. Ya sea guitarra, batería, saxofón. Desconéctate un momento.

También será importante que destines otros momentos para decir adiós a la tecnología y puedas conectar contigo mismo.

Saca tu lado emprendedor. Invierte tiempo a esa idea de negocio que tienes y nunca habías podido trabajar por falta de tiempo o miles excusas más.

Por último, y por eso no menos importante, dedica tiempo a eso que te haga crecer espiritual y profesionalmente. Haz todo aquello que te haga sentir bien contigo mismo.

Dedica tiempo a eso que te haga crecer espiritual y profesionalmente.



Pastoral Juvenil - Arquidiócesis de Panamá

Vicaría Santa Eduvigis



¿No estoy yo aquí que soy tu madre?

Este mes da motivo a celebrar fechas muy significativas, no solo para nosotros como cristianos, sino como parte de un mundo en necesidad de ternura y comprensión. Con motivo de la conmemoración y celebración de los amores más grandes que existen, tenemos en cuenta la pronta natividad de Jesús y el día de las Madres. Ambas son fechas que se caracterizan por el amor y cariño que les rodea, ya que nos recuerda el apreciar a las personas que tenemos alrededor, en especial a nuestras madres, no solo por el hecho de un vínculo familiar, sino por el compromiso que aceptan todas las madres del mundo, al aceptar una vida para darle todo su tiempo y entrega.

Uno de los instintos más naturales que existe es el miedo, y con razón, pues nos ayuda a protegernos de situaciones difíciles o que nos sacan de nuestra zona de confort. Así como un recién llegado al mundo, tenemos

Las madres son aquellas guardianas dispuestas a enfrentarse a nuestros males, para garantizar nuestro éxito.

miedo porque no podemos valernos de nosotros mismos para alimento o resguardo, pero es nuestra madre quien nos toma en sus brazos para hacernos sentir seguros y a salvo, y pronuncia las palabras que nos traen

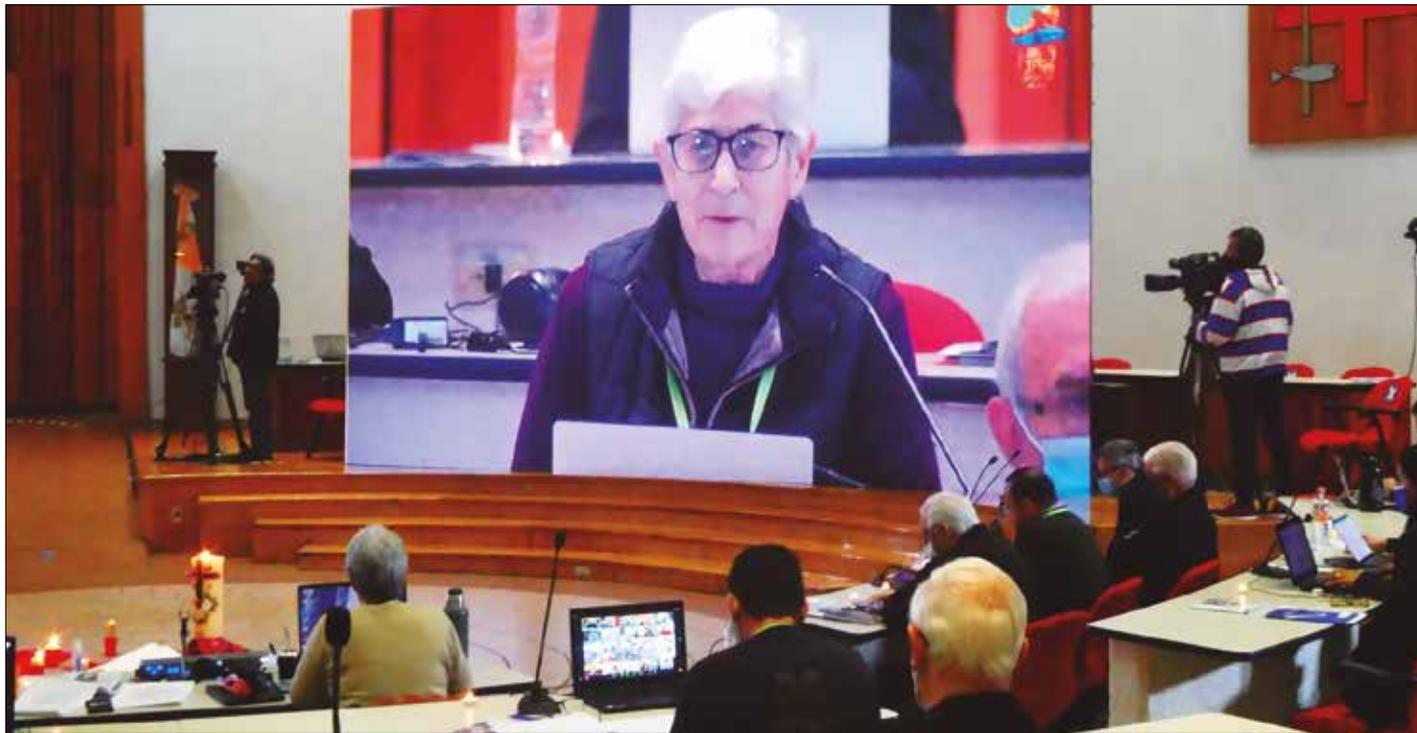
seguridad y la confianza para seguir adelante.

Un ejemplo, de estas palabras, es aquellas que pronunció Nuestra Señora de Guadalupe a San Juan Diego, en la colina de Tepeyac: "No temas, ¿no estoy yo aquí que soy tu Madre?", para recordarle que, aunque la tristeza y la angustia nos abrumen, o el miedo de perder la salud, el dinero y la felicidad estén rondando la esquina, no debemos dejar de caminar, pues nuestra Madre nos acompaña.

Así como la Señora de Guadalupe nos pide no tener miedo al caminar, no olvidemos que también nuestras madres son aquellas guardianas dispuestas a enfrentarse a nuestros males, para garantizar nuestro éxito y triunfo a donde sea que vayamos.

• **RECORRIDO.** ENCUENTROS POSASAMBLEA A NIVEL REGIONAL Y EN CADA PAÍS.

Asamblea Eclesial: proceso que todavía no termina



CAMINO. Reforma de la Iglesia.

EL COORDINADOR DEL CENTRO DE REDES Y ACCIÓN PASTORAL DEL CELAM, HACE UN BALANCE DE LA ASAMBLEA ECLESIAL: “UNA CONTRIBUCIÓN DIRECTA AL CAMINO DEL SÍNODO SOBRE LA SINODALIDAD”.

VATICAN NEWS
redaccion@panoramacatolico.com

“Una navegación que no se detiene, que avanza, que continúa, que, en medio de aguas muy movidas, porque estamos viviendo tiempos de cambio, produce verdaderos avances, produce posibilidades inéditas, y, sobre todo, habilita para que muchos y muchas que han estado permanentemente excluidos o no escuchados, tengan cabida, tengan espacio para participar de una manera más real, más genuina en los procesos de transformación de la Iglesia”. Así define Mauricio López su experiencia personal en la Asamblea Eclesial de América Latina y el Caribe.

El coordinador del Centro de Redes y Acción Pastoral del Consejo Episcopal Latino-

La Asamblea ha asegurado una metodología de discernimiento.

americano (Celam), parte de la premisa de que es algo “que todavía no termina”. Mirar hacia atrás también es importante, reconoce, pues ayuda a ver el avance en la participación de grupos excluidos y temas ignorados en experiencias anteriores. Son innegables e indudables los cambios estructurales con respecto a Aparecida, dijo López, quien afirmó, sigue “viviendo esto como parte de un gran Kairós”, que se vislumbra en la escucha transformadora.

Para López, la Asamblea ha asegurado una metodología de discernimiento que implica ir optando, perfilando, encontrando los puntos de mayor fuerza y consenso, algo inédito”, fruto del trabajo de los grupos de discernimiento que han ido perfilando el proyecto pastoral de la Iglesia en América Latina y el Caribe.

Desafíos

• Camino sinodal



ASAMBLEA. Un proceso que continua.

La Asamblea ha sido una fase y los encuentros posasamblea a nivel regional y en cada país, espera que sea oportunidad para que “cada una de las instancias participantes pueda procesar, seguir discerniendo, adaptar, identificar cuáles son aquellas llamadas prioritarias que necesitan ser respondidas, de manera más urgente, en sus realidades particulares”.

• Contribución de la Asamblea

Para el coordinador del Centro de Redes y Acción Pastoral del Celam, el peligro es ver la sinodalidad como una amenaza o como una moda ideológica. Por eso, ve la contribución de esta Asamblea como “absolutamente determinante para los caminos de reforma irreversible del Papa Francisco, que trayendo la vida del Concilio Vaticano II está planteando”.

• Sínodo de la Sinodalidad



IMPENSCINDIBLE. Todos juntos.

Estamos ante algo que ha generado una estructura, un proceso. Todo ello en vista del Sínodo sobre la Sinodalidad, donde según Mauricio, “nuestra contribución latinoamericana, será imprescindible en esta reforma eclesial, a la luz de proyecto del Reino, en el proceso de evangelización, y siguiendo los signos de los tiempos, para construir un mundo de más justicia e igualdad al modo de Nuestro Señor Jesús”.

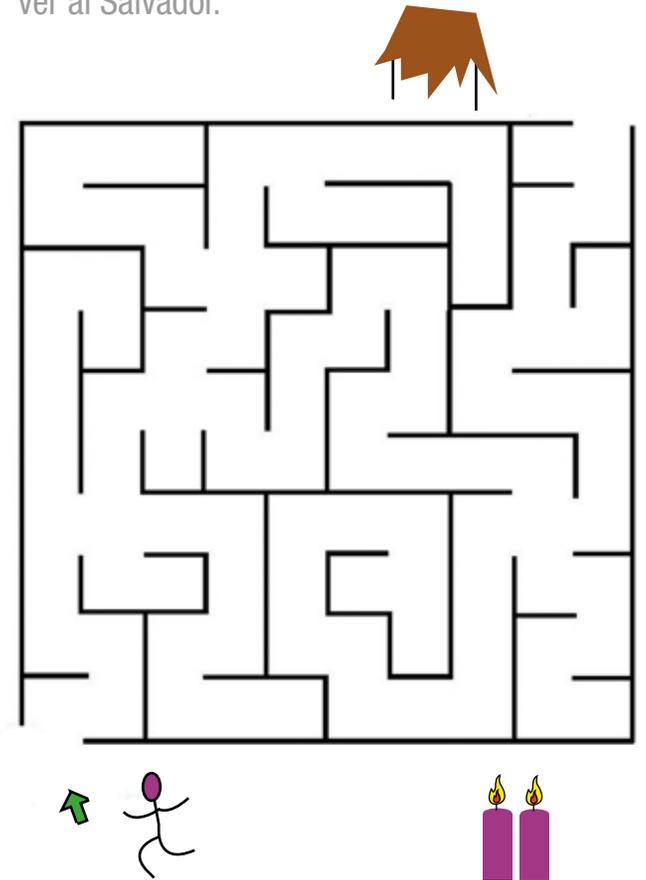
Diviértete coloreando



La Palabra nos invita a preparar el camino del Señor, para su venida.

LABERINTO

Mantengamos una constante preparación para ver al Salvador.



DIFERENCIAS

Concéntrate y busca las seis diferencias entre los dos dibujos.





PANAMÁ, DOMINGO 05 DE DICIEMBRE DE 2021 • WWW.PANORAMACATOLICO.COM

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

Tiempo para cambiar y en actitud de espera



DISPOSICIÓN. Alabemos y entonemos cantos de esperanza.

REDACCIÓN
redaccion@panoramacatolico.com

En estos tiempos de rapidez, compras, música ruidosa y embriaguez, aún en medio de la pandemia, el Señor nos pide que hagamos todo lo contrario a lo que hacen las masas. Nos pide que hagamos alto, que nos detengamos en la carrera; que no gastemos dinero en cosas inútiles o triviales, sino en el hermano que necesita; nos invita a que alabemos y entonemos cantos de esperanza y nos mantengamos firmes y despiertos, alertas, pero sin miedo ni ansiedad, sino con esperanza.

Son estas las actitudes del cristiano en estos tiempos, cuando se confunde la Navidad con derroche y rumba. Se nos está pidiendo a los cristianos – hoy más que nunca – que seamos ejemplo para otros, pero no un ejemplo que suene a regaño y sermón, sino a acompañamiento

y misericordia.

En este tiempo de Adviento se nos pide que seamos profetas. Un o una profeta está en contacto con la gente, es decir, está encarnado y enraizado en su ambiente, pero más que nada se abre para que Dios se conecte con su persona, es decir, también es místico. En esa doble dimensión profética se lucha por la justicia, y de abrir las puertas de nuestro corazón para que entren quienes necesitan un abrazo.

Adviento es tiempo de esperanza. Y esperar es ser capaz de cambiar, y ser capaz de soñar con la Utopía, y de provocarla,

aun en aquellas situaciones en las que parece imposible.

En esta semana, la tarea sugerida es ser diferentes a como hemos sido en años anteriores, más preocupados por las cosas, inclusive las cosas de Dios.

**Que las ocupaciones
cotidianas sean
obstáculo para que
Cristo gobierne
nuestras vidas.**

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

- **06 dic.** San Nicolás, Obispo
- **07 dic.** San Ambrosio
- **08 dic.** Inmaculada Concepción de María
- **09 dic.** San Pedro Fourier
- **10 dic.** Beato Marco Antonio Durando
- **11 dic.** San Dámaso I, Papa

San Juan Diego 09 Dic.



Juan Diego perteneció a la más numerosa y baja clase del Imperio Azteca; según el Nican Mopohua, era un "macehualli", o "pobre indio". Hablándole a Nuestra Señora él se describe como "un hombreillo" o un don nadie, y atribuye a esto su falta de credibilidad ante el Obispo.

Se dedicó a trabajar la tierra y fabricar matas las que luego vendía, contrajo matrimonio con una nativa sin llegar a tener hijos.

Opción por Jesucristo Juan Diego antes de su conversión era un hombre muy devoto y religioso.

Sta. Maravillas de Jesús 11 Dic.



María de las Maravillas de Jesús nació en Madrid el 4 de noviembre de 1891. Desde su infancia deseó consagrarse a Dios y dedicó su juventud a ayudar a los necesitados. Atraída por la espiritualidad de Santa Teresa de Jesús y de San Juan de la Cruz, y movida por su amor a la Virgen María, ingresó en el Carmelo de El Escorial el 12 de octubre de 1919. En 1924 fundó un monasterio de Carmelitas Descalzas en El Cerro de los Ángeles, junto al monumento del Corazón de Jesús, como lugar de oración y de inmolación por la Iglesia y por España.