

**Sinodalidad** | Por 65 años, el voluntariado ha ayudado al Hospital del Niño. **PÁG. 6**

# Panorama Católico

[www.panoramacatolico.com](http://www.panoramacatolico.com)

## La artritis es una enfermedad con rostro de mujer

**SALUD** | Aunque puede afectar a niños y adultos, es una dolencia autoinmune que tiene más incidencia en las mujeres. Puede provocar que otros órganos se vean afectados.

**PÁGS. 16-17**

Síguenos:

@pacatolico



## San Carlos celebra a su santo patrono



**San Carlos Borromeo, patrono del distrito del mismo nombre,** hizo de la humildad su lema de vida. Las almas se conquistan de rodillas, orando, decía. Hoy el pueblo camina con él, en unidad y comunión.

**PÁG. 18**

## No importa la distancia si hay diálogo

**Una relación matrimonial a distancia** puede funcionar, y no tiene por qué fracasar, si la pareja establece acuerdos antes de que uno de ellos salga de viaje por razones de trabajo o de negocios.

**PÁG. 19**



# Historia y templo honran a Colón

*En Colón se consolidó la separación de Panamá de Colombia y, desde aquel momento, es un pueblo de luchas históricas que hoy se empena también en restaurar su Catedral.*

**PÁGS. 8-9**

## Concluye primera fase del Sínodo



**El documento aprobado** por la primera Asamblea, que vuelve ahora a las Iglesias particulares, es la base para la siguiente fase del Sínodo que culminará en asamblea a realizarse en Roma, en octubre de 2024.

**PÁGS. 4-5**

## Jóvenes son protagonistas del cambio

**El arzobispo de Panamá,** monseñor José Domingo Ulloa Mendieta, rescató de toda la situación que vive el país, la presencia de miles de jóvenes que dejaron su zona de confort para hacer público su planteamiento contra la minería.

**PÁG. 10**

## LA VOZ DEL PASTOR

MONSEÑOR JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA

Arzobispo Metropolitano



# Pensar en el proyecto país

*“Varias líneas de acción debieran marcar nuestro futuro en la tarea común de edificar nuestra Patria”.*

**Tres miradas se conjugan para pensar el «proyecto país»**

a partir de un pacto ciudadano que nos haga trabajar por un mismo cuerpo: la mirada al pasado, al presente y al futuro.

## La mirada al pasado:

El recuerdo del pasado tiene que estar marcado por la sabiduría que nos permite reconocer errores, aprender de lo que pasó y forjar el futuro próximo. Esta memoria fecunda es la que humaniza. Hemos de mirar el pasado para renunciar a la venganza y optar por la verdad y la justicia. La venganza crea un espiral de violencia imposible de detener. Una vez madura la verdad y la justicia, un paso difícil pero no imposible: ofrecer la reconciliación, sobre todo los que somos creyentes, pues creemos en un Dios que entregó a su

propio Hijo para reconciliarnos con él. Los obispos afirmamos que sólo así «podremos caminar como una sociedad reconciliada, que no niega las diferencias entre nosotros, pero las integra sobre un proyecto compartido sobre la base de la verdad, la justicia, el perdón y la fraternidad».

Que de lo que hemos aprendido en el pasado brote un potente «nunca más», nunca más personas muertas por opciones políticas y enfrentamientos fratricidas. Pero hay que evitar por todos los medios lo que nos puede llevar a esto, y conducir la vida social y sobre todo política del país hacia estilos no confrontacionales, sino de diálogo, no poniendo nuestras ideas por sobre las personas y sus necesidades, sino buscando el bien común de este cuerpo nuestro llama-

do «patria» respetando siempre el Estado de derecho y por parte de todos los actores sociales y políticos.

## La mirada al presente:

Me parece que requerimos pasar de una política centrada en los partidos a una política centrada en la «pólis» o la ciudad, significado original de «política» en griego. No es lo mismo trabajar para que gane un partido a trabajar para que gane la ciudad, entendida como conjunto de hombres y mujeres que buscamos vivir en sociedad, en base al respecto y el bienestar integral de todos. La unidad de la actividad política pasa necesariamente por el bien común de la «pólis». Tenemos que aprender de la historia. Es una buena maestra. Una «democracia» o gobierno del pueblo construida sobre el acuerdo de las mayorías. Pero se requieren

algunas condiciones básicas. Dos de ellas son, por un lado, una información relevante, oportuna y generalizada sobre lo que hay que decidir y, por otro, unos mínimos comunes que no se puedan trasgredir, porque pertenecen al «ser persona» independiente de colores políticos, raciales o religiosos.

Y es propio del ser persona poner la verdad por sobre la mentira; la justicia por sobre la displicencia y el olvido; el bien por sobre el mal; la transparencia por sobre la corrupción; y siempre poner a las otras personas por sobre las cosas por importantes que parezcan.

Tarea presente e impostergable de la democracia es crear las condiciones para la igualdad de oportunidades para todos, de modo que el destino personal y familiar no dependa de si tuve suerte o no, sino más bien si me esforcé, fui responsable y respeté el bien común. Que nadie que se esmera por crecer se quede al margen porque le cerraron las puertas que sí otros las tienen abiertas simplemente porque cuentan con más recursos. La gran tarea de la democracia hoy es democratizar las oportunidades.

## La mirada al futuro:

El futuro es nuestro y, además, es nuestro futuro. Por esto nos preguntamos: ¿y nosotros qué?

Varias líneas de acción debieran marcar nuestro futuro en la tarea común de edificar nuestra Patria. Panamá es una misión por cumplir. Imprescindible es recuperar una antropología centrada en la persona en cuanto tal, sin olvidar su dimensión material y espiritual y su bienestar íntegro. Comprometerse a «habitar» las personas y su mundo más que habitar los organismos gubernamentales y políticos, sean del color que sean. Nos debemos a las personas no a las ideologías, sean de derecha o de izquierda. Un diálogo amplio y sostenido, partiendo de la convicción que nadie es dueño de la verdad sobre el destino de Panamá en cuanto estado, gobierno y patria. Por eso «es imprescindible cuidar el diálogo y el acuerdo social y político como base para la construcción de un proyecto común de país, evitando imposiciones ideológicas y posturas extremas... que no es el mero consenso superficial y negociador, sino la búsqueda conjunta del bien común, respetando la verdad de la dignidad humana». Educar en de-

rechos y deberes para ser «sociedad», es decir, «socios» que dependemos unos de otros y que somos parte de un Cuerpo que busca el bienestar de todos sus miembros. ¿No habrá que pensar el Panamá que queremos desde la educación cívica y social?

## Conclusión

Y finalmente lo que más requerimos hoy es crear un «alma» común que no sólo nos permita mirar en una sola dirección y percibir las necesidades reales de la gente, sino sobre todo que nos llene el alma de alegría y de esperanza y nos permita descubrir que el otro no es un enemigo, sino un socio que pertenece a un mismo Cuerpo llamado Panamá y que como yo, se empeña en sacar adelante esta patria nuestra. Un gran Cardenal Chileno, Silva Henríquez, afirmaba con plena convicción: la Patria «es fundamentalmente alma, alma colectiva, alma de un pueblo, consenso y comunión de espíritus». Y para esto contamos con Dios. De aquí la necesidad de que todos aquellos que practicamos la fe en Cristo, de la denominación que seamos, pongamos nuestra certeza al servicio del Cuerpo llamado país y, entre estos, de los más desposeídos.



## ORACIÓN POR LA PATRIA



**Dios, Padre de los  
pueblos,  
que dispones todo con  
admirable  
Providencia, recibe  
bondadoso las  
oraciones que te  
dirigimos  
por nuestra Patria.**

**R/. PADRE NUESTRO, DESDE  
ESTA TIERRA ISTMEÑA,  
ESCUCHA NUESTRA ORACIÓN.**

-Que tu Nombre sea reconocido y  
amado en Panamá, ya que Tú quieres  
que todos se salven.

**R/. PADRE NUESTRO, DESDE  
ESTA TIERRA ISTMEÑA,  
ESCUCHA NUESTRA ORACIÓN.**

-Venga tu Reino, que es de Paz, de  
Amor, de Justicia. Que se haga Tu  
Voluntad; que construyamos la  
civilización del amor. Donde los que  
mandan busquen el bien común;  
donde se supere el odio y el rencor,  
por la generosidad que comparte los  
bienes que Tú nos has dado-.

**R/. PADRE NUESTRO, DESDE  
ESTA TIERRA ISTMEÑA,  
ESCUCHA  
NUESTRA ORACIÓN.**

- Danos el pan de cada día: que lo  
podamos comer en casa propia y en  
salud digna de seres humanos.  
Que la seguridad de Tu Providencia,  
llegue a los marginados de la  
abundancia.

**R/. PADRE NUESTRO, DESDE ESTA  
TIERRA ISTMEÑA, ESCUCHA  
NUESTRA ORACIÓN.**

- Te pedimos. Señor, que no nos dejes  
caer en la tentación de destruir  
la vida: que no profanemos la dignidad  
del hombre ni de la mujer.  
Concédenos que no haya entre  
nosotros niños abandonados ni  
ancianos sin cariño.

**R/. PADRE NUESTRO, DESDE ESTA  
TIERRA ISTMEÑA, ESCUCHA  
NUESTRA ORACIÓN.**

- Líbranos del mal. Del pecado que nos  
separa de Ti. De todo lo que rebaja la  
condición humana. Del egoísmo que  
nos hace insensibles ante el dolor  
ajeno. De la soberbia que endurece el  
corazón y hace imposible la hermandad.

**R/. PADRE NUESTRO, DESDE ESTA  
TIERRA ISTMEÑA, ESCUCHA  
NUESTRA ORACIÓN.**

SEÑOR ESPERAMOS QUE  
ESCUCHES NUESTRA ORACIÓN  
PORQUE CREEMOS QUE TU NOS  
AMAS. Amén.

**SANTA MARÍA LA ANTIGUA,  
RUEGA POR NOSOTROS.**

ASAMBLEA. RECOGE LOS PRINCIPALES ELEMENTOS QUE SURGIERON DEL DIÁLOGO, LA ORACIÓN Y DISCUSIÓN.

# Concluye sínodo: cuatro semanas de diálogo sobre futuro de la Iglesia

Con el canto del *Te Deum* y la presentación del documento final, la I Asamblea del Sínodo de la sinodalidad concluyó el pasado sábado 28 de octubre. Una Asamblea en la que han participado 464 representantes de los cinco continentes, 365 con derecho de voto.

## AGENCIAS

redaccion@panoramacatolico.com

**L**a I Asamblea del Sínodo de los Obispos, “por una Iglesia Sinodal: comunión, participación y misión” culminó el sábado 28 de octubre de 2023.

La realidad es que, a pesar de las “confrontaciones” y opiniones aparentemente irreconciliables con las que se inició el sínodo, el documento aprobado salió adelante sin apenas problemas, superando los dos tercios de los votos. Este material pasará ahora a las Iglesias locales para su profundización, pero también a los teólogos y estudiosos.

El sínodo, en palabras del secretario general, el cardenal Mario Grech, “es una experiencia que no concluye hoy, pero seguirá”, porque es una Iglesia que “está buscando espacios para todos, para que nadie se sienta excluido”.

**El documento final**

El Informe de Síntesis al término de la XVI Asamblea General del Sínodo sobre la Sinodalidad, recoge “los principales elementos que surgieron del diálogo, la oración y



Al final se invita a adoptar la tarea de la escucha en todos los procesos de la vida eclesial.

la discusión que caracterizaron estos días”. Es el punto final de una fase y el inicio de otra que concluirá el año que viene.

**Los pobres, en el centro**

“La opción preferencial por los pobres está implícita en la fe cristológica”, destaca el documento. Una pobreza que no tiene una sola cara sino numerosos rostros: migrantes y refugiados; pueblos indígenas, quienes sufren violencia y abuso, especialmente las mujeres, personas con adicciones víctimas de racismo, explotación y trata son los bebés en el útero y sus



El documento pasará ahora a las Iglesias locales.

madres”. Ante ellos, destacan desde el sínodo el “compromiso de la Iglesia debe llegar a las causas de la pobreza y la exclusión” y hace una llamada al “deber de comprometerse a participar activamente en la construcción del bien común y en la defensa de la dignidad de la vida, inspirándose en la doctrina social de la Iglesia y actuando de diferentes formas”.

**Las iglesias orientales**

La actualidad de las Iglesias orientales católicas, sus problemas y la relación con las iglesias de otros ritos, especialmente latino, ha sido uno de los puntos en los que han trabajado en esta Asamblea. Entre ellos, “la importante migración de fieles del Oriente católico hacia territorios de mayoría latina plantea importantes cuestiones pastorales. Si el flujo actual continúa o aumenta, puede haber más miembros de las Iglesias católicas orientales en la diáspora que en los territorios canónicos. Por diversas razones, el establecimiento de jerarquías orientales en los países de inmigración no es suficiente para resolver el problema, pero es necesario que las Iglesias

“LA OPCIÓN PREFERENCIAL POR LOS POBRES” ESTÁ IMPLÍCITA EN LA FE CRISTOLÓGICA, DESTACA EL DOCUMENTO FINAL DEL SÍNODO.

locales de rito latino, en nombre de la sinodalidad, ayuden a los fieles orientales que han emigrado a preservar su identidad y cultivar su herencia específica, sin sufrir procesos de asimilación”.

El documento señala, también, la “petición de constituir con el Santo Padre un Consejo de Patriarcas y Arzobispos Mayores de las Iglesias católicas orientales”.

**Laicos y familia, primera Iglesia**

También forma parte del documento, una llamada a la misión de todo bautizado en la Iglesia y, en



## El documento, que vuelve ahora a las Iglesias particulares, es la base para la siguiente fase del sínodo que culminará en la asamblea que tendrá lugar en Roma, en octubre de 2024.

MARIANNE COLMENÁREZ

especial, el papel de la familia como “la columna vertebral de toda comunidad cristiana. Los primeros misioneros son los padres, abuelos y todos aquellos que viven y comparten su fe en la familia. La familia, como comunidad de vida y de amor, es un lugar privilegiado de educación en la fe y en la práctica cristiana, que requiere un acompañamiento particular dentro de las comunidades”.

El papel principal de los laicos en la misión de la Iglesia parece estar, al menos en teoría, perfectamente clarificado: “Los fieles laicos están cada vez más presentes y activos también en el servicio dentro de las comunidades cristianas”, subraya el documento que alude a que “los carismas de los laicos, en su variedad, son dones del Espíritu Santo a la Iglesia que deben ser manifestados, reconocidos y valorados plenamente”.

### Iglesia ministerial

Entre estas conclusiones emerge además una percepción de “la necesidad de una mayor creatividad a la hora de establecer ministerios basados en las necesidades de las iglesias locales” sin esconder los malentendidos que “Iglesia ministerial” pueda causar. En este sentido, se enmarca la reflexión del papel de la mujer en la Iglesia. Las propias mujeres presentes en la Asamblea han destacado el deseo de “evitar repetir el error de hablar de las mujeres



Última sesión de la I Asamblea del Sínodo.

como un tema o un problema”. En este ámbito, las discusiones sobre la ordenación femenina han vuelto a estar sobre la mesa sin conclusiones: el documento llama a continuar un estudio teológico y pastoral sobre esta cuestión.

### Carisma y jerarquía

“La dimensión carismática de la Iglesia tiene una manifestación particular en la vida consagrada, con la riqueza y variedad de sus formas”. Señala el documento, que pone en valor su “conversación en el Espíritu o formas similares de discernimiento en la realización de los Capítulos provinciales y generales, para renovar estructuras, repensar

estilos de vida, activar nuevas formas de servicio y cercanía a los más pobres”, pero alude a la persistencia de estilos autoritarios que socavan el diálogo fraternal.

El documento centra la labor de la “vida consagrada, las asociaciones laicales, los movimientos eclesiales y las nuevas comunidades” al servicio de las Iglesias locales.

### Clericalismo y celibato

Uno de los temas estrella, no sólo del sínodo, sino del pontificado de Francisco, ha sido su continua alusión al clericalismo en la Iglesia. En este punto, señala el documento, “un obstáculo para el ministerio y la misión es el clericalismo.

Surge de la incompreensión de la vocación divina, que lleva a concebirla más como un privilegio que como un servicio, y se manifiesta en un estilo de poder mundano que se niega a rendir cuentas”.

Todos aprecian su valor lleno de profecía y testimonio de conformidad con Cristo; algunos se preguntan si su conveniencia teológica con el ministerio presbiteral debe necesariamente traducirse en una obligación disciplinaria en la Iglesia latina, especialmente donde los contextos eclesiales y culturales lo hacen más difícil”. Un tema que seguirá, como desde hace decenios, dentro de la reflexión de la Iglesia.

### Obispos y sinodalidad

El documento final alude al papel del obispo como “principal responsable del anuncio del Evangelio y de la liturgia”. El obispo, destaca el resumen, “está llamado a ser ejemplo de sinodalidad”. No olvidan que “muchos Obispos se quejan de una sobrecarga de compromisos administrativos y jurídicos, que dificulta el pleno cumplimiento de su misión. Incluso el obispo tiene que afrontar su propia fragilidad y sus límites y no siempre encuentra apoyo humano y espiritual”. En este punto, el documento propone la activación de “estructuras y procesos de verificación periódica de la labor del Obispo, hacer obligatorio

LOS PRIMEROS MISIONEROS SON LOS PADRES, LOS ABUELOS Y TODOS AQUELLOS QUE VIVEN Y COMPARTEN SU FE EN LA FAMILIA, DESTACA EL DOCUMENTO.

el Consejo Episcopal” y unir, a las ternas de posibles obispos los pareceres “del Nuncio Apostólico con la participación de la Conferencia Episcopal. También es necesario ampliar la consulta al Pueblo de Dios, escuchando a un mayor número de laicos y consagradas y cuidando de evitar presiones inadecuadas”.

La última parte del documento se centra en el establecimiento de una verdadera cultura de la sinodalidad en la Iglesia: “Necesitamos superar la mentalidad de delegación que se encuentra en muchas áreas de la atención pastoral. Una formación sinodal tiene como objetivo permitir al Pueblo de Dios vivir plenamente su vocación bautismal, en la familia, en el ámbito laboral, en el ámbito eclesial, social e intelectual, y hacer a cada uno capaz de participar activamente en la misión del Iglesia según los propios carismas y la propia vocación”.



SU ACTIVIDAD ANUAL DE RECAUDACIÓN DE FONDOS SE REALIZARÁ EN FECHAS PRÓXIMAS.

# Empatía, amor y esperanza, son antídotos para los niños

KARLA DÍAZ

kdiaz@panoramacatolico.com

**C**armen Calderón recuerda cómo a la edad de 6 años tuvo una lesión cerebral, y a pesar de recurrir a varios lugares no fue posible que alguien encontrara su la causa. Fue en el Hospital del Niño en donde identificaron su problema. Recibió el tratamiento, pero también el afecto y la compañía de las voluntarias, por lo que a los doce años se prometió que algún día retribuiría esa ayuda y salvación, ayudando a otros niños que lo necesitan.

Hoy es parte de un grupo de 50 mujeres que recorren cada día los pasillos del Hospital del Niño para apoyar la labor de médicos, enfermeras y personal técnico, en el cuidado de la salud de los pacientes. Incluso más que eso, ellas dan su tiempo, cariño y su ser, su parte humana, a los niños y sus familiares.

## Son 65 años de servicio

Desde 1958, al poco tiempo de inaugurarse el Hospital del Niño, la Dra. Gago, que laboraba en ese centro hospitalario, vio la necesidad de contar con personal de apoyo para brindar una mejor atención a los niños hospitalizados, y fue así que se organizó el Cuerpo de Voluntarias del Hospital del Niño, que desde esa fecha ha venido dando servicios

*La satisfacción de recibir una gran sonrisa y un “gracias” lleno de nobleza, mueve el corazón de este grupo de mujeres voluntarias que se entregan en los pasillos de un hospital.*



CORTESÍA

*El apoyo a las mamás es parte fundamental en la labor que realizan estas mujeres.*

## EMPATÍA Y AMOR



**Carmen Calderón**  
VOLUNTARIA

*Decidió regresar el mismo amor y la compañía que recibió cuando estuvo hospitalizada hace años.*

de AMOR-AYUDA-CONSUELO a los pacientes y sus familiares.

Geneva Montiel, Presidente del Cuerpo de Damas Voluntarias 2021-2024, señala que la esencia de este voluntariado es brindar amor a los pacientes, a tra-



**Carmen Troitiño**  
VOLUNTARIA

*Ser voluntaria me llena. Ver a los niños, cuidarlos, conversar con sus mamás, siempre tienen un espacio en mi corazón.*

vés de sus programas de Acompañamiento Hospitalario (#niunniñosolo), con el cual brindan tiempo y cariño a los pacientes que no cuentan con la compañía de un familiar.

Realizan además talleres lúdicos (#jugarparasanar)



**Lutz de Ramírez**  
VOLUNTARIA

*Es bonito saber que nuestra labor impacta a niños, dándoles la oportunidad y esperanza de un gran futuro.*

en las salas de hospitalización, teniendo en cuenta la edad y condiciones de los pacientes. Estos talleres tienen una doble finalidad, lúdica y educativa.

También la celebración de cumpleaños (#cumple-sano) y la Biblioteca Hos-

pitalaria (#elcarritodelasletras).

“A través del consuelo, nos enfocamos en el apoyo a las mamás. Sabemos que la carga emocional y situación de vulnerabilidad es un obstáculo para cuidar a sus hijos”, señala la Montiel.

Destaca, además, que a través de los programas que desarrollan brindan 200 desayunos diarios (#cafeconamor), reparten kits de aseo, y lo más importante, acompañan su recorrido dentro del hospital desde la escucha amorosa a pacientes y familiares.

## Una labor que traspasa las paredes del hospital

Las voluntarias llevan adelante el programa Ayuda, con el cual aportan equipos al Hospital del Niño para garantizar la mejor atención, diagnósticos más precisos y los mejores tratamientos. Además, entregan medicamentos a los pacientes que reciben el alta médica para asegurar que cumplan con el tratamiento completo y evitar recaídas.

“También ayudamos con los traslados de pacientes que regresan a áreas de difícil acceso e inclusive hacemos el esfuerzo conjunto de acondicionar las casas de niños con enfermedades crónicas que ne-

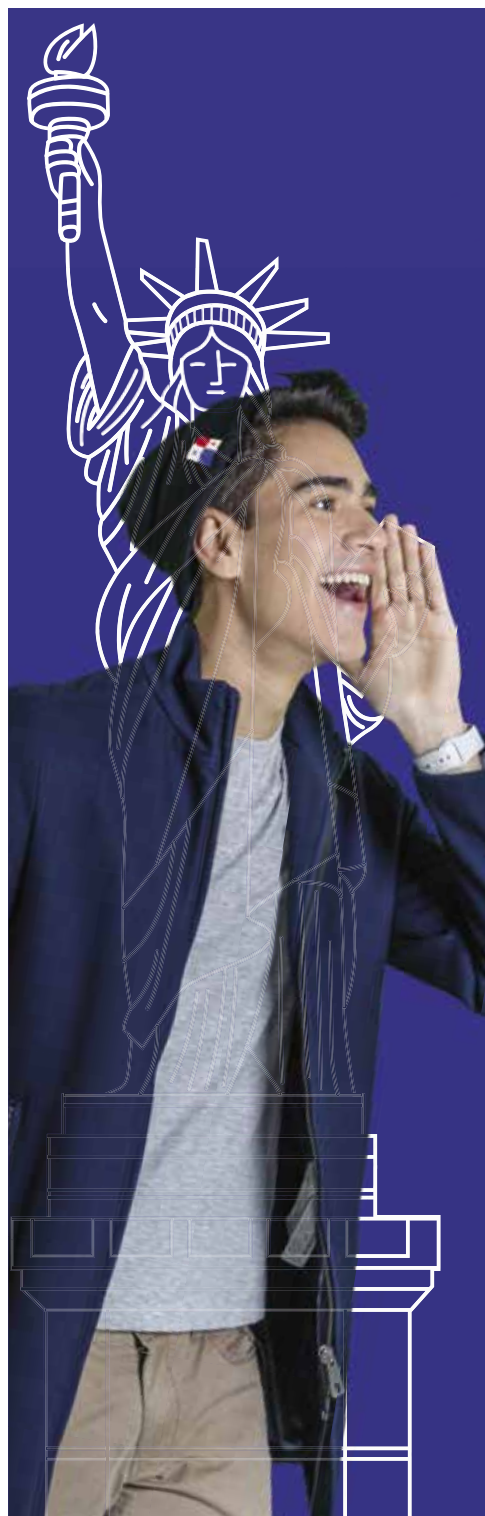
TAMBIÉN  
RECIBEN  
ÚTILES DE  
ASEO, PA-  
ÑALES DES-  
ECHABLES,  
LIBROS DE  
COLOREAR Y  
CRAYONES.

cesitan hacer adecuaciones para volver a su hogar.

## ¿Por qué apoyarlas?

Nada de esto es posible sin la ayuda de la empresa privada, la sociedad civil y sobre todo sin el trabajo desinteresado de nuestras voluntarias, asegura Geneva. “Esta ONG trabaja desde el altruismo sin contar actualmente con personal contratado y prácticamente sin gastos administrativos que son cubiertos en su totalidad por la cuota anual que aporta cada voluntaria. De esta forma podemos garantizar que cada centavo de donación impacte directamente en la salud de un niño y/o sus familiares”, recalca

Sesenta y cinco años de trabajo honesto, transparente e incansable por la salud materno- infantil de Panamá lo avalan. Destaca, también, que están muy esperanzadas con la construcción del nuevo Hospital del Niño, que beneficiará de gran manera a la población infantil, ya que contará con un número importante de consultorios para brindar las especialidades, y salas de operaciones. “Una deuda histórica que esperamos, desde hace años, que se haga realidad”.



**VOTA  
DESDE  
DONDE  
ESTÉS**

**#VotaPanamá**

Si vives en el extranjero,  
inscríbete para  
poder votar el  
5 de mayo de 2024\*

**ASEGURA  
TU VOTO.**

**ENTRA A:**  
**tribunalcontigo.com**



**Fecha límite de inscripción:**  
**15 de diciembre de 2023.**

\*Voto aplica para presidente. Válido para personas contempladas en el art. 12 del CE. La inscripción es a través de [tribunalcontigo.com](https://tribunalcontigo.com); para mayor información, contáctanos en la central telefónica 504-6076/6077.

#VOTAPANAMÁ  
ELECCIÓN GENERAL  
**2024**  
5 DE MAYO

tepanama

**Tribunal  
Electoral**  
La patria la hacemos contigo

**RESPONSABILIDAD.** SE LES INSTRUYÓ SOBRE EL REGISTRO DEL ESCRUTINIO DE VOTOS.

## Instructores reciben capacitación del TE

*Estos instructores deberán transmitir los conocimientos adquiridos a 30 mil miembros de las corporaciones electorales.*

TRIBUNAL ELECTORAL



El magistrado Eduardo Valdés Escoffery es el director del PLAGEL.

**TRIBUNAL ELECTORAL**  
[redaccion@panoramacatolico.com](mailto:redaccion@panoramacatolico.com)

**U**nos 342 candidatos a instructores electorales fueron capacitados en el manejo operativo de los manuales de mesa de votación, para la Elección General del 5 de mayo de 2024.

Estos instructores se convertirán en agentes multiplicadores de conocimiento para los más de 30,000 miembros de las corporaciones electorales, en los que la ciudadanía deposita su confianza en el futuro de la democracia panameña.

“El país depende de ustedes y tienen una gran responsabilidad. La eficacia del sufragio del 5 de mayo, en gran parte, va a depender del gran trabajo

**LOS VOTANTES PANAMEÑOS  
DEPOSITAN SU CONFIANZA  
EN CADA MIEMBRO DE ESTAS  
CORPORACIONES.**

de ustedes”, reiteró el magistrado primer vicepresidente y director del Plan General de Elecciones (PLAGEL), Eduardo Valdés Escoffery.

Durante el seminario-taller, organizado por la Comisión de Capacitación del PLAGEL, fueron abordados temas como el cumplimiento operativo, técnico y normativo del funcionamiento de la mesa de votación, con énfasis en la forma correcta de vocear los votos. Asimismo, se les capacitó sobre el registro del escrutinio de los

votos, el llenado correcto del acta, la elaboración del TER (Transmisión Extraoficial de Resultados) y distribución de las actas a las juntas de escrutinio, según cargo de elección.

En el encuentro también participaron el director nacional de Organización Electoral y coordinador del PLAGEL, Osman Valdés; el presidente del Cuerpo de Delegados Electorales, Fausto Fernández; así como responsables y corresponsables de las comisiones del PLAGEL.



**HISTÓRICO.** EL CONSEJO MUNICIPAL DE COLÓN RESOLVIÓ UNÁNIMEMENTE ADHERIRSE: “AL ACTO DE SEPARACIÓN”.

# En Colón se reafirma la gesta de separación de Panamá de Colombia

*El 5 de noviembre de 1903 se sella y se reafirma la histórica gesta de separación de Panamá de Colombia, mediante telegrama enviado a Panamá por Juan Antonio Henríquez, miembro de la Junta Revolucionaria de Colón. El telegrama decía: “solo ahora 7:30 p.m. puede decirse que la independencia de Panamá está asegurada”.*

REDACCIÓN  
redaccion@panoramacatolico.com

**E**l 3 de noviembre, Panamá proclamó su separación de Colombia. Ese mismo día, los barcos colombianos “Cartagena” y “Alexander Bixio”, y el estadounidense “Nashville”, arribaban a la Bahía de Colón.

Un contingente de 500 soldados colombianos (al mando de los generales Ramón Amaya y Juan Tovar) pretendían trasladarse en tren hacia la ciudad de Panamá para evitar el éxito de la gesta de separación. Pero, solo Tovar y Amaya lo hicieron. No obstante, fueron hechos prisioneros por el general Esteban Huertas, quien fue convencido para ponerse del lado separatistas.

El batallón colombiano conocido como ‘Tiradores’ quedó al mando del coronel Eliseo Torres, quien reclamaba la libertad de los altos militares apresados en ciudad de Panamá. Había dado un ultimátum de dos horas para la liberación de los generales Tovar y Amaya, amenazando con asaltar el tren de Colón para trasladar las tropas a la ciudad capital e incendiar la ciudad colonense.

Imposibilitado para ac-



La separación de Panamá de Colombia concluyó en Colón.

tuar, fue convencido por la Junta Revolucionaria de Colón para que abandonara junto a sus tropas el suelo istmeño, propósito que se cumplió el 5 de noviembre.

En los hechos ocurridos en Colón, durante estos primeros días de noviembre, destacan los patriotas colonenses, liderados por Porfirio Meléndez y a la determinación de su hija Aminta Meléndez de tan solo 17 años.

Tampoco debemos olvidar la templanza de Elea-



En nuestra historia destacan los patriotas colonenses.

zar Guerrero, Orondaste Martínez, Carlos Clemente y Juan Antonio Henríquez, quienes realizaron esfuerzos para disuadir al coronel Torres de retirarse a Colombia.

Junto con el barco de guerra ‘Nashville’ mostraba la presencia militar estadounidense, y la retirada del cañonero ‘Cartagena’, el coronel Torres fue aislado y con la presión de los independentistas colonenses, se logró que este militar accediera a retirarse con su tropa, solicitando la suma de ocho mil dólares, que se consiguió con un préstamo que hizo la Compañía del Ferrocarril.

## Decisión unánime

Como un acto de buena fe y con el interés de que se desistiera de la independencia, en ocasión de la Segunda Conferencia entre colombianos y panameños, celebrada en Colón, devolvieron tres mil dólares no gastados.

Ya de noche, con la retirada del vapor Orinoco, con los oficiales y soldados colombianos, rumbo a Cartagena. Antes, Juan Antonio Henríquez envió un telegrama a la Junta Provisional de Gobierno, que decía: ‘Solo ahora, 7:30 p.m., puede decirse

EN LOS HECHOS OCURRIDOS EN COLÓN DURANTE LOS PRIMEROS DÍAS DE NOVIEMBRE, DESTACAN: ELEAZAR GUERRERO, ORONDASTE MARTÍNEZ, CARLOS CLEMENTE Y JUAN ANTONIO HENRÍQUEZ.

está asegurada la independencia de Panamá”.

En sesión del 5 de noviembre de 1903, el Consejo Municipal de Colón, resolvió, unánimemente, adherirse: “al acto de separación de los pueblos del Istmo, de la República de Colombia para fundar un Estado independiente, bajo la nominación de República de Panamá”.

## Sucesos después del 5 de noviembre

El episodio de nuestra separación no culminó el 5 de noviembre. El día 6 de noviembre, en presencia de todas las autoridades panameñas, cónsules de diversos países, varios oficiales estadounidenses, principales comerciantes y el pueblo colonense, se izó la bandera panameña en el Palacio de la Prefectura de la Provincia de Colón.



**FONDOS.** SE REALIZARÁ UNA RIFA PARA SOLVENTAR LOS ESTUDIOS Y PLANOS QUE SERÁN PRESENTADOS A MICULTURA.

# Catedral de Colón: joya arquitectónica que necesita ayuda para ser restaurada

*Es considerada una de las joyas artísticas de Panamá, aun cuando se sabe que es la imitación de un estilo cuya fuerza y vivacidad se remontan a más de nueve siglos.*

ELIZABETH MUÑOZ DELAO  
redaccion@panoramacatolico.com

**E**l imponente templo de estilo neogótico que hoy es la Catedral Inmaculada Concepción de Colón, necesita una restauración urgente. De sus torres gemelas, de 27.43 metros de alto, y desde donde se escucha el sonido de sus campanas, se desprende el cemento que recubre los hierros que las sostienen. Ya el vetusto edificio, donde se congrega la feligresía católica y que es la iglesia madre de Colón-Kuna Yala, requiere de la ayuda de todos.

## Algo de historia

Según un recuento histórico, una de las obras monumentales de monseñor Juan José Maiztegui fue convertir la vieja iglesia de la Inmaculada Concepción en la nueva Catedral, que, además era la sede del vicariato de Darién, Colón y el Archipiélago de Las Perlas.

Los primeros estudios para reconstruirla se hicieron en 1921, por parte del arquitecto municipal Octavio Jaén. Los diseños se presentaron en 1927 y se aprobó un presupuesto de 110 mil balboas. La



CORTESÍA

Los arcos son góticos, con robustas ondulaciones.

primera piedra fue colocada el 1 de septiembre de 1929.

Ya para el 9 de junio de 1962, se convirtió en Catedral de la Prelatura de Colón, Darién y Kuna Yala, hoy Diócesis de Colón – Kuna Yala.

Al edificio se le ha dado mantenimiento y ha habido dos intentos de restaurar las estructuras, pero no ha sido posible, informó el padre Carlos Rodríguez, quien tiene un año de labor como párroco en la

Catedral. Esa tarea ya no puede postergarse más.

## Camino de la restauración

El último año se invitó a la firma Young Torquemada Arquitectos, que ya tiene experiencia en estos menesteres, para los estudios de restauración.

La idea es presentar el estudio y planos al Ministerio de Cultura.

Mientras tanto, se ha pedido permiso para limpiar los canales pluviales debido a que la humedad y el



De las torres gemelas se desprende el cemento.



Los canales pluviales del techo están llenos de escombros.

daño en la estructura ha provocado que les caigan escombros. Asimismo, los hierros de las torres han explotado y los pedazos de cemento se han desprendido, por lo que es necesario colocar mallas de protección para los transeúntes y a quienes asisten a la eucaristía.

Se ha suspendido el conocido y esperado toque de sus campanas debido

a que la vibración provoca más daños a las torres, explicó el párroco.

La diócesis ha organizado una rifa para el 19 de noviembre, con el apoyo de los colegios y las parroquias en general, a fin de recaudar fondos para ayudar a solventar los estudios y los planos para la restauración. Los premios consisten en un crucero por el Caribe, un bono de

LAS TORRES GEMELAS, ADORNADAS POR TODOS SUS LADOS, TIENEN TERMINACIONES QUE IMITAN LAS AGUJAS DE LAS GRANDES CATEDRALES GÓTICAS.

mil balboas en supermercados y un fin de semana para dos adultos y un niño en el Decameron. El costo de los boletos es de 10 balboas y se pueden adquirir en las parroquias de la diócesis o en las librerías católicas.

“Esto es un trabajo de todas las parroquias para ayudar a la Iglesia madre de Colón, la Inmaculada Concepción, que es patrona de Colón-Kuna Yala”, expresó el sacerdote. “Hay bellezas y riquezas que no se deben dejar perder, como la Catedral, que es de corte neogótico”, manifestó.

Es un punto que atrae a visitantes, que disfrutan de su belleza y majestad.

MONSEÑOR ULLOA ASEGURA QUE EL ACTUAL MOMENTO DE CRISIS ES UNA OPORTUNIDAD.

# Jóvenes hablan alto y claro, dando la cara por un Panamá sin minería

*“El cambio de nuestra sociedad viene a través de ustedes; con su ejemplo, sin violencia, sin destruir; si no, con ese derecho de poder manifestarse alzando la voz”, le dijo el arzobispo de Panamá a los chicos y chicas del país.*

## REDACCIÓN

redaccion@panoramacatolico.com

**P**anamá se lanzó a la calle. Puede sonar a hipérbole, pero ciudadanos más, o ciudadanos menos, es una realidad que casi todo el país salió a manifestarse durante las protestas en contra del contrato minero.

Algunos lo hicieron convencidos de los argumentos presentados, defendiendo la idea de que la nación estaba siendo vendida, pisoteada, mientras otros se mostraban preocupados por los riesgos ambientales de la minería a cielo abierto.

Y, sí, algunos pocos se lanzaron a la calle, pero con antifaces y violencia para atacar inocentes, destruir propiedades y hacer daño generalizado.

## Sin máscaras

El aspecto que el arzobispo de Panamá, monseñor José Domingo Ulloa Mendieta, rescató de toda la situación fue la presencia de miles de jóvenes que dejaron su zona de confort para hacer público su planteamiento contra la mina.

Una de las muchas pancartas que se blandieron durante estos días, hacía alusión a esa presencia juvenil en las calles porque



En esta crisis, que es una oportunidad para el cambio, los jóvenes son protagonistas.



La Iglesia aplaude las manifestaciones, pero condena los actos vandálicos que tanto daño le han hecho al país.

decía: **“Aquí está la generación de cristal”**, en clara alusión a esos jóvenes que se quejan por todo, todo los ofende, y poco aportan a la sociedad.

Era una forma de desmentir el mote, y dar la cara. El Arzobispo aplaudió su presencia y les dijo: “Ustedes queridos jóvenes son el presente, el cambio de



Llamado para hacer las cosas bien y cambiar todo.

nuestro país y de la Iglesia”. Monseñor Ulloa añadió: “Que vuestras manifestaciones sean ese ejemplo que nos han dado, sin taparse la cara, sin violencia,

## CORTESÍA

sin destruir, sino ejerciendo ese derecho a poder manifestarse y alzar vuestra voz (...) ustedes son esperanza y el cambio llega a través de ustedes”.

“Parece que es un peso grande que le ponemos a ustedes, pero hay que aceptar que la responsabilidad de este nuevo Panamá solo puede venir de cada uno de ustedes, queridos jóvenes”, concluyó diciendo el arzobispo metropolitano, José Domingo Ulloa Mendieta.

AQUÍ ESTÁ EL CENTRO DE LA CUESTIÓN, AMAR A DIOS A QUIEN NO VEMOS, A TRAVÉS DEL HERMANO A QUIEN VEMOS.



Jóvenes panameños protestan en el extranjero contra la mina.



Los jóvenes representan esperanza y un presente mejor.



**Panorama  
Católico**  
www.panoramacatolico.com

*AGRADECEMOS tu confianza y fidelidad*  
**Con tu apoyo económico**  
*seguiremos*  
*informando, formando y*  
*evangelizando por un*  
*mundo mejor*



**282-6500 ext. 201**



**secretaria@panoramacatolico.com**  
**@pacatolico**

**BANCO GENERAL**  
**Cuenta Corriente**  
**Iglesia Católica Panorama Católico**  
**#03-01-01-001660-7**

**BIEN COMÚN.** EL CATECISMO DE LA IGLESIA CATÓLICA HABLA DE LA NECESIDAD DE QUE LOS GOBERNANTES SE DEBAN AL PUEBLO.

# La Iglesia enseña la obediencia a la autoridad, siempre que haya respeto

*Toda comunidad humana necesita una autoridad para mantenerse y desarrollarse, dice el C.I.C., pero advierte que la autoridad se ejerce de manera legítima si se aplica a la prosecución del bien común de la sociedad. Para alcanzarlo debe emplear medios moralmente aceptables, y siempre que esté de acuerdo con el Plan de Dios.*

## REDACCIÓN

redaccion@panoramacatolico.com

**El Catecismo de la Iglesia Católica (C.I.C.) entiende que la vida humana se realiza de manera plena en la comunidad y no cuando se intenta vivir de manera aislada.**

Por eso el documento, que es un compendio de las enseñanzas que han imperado desde los Apóstoles, hasta los más recientes pensadores y doctores eclesiales, enseña lo siguiente: “No viváis aislados, cerrados en vosotros mismos, como si estuviérais ya justificados, sino reuníos para buscar juntos lo que constituye el interés común” (*Epístola Pseudo Barnabae, 4, 10*).

## La Autoridad

El C.I.C. es tajante al reconocer que toda comunidad humana requiere de una autoridad que vele por el bien de todos.

En el numeral **1897**, el texto cita una frase de la encíclica Paz en la Tierra, del papa San Juan XXIII y reza así: “Una sociedad bien ordenada y fecunda requiere gobernantes, investidos de legítima autoridad, que defiendan las instituciones y consagren, en la medida suficiente, su actividad y



ARCHIVO

Obispos panameños han invitado a la participación ciudadana y a la construcción del Reino.

sus desvelos al provecho común del país”.

En el párrafo segundo del mismo numeral, el Catecismo explica que “Se llama “autoridad” a la cualidad en virtud de la cual personas o instituciones dan leyes y órdenes a los hombres y esperan la correspondiente obediencia”.

Ahora bien, el mismo documento explica que dicha autoridad no es absoluta. En el numeral 1901 se señala que “Si bien la autoridad responde a un orden fijado por Dios, “la determinación del régimen y la designación de los gobernantes



El bien común es la meta comunitaria de la política.

han de dejarse a la libre voluntad de los ciudadanos”, afirmación que se sostiene en el documento del Concilio Vaticano II **Gaudium et Spes**, número 74,3.

## ¿Obediencia ciega?

En el numeral siguiente del C.I.C. (**1902**) se hace énfasis en que “La autoridad no saca de sí misma su legitimidad moral. No debe comportarse de manera despótica, sino actuar para el bien común como una fuerza moral, que se basa en la libertad y en la conciencia de la tarea y obligaciones que ha recibido”.

CORRESPONDE AL ESTADO DEFENDER Y PROMOVER EL BIEN COMÚN DE LA SOCIEDAD CIVIL. DESOÍR ESTO ES UNA FALTA MUY GRAVE.

## TRABAJAR POR EL BIEN COMÚN ES DEBER DE TODOS LOS CRISTIANOS

**La participación de todos en la promoción del bien común implica, como todo deber ético, una conversión, renovada sin cesar, de los miembros de la sociedad.**

El fraude y otros subterfugios mediante los cuales algunos escapan a la obligación de la ley y a las prescripciones del deber social deben ser firmemente condenados por incompatibles con las exigencias de la justicia.

**Corresponde a los que ejercen la autoridad reafirmar los valores que engendran confianza en los miembros del grupo y los estimulan a ponerse al servicio de sus semejantes. La participación comienza por la educación y la cultura.**

“Podemos pensar, con razón, que la suerte futura de la humanidad está en manos de aquellos que sean capaces de transmitir a las generaciones venideras razones para vivir y para esperar”.



**El bien común comprende “el conjunto de aquellas condiciones de la vida social que permiten a los grupos y a cada uno de sus miembros conseguir más plena y fácilmente su propia perfección”.**

ARCHIVO

### ¿Cualquier ley?

El Catecismo de la Iglesia Católica enseña que no toda ley debe obedecerse.

Su numeral **1902, párrafo 3** dice, citando a Santo Tomás de Aquino en su Suma Teológica (1-2, q. 93, a. 3 ad 2): “La legislación humana sólo posee carácter de ley cuando se conforma a la justa razón; lo cual significa que su obligatoriedad procede de la ley eterna. En la medida en que ella se apartase de la razón, sería preciso declararla injusta, pues no verificaría la noción de ley; sería más bien una forma de violencia”.

La conclusión de este apartado de la autoridad en el C.I.C. enseña que solo cuando las acciones gubernativas solo tienen valor cuando van encaminadas al bien común.

Usando palabras de San Juan Pablo II en la Carta Encíclica Centesimus Annus, el Catecismo enfatiza lo siguiente: “Es preferible que un poder esté equilibrado por otros poderes y otras esferas de competencia que lo mantengan en su justo límite. Es éste el principio del «Estado de derecho» en el cual es soberana la ley y no la voluntad arbitraria de los hombres”.

### Bien común

Todo el capítulo dedicado a la comunidad humana, en la que se habla de la autoridad y el ejercicio del poder, gira en torno a la noción de Bien Común.

Por bien común, es preciso entender “el conjunto de aquellas condiciones de la vida social que permiten a los grupos y a cada uno de sus miembros conseguir



La familia es la primera responsabilidad del cristiano, quien también se debe a la sociedad en la que está inserto.

más plena y fácilmente su propia perfección” (1906).

El bien común afecta a la vida de todos. Exige la prudencia por parte de cada uno, y **más aún por la de aquellos que ejercen la autoridad**, dice el C.I.C.

Según el Catecismo de la Iglesia, la exigencia por el Bien Común comporta tres elementos esenciales que son: **a)** respecto a la persona, **b)** bienestar social y desarrollo, y **c)** la paz.

### La persona

En nombre del bien común, las autoridades están obligadas a respetar los derechos fundamentales e inalienables de la persona humana. La sociedad debe permitir a cada uno de sus miembros realizar su vocación en libertad.

### Bienestar

El desarrollo es el resumen de todos los deberes



La juventud hizo vida estos postulados hace unas semanas.

sociales. La autoridad debe discernir de entre los diversos intereses particulares, cuál beneficia al bien común.

### Paz

Se trata de la estabilidad y la seguridad de un orden justo. Supone, por tanto, que la autoridad asegure, por medios honestos, la se-

guridad de la sociedad y la de sus miembros.

### La política

El Catecismo enseña que “Si toda comunidad humana posee un bien común que la configura en cuanto tal, la realización más completa de este bien común se verifica en la **comunidad política**. Corresponde



Los más vulnerables deben ser protegidos por todos.

al Estado defender y promover el bien común de la sociedad civil, de los ciudadanos y de las instituciones intermedias”.

### Participar

De acuerdo al C.I.C. “La participación es el compromiso voluntario y generoso de la persona en los intercambios sociales. Es nece-

sario que todos participen, cada uno según el lugar que ocupa y el papel que desempeña, en promover el bien común. Este deber es inherente a la dignidad de la persona humana” se dice en el número **1913**, con la advertencia de que el primer deber es con la propia familia y con el trabajo, y luego la comunidad.

POR EL BIEN COMÚN, CADA CUAL DEBE PREOCUPARSE POR SUSCITAR Y SOSTENER INSTITUCIONES QUE MEJOREN LAS CONDICIONES DE TODA LA VIDA HUMANA.

## DOMINGO XXXI DEL TIEMPO ORDINARIO

LITURGIA  
DE LA  
PALABRADIOS NOS  
HABLA HOY**Primera lectura:** Malaquías 1, 14-2, 2.8-10  
Se apartaron del camino y han hecho tropezar a muchos en la ley.**Salmo 130**

Guarda mi alma en la paz, junto a ti, Señor.

**Segunda Lectura:** 1 Tesalonicenses 2, 7-9.13  
Deseábamos entregarles no sólo el Evangelio de Dios, sino hasta nuestras propias personas.**Evangelio:** Mateo 23, 1-12  
No hacen lo que dicen.LECTURA DE  
LA SEMANA

## III Semana del Salterio

## LUNES 6

**Romanos 11, 30-36 | Salmo 68**  
**Lucas 14, 12-14**

Antes que descubras que ser generoso, primero puedes aprender a ver el bien que trae el ser generoso con los demás.

## MARTES 7

**Romanos 12, 5-16 | Salmo 130**  
**Lucas 14, 15-24**

Esta parábola nos ayuda a ver que muchos son llamados pero pocos los escogidos a esta gran cena en el cielo.

## MIÉRCOLES 8

**Romanos 13, 8-10 | Salmo 111**  
**Lucas 14, 25-33**

El evangelio habla del discipulado y presenta las condiciones para que alguien pueda ser discípulo o discípula de Jesús.

## JUEVES 9

**Ezequiel 47, 1-2.8-9.12 | 1Corintios 3, 9-11.16-17 | Salmo 45**  
**Juan 2, 13-22**

El tema del Templo y la ira del Señor son referentes e invitan a ser coherentes.

## VIERNES 10

**Romanos 15, 14-21 | Salmo 97**  
**Lucas 16, 1-8**

Jesús reconoce la presencia de espíritu del administrador y sabe encontrar una salida en una situación extrema.

## SÁBADO 11

**Romanos 16, 3-9.16.22-27 | Salmo 144**  
**Lucas 16, 9-15**

El Señor nos sigue llamando a una vida recta y a un seguimiento coherente.

Orar por los  
sacerdotes

Foto: CATHOPIC

## LA PALABRA DE AYER

**Ambientación litúrgica**

“Ahora les toca a ustedes sacerdotes” (Mt.1,14). Hemos pasado por un escrutinio mundial en torno a nuestra conducta, nuestro testimonio; y ante cada noticia aparecida en los medios nos correspondía con humildad reconocer nuestra pobreza, pedir perdón y corregir el mal causado. El sacerdote es un hombre, no se puede creer un ángel. Llamado de entre el pueblo, no porque sea santo, sino porque Dios lo ha invitado a la santidad. En tiempos bíblicos, el sumo sacerdote llevaba sobre su frente una diadema (especie de corona) con la inscripción: “Yahvé santo”. Si olvidamos la gracia inmensa del sacerdocio y la misión encomendada, corresponde a la comunidad ayudar a cada sacerdote en caridad a corregir su camino. La autoridad sacerdotal se gana irradiando la paternidad de Dios. Mostrar al pueblo que tiene un padre que no hace distinciones.

**Mensaje Bíblico**

En el entorno de Jesús hay grupos religiosos bien organizados, que se esfuerzan por interpretar las sagradas escrituras y enseñar a cumplir su mensaje. Escribas y fariseos son personas que después de estudiar el contenido de la Ley, piden a los demás estricto cumplimiento de sus interpretaciones, teniéndolas como únicamente válidas. Les han empezado a gustar los títulos: “maestro” “padre” “señor”; y el trato que la comunidad les da: “pase por aquí” “usted primero”. Les agrada esa relación reverencial que los hermanos les hacen, por considerarlos más cerca de Dios que el resto de los mortales. ¿Quieres sobresalir entre tus hermanos? ¿Siempre buscando ser el primero? Jesús explica cómo hacerlo: “hazte servidor de tus hermanos” “humíllate ante ellos”. Servir con humildad a cada hermano es la meta.

## HOY

En esta semana podríamos seguir orando por los sacerdotes, por el sacerdote de nuestra comunidad o que conocemos; por los que instruyen con sabiduría, por los que nos edifican con su palabra y su testimonio de vida. También hay que recordar en nuestra oración los sacerdotes cuya debilidad nos afecta, su trato indiferente que nos hiera, su apatía por el trabajo que hay que hacer y no se hace. El sacerdote es mi hermano, ejerce un servicio de guía, de pastor, pero sigue siendo mi hermano. Lo puedo buscar a cualquiera hora, puedo compartir con él mis alegrías, mis tristezas y también puedo y debo aprender a corregirlo. A veces las personas que se acercan al sacerdote pero no lo reconocen como hermano. Los sacerdotes agradecemos las correcciones que nuestros fieles nos hacen oportunamente.

**El incensario y la naveta.** El incienso es una resina que, cuando se quema, emite un olor agradable. Esta resina se toma de la savia de las plantas de la familia terebintáceas. La naveta es el complemento obligado del incensario. Consiste en una caja que contiene el incienso.

FLASH  
LITURGICO





**P. FERNANDO PASCUAL**  
redaccion@panoramacatolico.com

**DOS.** HAY UNA FIDELIDAD AUTÉNTICA, AL SERVICIO DEL BIEN, Y UNA CARICATURA DE LA FIDELIDAD.

# La fidelidad es un valor a descubrir en nuestra vida

*Se habla muchas veces del valor de la fidelidad. No siempre se comprende bien por qué es algo importante, por qué vale tanto en la vida.*

**Conviene recordar que**

**los valores** si pueden dividirse en dos grupos: unos son aquellos valores que son buscados y queridos por sí mismos, no por algo distinto de ellos. Son de este grupo, por ejemplo, la amistad, el amor, la alegría profunda y sincera, la eternidad. Otros valores, en cambio, sólo son medios o instrumentos de valores más importantes. En este segundo grupo se encuentran el dinero, la salud, la fuerza, muchas clases de trabajo, etcétera.

¿Dónde se coloca la fidelidad? ¿En qué grupo podemos situarla? La fidelidad no es un valor que se mire a sí misma, que se quiera porque sí, sin más: es un valor instrumental. Se es fiel a un amigo, a la esposa o esposo, a la empresa donde uno trabaja, a la patria, a la humanidad.

La fidelidad acompaña a muchos valores que definen al hombre en su núcleo central, para el bien o para el mal. Porque también hay personas que son “fieles” a su jefe criminal, al chantajista que pide negocios deshonestos, a la cita puntual para vender droga o para gastar el dinero de la familia en unas cuantas



*No se ama para ser fieles: se es fiel para amar más y mejor.*

**La fidelidad auténtica está en crisis**

**La verdadera fidelidad está en crisis porque quizá hemos dejado de vivir a fondo el amor.** Notamos el síntoma de una enfermedad profunda, que nos hiere un poco a todos, que nos carcome, debilita y empobrece. Parece que ser fieles es cosa de débiles. Ser constantes en los valores verdaderos es señal de fracaso y de falta de realismo.

cervezas de más. En estos casos, la “fidelidad” queda deformada, dramáticamente, hacia vicios y males que son capaces de dañar a los demás y de destruirnos, poco a poco, a nosotros mismos.

Así que existen dos fidelidades. O, mejor, una fidelidad auténtica, al servicio del bien, y una caricatura de la fidelidad, siempre

manchada por la mentira, la avaricia, el robo o el crimen.

Mientras unos siguen viviendo “felices” con sus trucos, sus engaños y sus placeres de ocasión; otros, los que son fieles, los que aman, dejan una huella que no nos puede dejar indiferentes. Seguir la es el deseo que nace en quienes quieren ser feli-

¿ES POSIBLE TRAER UN POCO DE CIELO A NUESTRA TIERRA HAMBRIENTA DE AMOR Y DE FIDELIDAD?

ces de verdad, en los que buscan amar en serio, con tal fuerza que no hay lugar para ser infieles.



**ARNULFO HERNÁNDEZ**  
redaccion@panoramacatolico.com

## Purgatorio, fuego purificador para obtener la salvación

**La palabra Purgatorio** no aparece en la Biblia, como tampoco aparecen las palabras: domingo, encarnación, trinidad, entre otras, pero son aceptadas por la mayoría de los cristianos.

San Pablo explica, que hay un cimiento principal, el cual es Jesucristo, sobre el cual cada cristiano, debe construir su vida de fe. Iremos construyendo nuestra vida cristiana, con actos muy valiosos, como el oro, aunque también haremos actos menos valiosos, como la plata, otros actos serán de menos valor hacia el prójimo, serán como piedras preciosas, pero lastimosamente, habrán actos de menor calidad: madera, paja o heno, serán actos con poco amor hacia el prójimo, dejando mucho que decir de nosotros ante nuestros semejantes.

Por eso San Pablo resalta la diferencia del valor que tienen nuestros actos, porque cuando llegue el momento de la muerte, esos actos se tomarán en cuenta para determinar la entrada directa al Reino de Dios, o si se debe pasar un tiempo determinado en el Purgatorio, limpiando el alma de toda mancha, para luego pasar a la nueva Jerusalén, ya que nada manchado puede entrar en ella, (Apc. 21, 27). El Apóstol, también explica que, en el Purgatorio, la obra será sometida al fuego y si resiste, será premiado el cristiano, y aunque la obra sea destruida por el fuego, el cristiano sufrirá los efectos del fuego, pero no se condenará, porque su es el proceso establecido, donde el fuego purificador de Dios nos limpia perfectamente de toda mancha espiritual, el alma ha sido purificada, y es entonces cuando adquiere la entrada al Reino de Dios.

EL PURGATORIO ES EL PROCESO DONDE EL FUEGO PURIFICADOR DE DIOS NOS LIMPIA TODA MANCHA ESPIRITUAL.



MARÍA PALACIOS

redaccion@panoramacatolico.com

SI HA SENTIDO ALGUNA VEZ RIGIDEZ AL LEVANTARSE, ESTE TEMA LE INTERESARÁ.

# Artritis, enfermedad que tiene rostro de mujer

*El omega 3 tiene propiedades antiinflamatorias, lo que puede ayudar a reducir los síntomas en condiciones inflamatorias como la artritis.*

EXISTEN TRATAMIENTOS EFECTIVOS PARA CONTROLAR EL DOLOR, LA INFLAMACIÓN, Y PARA RETRASAR EL PROCESO DE LA ENFERMEDAD.

ordene exámenes de hemograma, plaquetas, químicas, pruebas de función real y hepática y el factor reumatoide. Estas pruebas son realizadas en el CHDr. AAM", dijo Sevillano.

Entre los tratamientos para abordar este mal están: metotrexato y sulfasalazina, que son conocidos como tratamientos tradicionales y en caso de que el paciente no los asimile, se les puede tratar con medicamentos biológicos.

**Usted quizás tenga dudas de si sufre o no de artritis, entre los sín-**



CORTESÍA CSS

*En las fases más avanzadas, pueden aparecer las deformaciones esqueléticas.*



*Es importante mantenerse siempre activo, con rutinas como el baile.*

**tomas más comunes se encuentra:**

- Dolor
- Rigidez
- Hinchazón
- Enrojecimiento
- Disminución de la amplitud del movimiento
- Pérdida del apetito
- Disminución de peso

**También existen varios tipos de artritis, siendo algunos tipos de ellas:**

**Osteoartritis (o degenerativa):** desgaste de los cartílagos, lo que genera que cuando se mueve la articulación, los



## Prebióticos

– Los prebióticos son sustancias naturales, **un tipo de fibra dietética, que se encuentran en ciertos alimentos.** Ellos promueven un equilibrio saludable de la microbiota intestinal.

– Los prebióticos fortalecen el sistema inmunitario al favorecer la presencia de bacterias beneficiosas que protegen contra patógenos dañinos. **Ayudan a mantener niveles adecuados de azúcar en la sangre.**

– Los plátanos, las cebollas, los espárragos, los tomates, los puerros, la avena, el trigo, la cebada y la soja son algunos de los alimentos que aporta prebióticos.



## La artritis puede provocar que otros órganos como el corazón, pulmones, riñones, la piel y los ojos, se vean afectados.

huesos se rocen.

**Reumatoide (o inflamatoria):** el sistema inmunológico ataca las articulaciones con una inflamación descontrolada.

**Infecciosa:** una bacteria o un virus entra a la articulación y causa inflamación.

**Lupus:** el sistema inmunológico ataca los tejidos y los órganos.

**Fibromialgia:** dolor en los músculos y los tejidos blandos.

**Gota:** la acumulación de ácido úrico causa un dolor intenso.

**Los tratamientos va-**



CORTESÍA CSS

Los equipos de electroterapia pueden utilizarse para aliviar este tipo de dolor.

### MODALIDADES DIAGNÓSTICAS

**DEYSI GARCÍA.** Las enfermedades degenerativas a nivel celular, neurológico, de habilidad cardíaca, columna, médula, serán atendidas, detectadas y diagnosticadas en la Ciudad de la Salud, a través del **Centro de Imágenes Médicas Avanzadas**, el cual cuenta con la más alta tecnología.

La doctora Lili Espino de Weng, Coordinadora Nacional de Radiología de la Caja de Seguro Social, resaltó **que la Ciudad de la Salud cuenta con todas las modalidades diagnósticas, entre ellas: radiología convencional, fluoroscopia, mamografía, ultrasonido, resonancia magnética de alta gama, medicina nuclear de alta gama, tomografía de alta gama, hemodinámica**, entre otros.

La especialista, en radiología médica, dijo que el equipamiento fortalece los diagnósticos tempranos, ciertos y oportunos, lo que se traduce en una atención de calidad y mayor beneficio para los pacientes, al momento del diagnóstico e inicio del tratamiento para su recuperación.

**Las imágenes que reproducen estos equipos, permite detectar lesiones en fases iniciales**, en el caso de los tomógrafos, detecta linfomas y cánceres alojados en el pulmón, hígado, riñón, ovarios, páncreas, entre otros órganos. Además ubica las afectaciones complejas a nivel torácico, abdominal y pelvis. En cuanto a los equipos de resonancia magnética, las imágenes ayudan a reconocer aneurismas, infartos, tumores, alteraciones músculo esquelético, enfermedades inflamatorias, como la artritis o complicaciones en la columna vertebral, como las hernias discales.



La Ciudad de la Salud se abastece de tecnología para tratar estas enfermedades.

**rían de paciente en paciente algunos son:**

- Analgésicos: estos medicamentos ayudan a reducir el dolor, pero no tienen ningún efecto sobre la inflamación, debe recordar que el dolor es el síntoma de la inflamación.
- Medicamentos antiinflamatorios no esteroides.
- Medicamentos antirreumáticos modificadores de la enfermedad.
- Modificadores de la respuesta biológica.
- Corticosteroides.

CUANDO  
HAY INFLAMACIÓN SE  
PUEDE DAR  
CALENTAMIENTO EN  
LA PIEL DE LA  
ARTICULACIÓN AFECTADA.



La quinua es rica en Omega3.

## La alimentación es clave

**THILCIA PINO**

redaccion@panoramacatolico.com

Según cálculos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), **la artritis reumatoide afecta entre el 1 y 1.5% de la población mundial**. Si ahondamos en los números, el organismo global revela que en 2019 había en el mundo 18 millones de personas con artritis reumatoide y causa síntomas moderados o graves a 13 millones de personas.

Existen alimentos que pueden mantener a raya a esta enfermedad, esta información lo corrobora la doctora Ireni Mendieta, especialista en Reumatología del Complejo Hospitalario "Dr. Arnulfo Arias Madrid" de la Caja de Seguro Social.

Para evitar este padecimiento, las personas deben alimentarse bien, ingerir frutas y verduras, consumir prebióticos y omega3, además de evitar enlatados, carnes, los embutidos, harinas, levadura y dulces.

La artritis reumatoide enfatizó en la pronta detección de los síntomas para poder diagnosticar y procurar, el tratamiento oportuno para el padecimiento.

**Los síntomas de la artritis reumatoide incluyen:**

- Dolor articular.
- Rigidez.
- Hinchazón que puede ocurrir por las mañanas o después de actividad física.
- Limitación en el movimiento de la articulación o en la columna.
- Sensibilidad y enrojecimiento de la piel alrededor de la articulación.

**Entre las recomendaciones para paliar los malestares están:**

- Acudir a las citas con el reumatólogo para evaluación periódica.
- Llevar exámenes de laboratorio a cada cita para corroborar que no haya efectos adversos o secundarios a los medicamentos.
- Comer alimentos saludables como frutas y vegetales.
- Evitar consumir con frecuencia derivados del trigo, leche de vaca y carnes rojas.
- Hacer actividad física.



**PATRONO.** LA PARROQUIA TIENE UN SACERDOTE, 2 DIÁCONOS Y 9 DELEGADOS.

# San Carlos: las almas se conquistan de rodillas

*Desde pequeño, San Carlos Borromeo amó a Dios. A los 26 años fue cardenal y obispo de Milán. Era adinerado, pero la humildad fue su lema.*

**ELIZABETH MUÑOZ DE LAO**

redaccion@panoramacatolico.com

**Desde Picacho hasta La Ermita, los fieles católicos del distrito de San Carlos, en Panamá Oeste,** hicieron honor a la tradición: participar en la caravana de preparación para celebrar la fiesta de su patrono, San Carlos Borromeo.

Cada año, la imagen del santo recorre las 29 comunidades de la parroquia. El 26 de octubre comenzaron las novenas y la feligresía ha participado para hacer vida el evangelio.

“La peregrinación es un símbolo de que es una comunidad parroquial unida, donde todos tratamos de caminar juntos y celebrar la festividad el 4 de noviembre”, destacó Zoraida Espinosa, delegada de la Palabra.

En tanto, Billy Madrigal, también delegado de la palabra, dio a conocer que San Carlos Borromeo fue un hombre que se desprendió de todo para entregárselo al más pobre. Murió a los 46 años.

Ambos hicieron la celebración el domingo 15 de octubre en la capilla de La Ermita, luego de recorrer El Copé, Palo Diferente, Corona, El Higo y La Pita.

“Las comunidades debemos aprender a decir esas palabras que dijo



San Carlos eligió a la comunidad que el 4 de noviembre celebra su solemnidad y hace vida el evangelio.

**LA PARROQUIA TIENE 129 AÑOS. EL TEMPLO SE EDIFICÓ CON MADERA, PIEDRA Y ARENA DE CHAME.**

San Carlos en su lecho de muerte: ya voy Señor, ya voy Señor a ti”, señaló Madrigal. También es patrono de los catequistas, fue sacerdote, obispo y cardenal dispuesto al servicio del Señor.

Pero San Carlos no eligió a su patrono, él eligió a la

comunidad. La imagen venía en un barco, hubo una tormenta y la imagen quedó en la playa. Las personas la recogían y se la llevaban, pero amanecía donde hoy está el templo parroquial. Por eso, es

el patrono del distrito.

Ayudó a transformar a la Iglesia, decía que las almas se conquistan de rodillas, orando. Él es ejemplo para los feligreses, y hay que imitarlo, expresaron los delegados.

## LLAMADOS A IMITAR AL PATRONO



**Zoraida Espinosa**  
DELEGADA

“Los motivamos a que caminemos juntos como Iglesia comprometida. Unidos hemos salido adelante”.



**Billy Madrigal**  
DELEGADO

“Los invitamos a participar con nosotros para llenar de gozo la festividad de San Carlos Borromeo, caminando juntos”.



**Jaime Sánchez**  
CATEQUISTA

Con fervor, La Ermita lo recibe con devoción. San Carlos, patrono de los catequistas, es ejemplo de servicio”.



**Briseida Alonso**  
COORDINADORA

“En la capilla Nuestra Señora de Belén, de la Regional 5, estamos trabajando por la fe, ayudándonos como hermanos”.



La caravana recorrió las 29 comunidades.



El Higo acogió al santo con pancartas y folklore.



El pueblo de Dios lo recibió en La Pita.



DESEAN PERMANECER UNIDOS A PESAR DE ESTAR FÍSICAMENTE SEPARADOS.

# La distancia sin acuerdos puede hacer tambalear cualquier relación matrimonial

*Cuando hay viajes frecuentes o ausencias prolongadas, por oportunidades laborales en otro país, la pareja pasa por retos que debe afrontar para evitar que se dañe el vínculo amoroso.*

MARIANNE COLMENÁREZ

redaccion@panoramacatolico.com

Hay quienes no creen que una relación matrimonial a distancia pueda sobrevivir; la ven abocada al fracaso, a la infidelidad y al desconsuelo. Aseguran que tarde o temprano le verán como una estadística más de la larga lista de divorciados.

Sin embargo, Carlos Herrera, psicólogo especialista en parejas y familias, asegura que sí puede funcionar una relación matrimonial a distancia.

“Obviamente estamos trabajando frente a una dinámica de relación de pareja diferente, los esposos antes de viajar tienen que sentarse a generar acuerdos o puntos del cómo vivir la relación aún en la distancia”, explicó.

Para el psicólogo, los esposos deben dialogar sobre todos los detalles importantes del hogar, considerando que uno de ellos dentro de poco ya no dormirá todos los días en casa.

“Pregúntense: ¿cómo manejaremos la dinámica financiera?, ¿quién te ayudará con los niños?, ¿cómo vamos a manejar el tiempo romántico y la dinámica sexual? Estas y otras interrogantes generarán confianza en la pareja y cada uno tendrá la mejor disposición



ADOBE STOCK

Los esposos se han comprometido a amarse y sobrellevar las dificultades de la vida.

“SI NO HAY  
ACUERDOS  
NI PACTOS,  
LA RELACIÓN  
NO VA A PODER  
FUNCIONAR”.



Aunque la distancia les separe pueden seguir orando juntos.

para hacer que las cosas funcionen”, resaltó.

Manifiesta que si no se establecen acuerdos o pactos la desconfianza aparecerá.

“Hay cosas que no podemos controlar como pareja; por ejemplo, si no se tie-

nen tiempos definidos de los próximos encuentros, crecerá la incertidumbre. Esto hay que tratarlo de minimizar, ya que genera ansiedad, angustias y hasta cuadros depresivos cuando no se tiene precisión del cuándo nos volveremos a

ver”, señaló.

Va ser importante que los esposos busquen en lo posible pautar fechas de encuentros, aunque quizás la realidad no lo permita, deben lograr la manera de tener un próximo encuentro temporal o ya el definitivo.

## Tecnología a favor

Por casi tres años los esposos Alejandro y Mayra de Arias compartían en casa dos veces al mes. La situación económica del hogar impulsó al esposo a aceptar una propuesta laboral en Guatemala.

“Aunque no fue para nada fácil, los recursos tecnológicos nos dieron la posibilidad de seguir alimentando el vínculo de amor entre nosotros. Son medios que las parejas de antes no tenían y agradecemos a Dios por eso, dice Mayra.

Explica que se comprometieron a realizar diariamente una videollamada a final del día, siempre estaban presente los mensajes de texto, una foto y hasta videos para saludar en cualquier momento.

“Alejandro también fortaleció el vínculo con los hijos. Los niños esperaban el fin de semana para jugar en línea algún video juego con su papá”, comentó.

## Sexualidad

Ante la incapacidad de tener tanto contacto físico frecuente, la sexualidad en los Arias pasó naturalmente a un segundo plano. “La sensualidad y el coqueteo se convirtió en la mejor forma de mantener viva la pasión entre nosotros”, expresó Alejandro.

## MEV CELEBRA 14 AÑOS

Mediante una noche de alabanza y adoración a Jesús Eucaristía, el movimiento Matrimonios en Victoria (MEV) celebró 14 años de haber llegado a Panamá.

Carlos Gorrichategui, junto a su esposa Aminta, coordinadores nacionales de MEV Panamá, manifestaron que fue la mejor forma de agradecer a Dios las bendiciones que les ha traído a cada una de las familias.

**“Celebramos la dicha y la gracia de recibir a Jesús, José y María, ha sido toda una bendición poder llegar a nuevos hogares”,** afirmó Aminta.

Agregó que dentro de los próximos retos para el año 2024 será seguir trabajando para llevar a todos los miembros de la familia la alegría del Evangelio.

**“Vamos realmente a salir, a caminar, a fomentar ese ADN MEV, que es la fuerza del Espíritu Santo, que está dentro de cada uno de nosotros”,** dijo.

La parroquia Santa Marta del Altos del Chace fue el punto de encuentro para que todos los centros activos en Panamá pudieran reunirse y celebrar. Los acompañó el sacerdote Manuel Villarreal.

**PAPÁS,** CON SU EJEMPLO DESPERTARÁN LA CURIOSIDAD DE LOS NIÑOS, INVÍTENLOS A LEER.

# Sentimientos y aprendizaje a través de un buen libro

*Las redes sociales han tratado de opacar los beneficios de una buena lectura, pero hay jóvenes que aún apuestan por enriquecerse de aventuras y conocimientos.*

KARLA DÍAZ

kdiaz@panoramacatolico.com

**C**on 15 años de edad, Sofía Cáceres ha encontrado una verdadera atracción por la lectura, algo que la ha hecho ver diferentes perspectivas y le ha permitido viajar a diferentes épocas o lugares, lo que lo hace interesante.

“La atracción por los libros, en mi caso, ha salido gradualmente, al principio no tanto, pero ahora casi no hay día en el que no lea, y eso va por gustos. Leo casi puro romance, y con algunos subgéneros, pero como dije, va por gustos”, destaca la joven.

Agrega que personalmente no siente un gran cambio en su vida por empezar a leer, sólo que ha abierto más sumamente. “Esto es siendo más observadora, conociendo nuevas palabras, y expandiendo mis conocimientos, lo que considero como algo bueno”, puntualiza.

Está comprobado que el hábito de la lectura ayuda a los niños y jóvenes a mejorar no solo su ortografía sino también a expresar sus opiniones sobre algún tema. Así lo asegura Xiomara Reyes, docente del C.E.B.G. Ricardo J. Alfaro, quien además insiste en que es con la lectura que se mejora el lenguaje, el niño obtiene me-



La colección personal de Sofía; busca sumar muchos más.



Espacios a solas y cómodos para ellos, ayudará al hábito.

jor vocabulario, se fortalece la concentración y se desarrolla la memoria estimulando la imaginación.

Ese fue el caso de Isabella Cruz, quien a sus 10 años

ha tomado su primer libro de lectura, fuera de los que utiliza para el colegio, y ha encontrado un mundo maravilloso. “Estoy leyendo un libro que se llama Sirena, y

poco a poco he podido imaginarme cada uno de los personajes y lo que hacen a lo largo de la historia. Me está gustando mucho leer”, dice la niña.

PRONTO LLEGARÁN LAS VACACIONES ESCOLARES LO QUE PERMITE UN BUEN TIEMPO PARA DEDICAR A LA LECTURA EN FAMILIA.



Los papás deben darse tiempo para la lectura con sus hijos.

**Hoy es difícil, pero sí se puede lograr el hábito**

Leer es una de las actividades más importantes y útiles que el ser humano realiza a lo largo de su vida. La lectu-

ra, del mismo modo que todas las restantes actividades intelectuales, es una actividad exclusiva de los seres humanos, únicos seres vivos que han podido desarrollar un sistema intelectual y racional de avanzada, lo que quiere decir que la lectura es una de aquellas actividades que nos define por lo que somos frente al resto de los seres vivos.

Es una actividad que por lo general comienza a adquirirse muy lentamente desde temprana edad y se mantiene de por vida, es decir que no se pierde con el tiempo, pero a pesar de los muchos beneficios que nos brinda la lectura, las tecnologías, las pantallas y los celulares han hecho que para los jóvenes, este hábito sea poco atractivo.

La profesora Noren Rodríguez apuesta por que los papás juguemos una parte esencial en este proceso que es fundamental en la parte intelectual de cada niño.

Leer aparte de que nos ayuda a entender la parte gramatical, también sirve de inspiración para que el niño se sienta motivado a escribir en el futuro, de hecho, señala que la lectura es muy importante en el proceso de aprendizaje de los niños, pues no puede existir escritura si no hay lectura.

Leer es la forma más rápida en la que los estudiantes amplían su vocabulario. Las historias abren canales de creatividad e impulsan a que los niños se sientan más motivados; por ello, “los papás deben leerles todos los días algunas páginas de un libro; también acompañarlos en la búsqueda de nuevos títulos, no escogerlos, pero sí guiarlos, y por supuesto acompañarlos en el proceso en sí de leer”, finaliza.



# SOPA DE LETRAS

NO HAGAN LO QUE ELLOS HACEN

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | O | N | R | Á | A | S | O | R | B | M | O | H |
| A | I | M | A | E | S | T | R | O | S | I | F | S |
| S | O | T | S | E | U | P | S | I | D | I | S | N |
| B | S | S | E | N | A | S | N | O | L | A | E | S |
| A | U | A | S | T | I | R | A | A | G | A | M | O |
| N | E | E | R | O | S | C | C | O | R | Y | P | E |
| Q | D | S | R | D | D | T | G | T | A | J | U | S |
| U | E | I | C | I | E | A | I | B | E | O | J | I |
| E | F | S | B | R | N | T | S | T | S | T | A | R |
| T | D | O | I | I | I | S | Á | E | T | N | R | A |
| E | P | A | S | I | O | B | O | C | P | A | N | F |
| S | S | G | E | N | T | E | A | R | U | M | A | U |
| N | J | R | L | Q | O | V | A | S | D | O | Q | D |

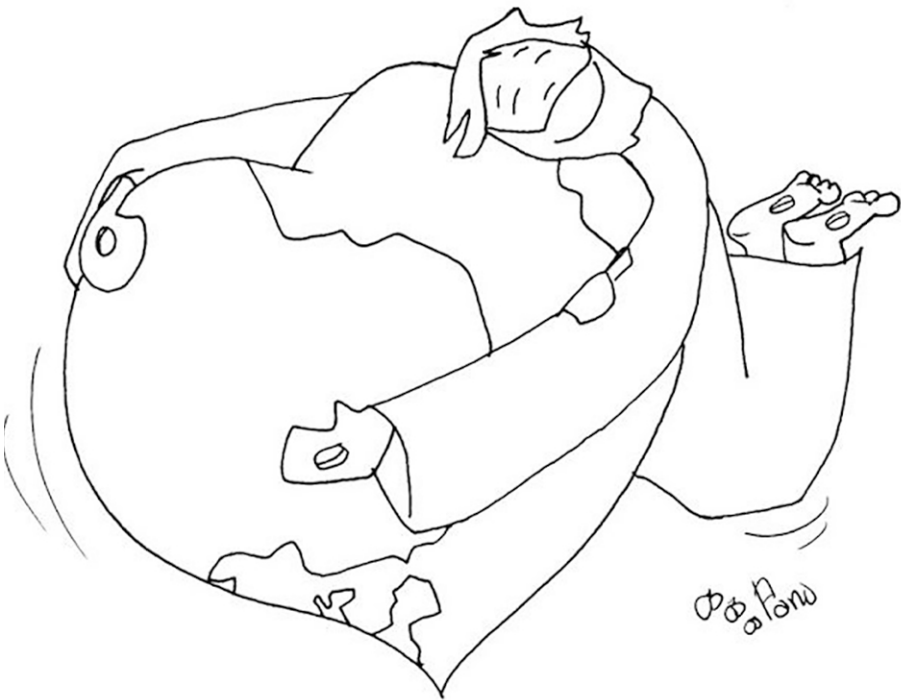
GENTE  
CÁTEDRA  
ESCRIBAS  
FARISEOS  
PESADOS

HOMBROS  
DISPUESTOS  
EMPUJAR  
FILACTERIAS

MANTO  
BANQUETES  
SINAGOGAS  
MAESTROS

# COLOREA

PORQUE UNO SOLO ES SU CONSEJERO, CRISTO



# SUDOKU

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

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

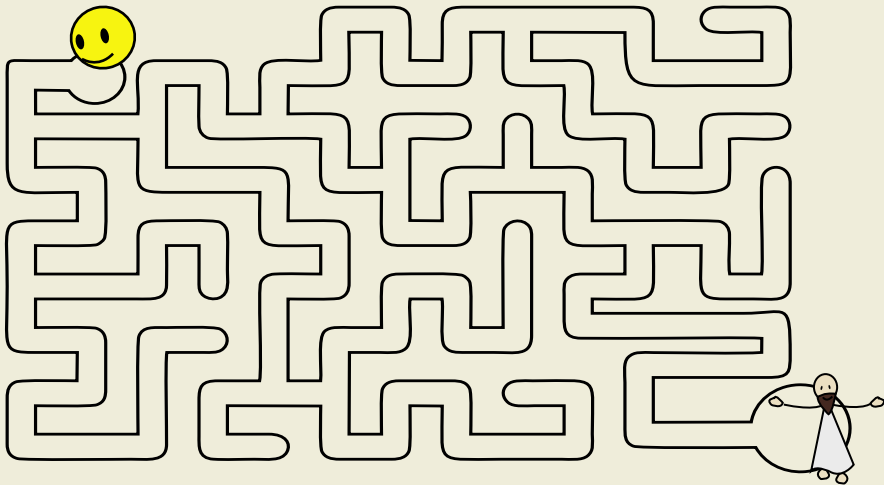
SOLUCIONES

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

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

# LABERINTO

MATERIALDEAPRENDIZAJE.COM



“LOS SAMARITANOS DE MARKOWA”, ASÍ SE TITULA LA EXPOSICIÓN INSTALADA EN LA IGLESIA SAN FRANCISCO DE ASÍS.

# Conoce a la recién beatificada familia Ulma

Mediante fotografías y documentos, el visitante podrá profundizar en la historia de este grupo familiar polaco martirizado por el régimen nazi. Hasta el 10 diciembre tienen para hacer su recorrido.



Día de la inauguración.



Actividad social de la época.



Los Ulma fueron educados en la fe católica.



Veinte paneles que muestran el heroísmo de los polacos.

**MARIANNE COLMENÁREZ**

redaccion@panoramacatolico.com

**Hace casi dos meses, la Iglesia Católica beatificó a la primera familia completa, los Ulma.** La historia de este matrimonio polaco, formado por Józef y Wiktoria y sus hijos, masacrados por refugiar en su casa a ocho judíos durante la Segunda Guerra Mundial, puede ser conocida por todo aquel que desee recorrer cada panel situado en una de las naves de la Iglesia San Francisco de Asís, en el Casco Antiguo.

“La exposición fue preparada por el Instituto del Recuerdo Nacional de la República de Polonia, gracias a la cooperación de las Iglesias del Casco Antiguo”, informa Joanna Zakrzewska, jefa de los Asuntos Políticos, Económicos y Culturales de la Embajada de Polonia en Panamá.

Explica que quienes vengán a la parroquia, conocerán mediante fotografías y documentos la historia de Los Samaritanos de Markowa como son conocidos. También sobre la vida de la comunidad polaca y judía de ese momento y sobre la realidad de la ocupación alemana.

“En ese momento, cualquiera que ayudara a los judíos se enfrentaba a la pena de muerte”, afirmó.

El padre Javier Maña, manifiesta que esta muestra nos presenta el testimonio de una familia cristiana que asumió con valentía las consecuencias de ser fiel a la Palabra. “Arriesgaron sus vidas por su amor a Cristo y al prójimo. Tras la investigación necesaria para la instrucción de la causa de beatificación, el Papa Francisco declaró a toda la familia mártir, incluido al bebé que llevaba Wiktoria en su vientre”.

**Historia**  
La familia Ulma fue delatada por un policía polaco. En la madrugada de los crímenes, los niños Stanislaw, Barbara, Wladyslaw, Franciszek, Antoni y María fueron los últimos en ser asesinados. Los primeros en caer acribillados, el 24 de marzo de 1944, fueron los ocho judíos que desde hacía año y medio vivían escondidos en el desván de la granja.



Ubicada frente a la Plaza Bolívar del Casco Antiguo.

El padre Javier Maña, manifiesta que esta muestra nos presenta el testimonio de una familia cristiana que asumió con valentía las consecuencias de ser fiel a la Palabra. “Arriesgaron sus vidas por su amor a Cristo y al prójimo. Tras la investigación necesaria para la instrucción de la causa de beatificación, el Papa Francisco declaró a toda la familia mártir, incluido al bebé que llevaba Wiktoria en su vientre”.

## Historia

La familia Ulma fue delatada por un policía polaco. En la madrugada de los crímenes, los niños Stanislaw, Barbara, Wladyslaw, Franciszek, Antoni y María fueron los últimos en ser asesinados. Los primeros en caer acribillados, el 24 de marzo de 1944, fueron los ocho judíos que desde hacía año y medio vivían escondidos en el desván de la granja.



Ha sido bien acogida por jóvenes y adultos.





## PADRINO ...DE FE...

Con tu donación podrás contribuir en el fortalecimiento de **FUPRAFEC**  
(Fundación para la Promoción Radial de la Fe Católica)



- 1 INTENCIÓN EN ROSARIO EN FAMILIA AL MES
- 1 NOVENARIO AL MES
- 1 SALUDO DE CUMPLEAÑOS O ANIVERSARIO EN VIVO
- 2 CUÑAS DE 30 SS SEMANAL (8 AL MES)
- PRODUCCIÓN DE CUÑA
- 4 MENCIONES DE 15 SS SEMANAL (16 AL MES)
- INVITACIÓN MENSUAL A ENTREVISTA (TEMAS VARIADOS) OPCIONAL
- INCENTIVO MENSUAL (2 ENTRADAS A EVENTOS O CERTIFICADO)

B/.500.<sup>00</sup>  
MENSUAL

- 3 INTENCIÓN EN ROSARIO EN FAMILIA AL MES
- 1 NOVENARIO AL MES
- 1 SALUDO DE CUMPLEAÑOS O ANIVERSARIO EN VIVO
- 1 MENCIÓN DE 15 SS SEMANAL (4 AL MES)
- 1 CUÑA DE 30 SS SEMANAL (4 AL MES)
- PRODUCCIÓN DE CUÑA

B/.300.<sup>00</sup>  
MENSUAL

- 2 INTENCIONES EN ROSARIO EN FAMILIA AL MES
- 1 NOVENARIO AL MES
- 1 SALUDO DE CUMPLEAÑOS O ANIVERSARIO EN VIVO
- 1 MENCIÓN DE 15 SS SEMANAL (4 AL MES)
- 8 CLASIFICADOS AL MES

B/.200.<sup>00</sup>  
MENSUAL

- 1 INTENCIÓN EN ROSARIO EN FAMILIA AL MES
- 1 NOVENARIO AL MES
- 5 CLASIFICADOS AL MES

B/.50.<sup>00</sup>  
MENSUAL

- 1 INTENCIÓN EN ROSARIO EN FAMILIA AL MES
- 1 NOVENARIO AL MES

B/.20.<sup>00</sup>  
MENSUAL

B/.10.<sup>00</sup>  
DONACIÓN



**94.1FM** Panamá y Panamá Oeste / **99.1FM** Colón / **93.1FM** Provincias Centrales  
**103.7FM** Chiriquí, Bocas del Toro y Comarca Ngabe Bugle  
**101.1FM** Darién, Comarca de Wargandí y Emberá-Wounan



la voz de tu iglesia



@radiohogar

**Para mayor información:**

www.radiohogar.org • radiohogar@gmail.com mercadeo@radiohogar.org  
Wapp cabina: 6392-8204 • Wapp Rosarios y Novenarios: 6428-8597

# En Camino

ESTA SEMANA SE NOS INVITA A VIVIR UNA AUTÉNTICA PIEDAD.

## Procuremos ser santos y santas

**“** *Estamos llamados a la santidad, plenitud de la vida cristiana y perfección de la caridad, en unión íntima con Cristo y, en Él, con la Santísima Trinidad.*

**E**sta semana procuraremos ser personas justas, es decir, santos y santas.

Sobre todo, en nuestra casa, donde a veces se cometen las más elementales infracciones a la justicia según el querer de Dios.

La justicia, según la Biblia, se refiere más a los actos de caridad y equidad que a otra cosa. Ser misericordiosos con nuestro papá y nuestra mamá; que impere la sensatez y la ternura con nuestros hermanos y otros familiares.

Nada de gritos, insultos, egoísmos. Compartir lo que poco o lo mucho que se tenga, entendiendo que todo es un regalo de Dios y por eso mismo se nos invita a darlo en dádiva también.

En el entendimiento de que cualquier justicia que el hombre tenga es de Dios, en virtud de su relación con Él, porque procede de Dios, lo que nos corresponde hacer es estrechar nuestra relación con el Padre, aferrarnos a Él y pedir su auxilio para cumplir la tarea sugerida.

Si pretendemos hacerlo solo o sola, con nuestras fuerzas humanas, vamos a fracasar. O, peor aún, vamos a terminar fingiendo, como hacían los fariseos en tiempos de Jesús.

A nosotros, por el contrario, se nos invita a vivir una vida de auténtica piedad y producto de esa relación de amistad con el Padre, podremos empezar a construir una vida justa en la que los grandes beneficiarios serán nuestros familiares, amigos, vecinos y compañeros de comunidad.

Durante mucho tiempo nuestra catequesis se limitó, en gran parte, a memorizar preceptos, doctrinas y fórmulas. El evangelio nos pide que, sin olvidar todo esto, nos preocupemos de realizar lo que ellas proponen. Lo fundamental de toda la doctrina cristiana, contenida en el evangelio, es la práctica comunitaria de la caridad expresada en una exigencia irrevocable de justicia.

¡Que así sea!

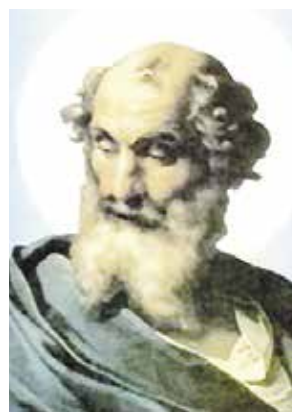
### SANTOS DE LA SEMANA



#### • S. ALEJANDRO DE SAULI

6 de noviembre

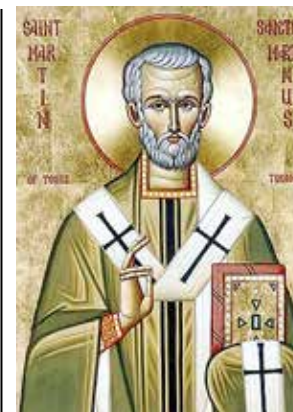
A los 15 años ya se atrevió a desbaratar un espectáculo inmoral en su barrio. Dios le concedió el don de hacer milagros. Un año en que se anunciaban malísimas cosechas y, muchísima pobreza y escasez, pasó por los campos bendiciéndolos, y ese año la cosecha fue mejor que en los demás años.



#### • SAN ADEODATO 1, PAPA

8 de noviembre

Fue el primer papa en usar el sello papal en los documentos pontificios. En su sello aparece el Buen Pastor rodeado de sus ovejas con las letras alfa y omega en el fondo. Fue conocido por ser taumaturgo, curaba distintos tipos de enfermedades apoyando sus labios en las heridas de los enfermos.



#### • SAN MARTÍN DE TOURS

11 de noviembre

San Martín de Tours, recorrió todo el territorio de su diócesis dejando en cada pueblo un sacerdote; fundador de las parroquias rurales en Francia. Dice su biógrafo y discípulo, que la gente se admiraba al verlo siempre de buen genio, alegre y amable.