

SEMANA SANTA

CUANDO TOCA DECIR
ADIÓS

JESÚS, QUEREMOS
APRENDER DE TI

DOMINGO DE
RESURRECCIÓN:
ANUNCIANDO LA VIDA



VEN Y
SÍGUEME

Parroquia de la
Santa Cruz del Pedregal

NÚMERO 213

MARZO
2024

GRUPOS Y ACTIVIDADES

PARA JÓVENES



Edad

Grupos Parroquiales

Informes Pastoral Juvenil



Actividades



Adoración

Jóvenes en general
Último martes de mes 8pm
Capilla de las Criptas



Retiro NOVA

De 18 a 30+ años
Durante el mes de febrero



Misiones

De 18 a 30+ años
Semana Santa



Éxodo

De 12 a 16 años
Sábados de 10am a 1pm
Casa Santa Cruz
(Blvd. de la Luz 208)
f exodo.santacruz



EMAUS

De 16 a 21 años
Sábados de 4:30 a 7pm
Casa Santa Cruz
(Blvd. de la Luz 208)



NOVA

De 18 a 30+
Viernes cada 15 días de
7 a 8:30pm
Casa Santa Cruz
(Blvd. de la Luz 208)



PARROQUIA DE LA SANTA CRUZ DEL PEDREGAL



santacruz_pedregal



ParroquiaSantaCruzDelPedregal

parroquiasantacruzdelpedregal.com.mx



PROMOTORES VOLUNTARIOS DE LA FORMACIÓN INSTITUCIÓN DE ASISTENCIA PRIVADA

¿Qué es Comenzar de Nuevo (CDN)?



Es una comunidad dentro de la Parroquia de la Santa Cruz que crea un espacio para la sanación y el crecimiento personal mediante el acompañamiento a las personas que han sufrido una pérdida por divorcio, separación, viudez o el fallecimiento de un ser querido.

Propósito

Apoyar a quien ha sufrido una pérdida para asumir su nueva situación de vida a través de un proceso de autoconocimiento y reflexión que lo acompañe de una manera amorosa a "Comenzar De Nuevo"...

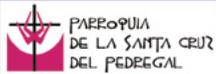


INFORMES

55 4067 7278

CUOTA DE RECUPERACION \$ 3,700

Moneda 85-A, Tlalpan Centro, 14000, CDMX



Hay recuerdos que no podemos permitir que se pierdan.

Digitalizamos tus películas, álbumes y videos.



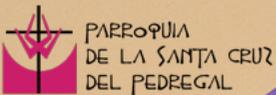
www.videosparasiempre.com

Servicio a domicilio

videos para siempre



Llama o escribe: 55-2300-8994



TRIDUO PASCUAL



PARA NIÑOS

JUEVES SANTO

Jueves 28 de marzo a las 5:30pm
Celebración de la Cena del Señor y lavatorio de pies.

Trae tu campana

Y dispensa para los necesitados

VIERNES SANTO

Viernes 29 de marzo a las 11:00am
Celebración del Via Crucis

Viste ropa blanca

LITURGIA PASCUAL

Sábado 30 de marzo 5:30pm

Y trae dispensa para los necesitados



VEN Y SÍGUEME

Escucha nuestros podcasts



Sigue nuestras redes



@RevistaVenYSiguemePedregal



Ven y Sígueme



@revistavenysigueme



Revista Ven y Sígueme



DA CLIC AQUÍ PARA

REALIZAR DONATIVO

www.revistavenysigueme.com.mx



CASA SANTA CRUZ
BLVD DE LA LUZ 208

- 2** **Editorial**
P. Giancarlo Tomao Gordón, M.Sp.S.
- 3** **Por los caminos del evangelio**
Queremos aprender de ti
P. Sergio García, M.Sp.S. †
- 4** **Vaticano**
Anunciando la vida
Recopilación: Guadalupe Moreno
- 5** **El credo**
Jesucristo vendrá a juzgar a vivos y muertos
(Segunda parte)
Gabriel Villalobos
- 6** **Marzo, un gran mes para "Comenzar de Nuevo"**
Rodrigo Vázquez Gutiérrez
- 7** **Las causas de la Beatificación y Canonización**
de la Familia de la Cruz
H. Alfonso Pérez Larios, M.Sp.S.
Recopilación: P. Alfredo J. Ancona Cámara, M.Sp.S.
- 8** **Respuestas de amor a Dios**
Cuando toca decir adiós
Ana Victoria Padilla Newton
- 9** **Santa Cruz del Pedregal**
Horarios, Servicios, Actividades y Calendarios
- 11** **Inyecciones de Fuego**
Jesucristo nos ama porque sí
P. Fernando Torre, M.Sp.S.
- 12** **Encuentro personal con Dios**
Olvidarme de mí mismo, mi misma
Dra. Sonia Villaseñor Manrique
- 13** **Es momento de ser joven**
A los padres
María Milo
- 14** **Mirar hacia lo alto**
Identidad y transformación
Georgina Arámburu Mejía
- 15** **Vamos a Jugar**
Semana Santa
Nayelli Díaz
- 16** **De por sí...**
Alejandra Barrera Segura
- 17** **Dejando huella**
Artesanos de Paz
Gisèle Scarnière
- 18** **Ofréceme y ofrécete**
Obras de amor
Tere Rojas Juárez
- 19** **Reflexiones de un millennial católico**
La noche, el grito, la muerte...
Eugenio Vallé Ruiz
- 20** **La danza universal**
P. Bernardo Sada, M.Sp.S.
- 21** **Días santos, un motivo para reflexionar**
Gabriela Marcial Santos
- 22** **Un espacio para crecer**
Tu mes para florecer
Rodrigo Vázquez Gutiérrez
- 23** **La nueva oportunidad del perdón**
D.P. José Ignacio Abarca Franco
- 24** **Salud y Bienestar**
¿sabes en qué consisten los platillos inteligentes?
Mna. Gladys María Bilbao y Morcelle

CONTENIDO INTERACTIVO
Da clic sobre el icono de cada artículo en el que aparezca



UNA REVISTA DE



COLABORADORES

D.P. José Ignacio Abarca Franco
Georgina Arámburu Mejía
P. Alfredo J. Ancona Cámara, M.Sp.S.
Mna. Gladys María Bilbao y Morcelle
Alejandra Barrera Segura
Nayelli Díaz
P. Sergio García, M.Sp.S. †
Gabriela Marcial Santos
Guadalupe Moreno
María Milo
Ana Victoria Padilla Newton
Carmen Pérez
Tere Rojas Juárez
P. Bernardo Sada, M.Sp.S.
Gisèle Scarnière
P. Fernando Torre, M.Sp.S.
Rodrigo Vázquez Gutiérrez
Gabriel Villalobos
Sonia Villaseñor Manrique

DIRECTORA Y EDITORA

Carlota Figueroa Zevada

CONSEJO EDITORIAL

P. Giancarlo Tomao Gordón, M.Sp.S.
Vicente H. Bortoni G. de C.

DISEÑO EDITORIAL

María José Álvarez Hernández

CORRECTORA DE ESTILO

María Antonieta Ochoa Gurza

OFICINA PARROQUIAL

55 · 5652 · 6591

PROMOTORES VOLUNTARIOS

55 · 5652 · 6399

¡SUSCRÍBETE!

DONATIVO \$350.00 ANUALES

TU DONATIVO COLABORA PARA LA DIFUSIÓN DE ESTA REVISTA

PROMOTORESVOLUNTARIOS@GMAIL.COM

Los artículos publicados, incluyendo su autenticidad, son única y exclusivamente responsabilidad del autor firmante, de ninguna manera representan la opinión de la revista.

Certificado de reserva de derechos al uso exclusivo
#04-2017-070714075500-203
Certificado de título y contenido en trámite.
Derechos reservados.

La información publicada podrá reproducirse total o parcialmente únicamente consignando la fuente.



EDITORIAL

P. GIANCARLO TOMAO GORDÓN, M.SP.S.
PÁRROCO DE LA SANTA CRUZ DEL PEDREGAL



Al meditar sobre este mes de marzo, inmersos de lleno en el camino cuaresmal, me resulta esencial permitir que la luz del Triduo Pascual ilumine estas semanas por venir. Marzo servirá de broche final al tiempo que el canto del Santo Sepulcro, pesado velo tendido por los hombres intentando impedir el cumplimiento de las promesas de Jesús, aparecerá removido, vencido por la Pascua de Nuestro Señor.

Los artículos del presente ejemplar, antesala del Triduo Pascual, puedan ofrecerte, querido lector, compañía en tu peregrinar cuaresmal. En especial para aquellos que, abatidos por desgracias y problemas de toda índole, tanto para sí mismos como en su entorno, puedan sentir la tentación de dar la vuelta y caminar abatidos rumbo a su punto de partida, a Emaús, hogar de los que, decaídos y tristes, han perdido la esperanza en la Buena Noticia del Salvador.

Emaús no es lugar para residir, sino para recomponerse y encontrarse con el resucitado.

Yeyo Valle quiere ayudarnos a reconocer que tú, Señor Jesús, **"Acompañas a quienes sufren..."** El joven millennial confía en poder reavivar en nosotros todo lo que conlleva ser acompañados por Dios encarnado, sufriente, muerto y resucitado.

Hallarás la sugerencia que Guadalupe Moreno, siguiendo al Papa Francisco, nos invita a preguntarnos **"¿Cuándo fue la última vez que di testimonio de Jesús? ¿Qué hago hoy para que las personas con las que me encuentro reciban la alegría de su anuncio?"**.

La naturaleza misma va dando lugar a la primavera. Rodrigo Vázquez reflexiona sobre el florecer de las plantas como metáfora de un florecimiento humano. La Pascua es florida. Los valores, auspiciados por el Espíritu Santo, debieran abandonar las oscuras fosas donde muchas veces han quedado olvidados, para resucitar en nosotros, cuerpo místico de Cristo resucitado.

Marzo puede discurrir en el árido desierto de toda humana contingencia, mas, como nos explica el querido P. Sergio García M.Sp.S., **"Tú nunca dijiste 'a lo mejor...'"** En el Señor Jesús todo eso tiene sentido, **"porque lo marcas Tú, solo Tú."**

No se recorre el desierto al que nos arrojó el Espíritu Santo sin un objetivo de santificación vocacional (Lc 4, 1-2. 14). Les deseamos puedan finalizar este peregrinar con vocación cristiana renovada fruto del grandioso encuentro con Jesucristo Resucitado.



POR LOS CAMINOS DEL EVANGELIO

Queremos aprender de ti

P. SERGIO GARCÍA, M.Sp.S. †

Este mes es el bueno, mi querido Señor Jesús, empezaremos la Semana Santa por tu doble triunfo: uno sencillo, humilde, proclamado y montado en un borrico; el otro, también, humilde y sencillo, pero con un acento de eternidad, tu resurrección. De una a otra, tu cruz, tu entrega generosa y amorosa al Padre para salvarnos. No se ha visto, ni se verá algo igual, algo tan universal y lleno de plenitud. Solo tú, mi Jesús, lo hiciste y sigues haciendo posible, porque tu amor va depositándose en cada una de tus criaturas.

¿Cómo has visto, Jesús, nuestro caminar en este tiempo de Cuaresma que hoy termina? Ha sido una gracia inmensa el poder seguir tus pasos, escuchar tu palabra, tratar de corresponder con nuestro amor a tu amor.

Hay una palabra que no encuentro en el Evangelio: Tú nunca dijiste **“a lo mejor”**; ni un milagro más, ni una parábola menos, ni una mirada hacia atrás, una vez que pusiste la mano en el arado de tu misión. Te identificaste, siempre, con tu vocación de cada día. Nosotros sí acostumbramos a decir, a lo mejor hubiera hecho este retiro, o este ayuno y esta oración... y siempre será posible.

Y llego, mi Jesús, a las puertas de esta Semana Santa de este año, tan problemático como difícil, tan inexplicable como necesariamente aceptable. La diferencia y la posibilidad de que tenga sentido la marcas Tú, solo Tú. Y, precisamente, por lo que vamos a vivir esta Semana Santa.

Me uno a José y a María, tus santos papás. María lo contempló y presenció al pie de tu cruz, estuvo en el silencio del Evangelio, en tu resurrección, sabiendo que el buen Padre Dios ha hecho en ella grandes cosas.

El Evangelio nos habla de Caifás que, a pesar de ser sumo sacerdote, sin saberlo, profetizó: **“Conviene que uno muera y no que todo el pueblo perezca”** (Jn 11, 45-56). Tu realidad fue otra, Tu realización no fue por obedecer sus palabras como destino fatal de tu existencia, sino porque **“siendo Hijo, aprendiste a obedecer padeciendo y llegando a tu perfección, te convertiste en la causa de salvación eterna para todos los que te obedecen”** (Cfr. Heb 5, 7-9).

En esta Cuaresma, hemos querido aprender de ti el obedecer y ser, también, motivo de salvación para cuantos creen en ti. La oración nos permite, desde diferentes lugares, unirnos en la fe, la experiencia de tu amor y salvación.

Y, desde hoy, seguiremos, una vez más, tus pasos de cerca, lo más que podamos y nos permitas hacerlo desde nuestra debilidad, pequeñez, ternura y solidaridad. Algo así como lo hubiera hecho tu mismo papá, José, que recordamos con amor y gratitud.

Amén, mi querido Señor Jesús.

El Domingo de Resurrección, el Evangelio nos hace revivir el encuentro de las mujeres con Jesús resucitado, en la mañana de Pascua. Ellas fueron las primeras en verlo y encontrarlo. Podríamos preguntarnos: ¿por qué ellas? Por una razón muy sencilla, porque fueron las primeras en ir al sepulcro. Como todos los discípulos, también ellas sufrían por el modo en que parecía haber terminado la historia de Jesús; pero, a diferencia de los demás, no se quedaron en casa paralizadas por la tristeza y el miedo.

Por la mañana temprano, fueron a honrar el cuerpo de Jesús, llevando ungüentos aromáticos. El sepulcro había sido sellado y se preguntaban quién podría quitar esa piedra (cf. Mc 16,1-3), tan pesada. Las mujeres llegan, ven el sepulcro vacío y, **«con miedo y gran gozo, corren a dar el anuncio a sus discípulos»** (Mt 28,8). Toda la ciudad había visto a Jesús en la cruz, no obstante, ellas se dirigen a la ciudad a anunciarlo vivo y Jesús sale a su encuentro.

Su voluntad de realizar aquel gesto de amor prevalece por encima de todo. No se desaniman, salen de sus miedos y de sus angustias. Este es el camino para encontrar al Resucitado: salir de nuestros temores, salir de nuestras angustias.

A veces, pensamos que la manera de estar cerca de Dios es tenerlo estrechamente junto a nosotros,

no exponemos ni hablar de Él para evitar los juicios y las críticas. En cambio, el Señor viene cuando lo anunciamos. Anuncia al Señor y lo encontrarás; busca al Señor y lo encontrarás. Siempre en camino, esto es lo que nos enseñan las mujeres: a Jesús, se le encuentra dando testimonio de Él, pongamos esto en el corazón, expresó el Papa.

Cuando recibimos una noticia maravillosa, como el nacimiento de un hijo, una de las primeras cosas que hacemos es compartirlo con familiares y amigos con gran emoción. Si esto ocurre con una buena noticia, de todos los días, infinitamente más con Jesús, **«la resurrección y la vida»** (Jn 11,25). Cada vez que lo anunciamos, viene a nuestro encuentro con respeto y amor, como el don más hermoso para compartir, habitando siempre en nosotros.

Francisco nos dice que, cuando se encuentra a Jesús, ningún obstáculo puede impedirnos anunciarlo. Si nos guardamos solo para nosotros su alegría, tal vez sea porque todavía no lo hemos encontrado de verdad.

El Papa nos invita a preguntarnos ¿Cuándo fue la última vez que di testimonio de Jesús? ¿Qué hago hoy para que las personas con las que me encuentro reciban la alegría de su anuncio? Pidamos a la Virgen que nos ayude a ser alegres anunciadores del Evangelio.



VATICANO

Anunciando la vida

RECOPILACIÓN:
GUADALUPE MORENO

DA CLIC AQUÍ



Jesucristo vendrá a juzgar a vivos y muertos

(segunda parte)

GABRIEL VILLALOBOS

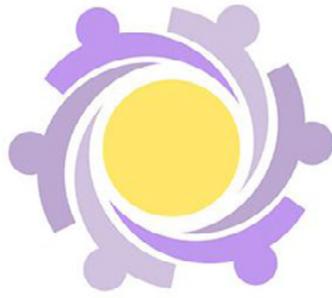
Este artículo del Credo hace referencia a la parusía, el retorno glorioso de Nuestro Señor al final de los tiempos. Jesús mismo anunció su segunda venida: **“Cuando el Hijo del hombre venga en su gloria, rodeado de todos los ángeles, se sentará en su trono glorioso. Todas las naciones serán reunidas en su presencia y Él separará a unos de otros”** (Mt. 25:31-32). Pasajes como estos hacen eco de profecías del Antiguo Testamento y se refuerzan, también, en algunas cartas y, sobre todo, el Apocalipsis.

¿Cómo entendemos estos presagios? ¿Creemos en ese fin del mundo apocalíptico o es, para nosotros, solo una metáfora? Ciertamente, los cristianos podemos leer aquí el sentido de nuestra muerte individual. Jesús nos llama a vivir, preparados para el momento de la muerte, como las novias que esperan al esposo o el siervo que espera a su amo. **“Estén prevenidos, porque ustedes no saben qué día vendrá su Señor”** (Mt. 24:42).

No obstante, no debemos desechar el sentido escatológico de la Biblia, para la cual el destino de la humanidad está unido al destino de todo el universo. Jesucristo, el Salvador del mundo, es el alfa y el omega; el sentido del universo, de la creación, de la historia y de la humanidad, su centro y su fin. Nuestro Señor realmente vendrá al final de los tiempos, a culminar la historia de la humanidad y la creación.

Esto no debe atemorizarnos, en la medida en que seamos como las novias prudentes. En el tiempo presente, la Iglesia, peregrina en la tierra, se prepara para recibir al novio **“y la han vestido con lino fino de blancura resplandeciente. El lino simboliza las buenas acciones de los santos”** (Ap. 19:8). Parusía también significa presencia; nosotros creemos que Jesús se hace presente en la Eucaristía y, así, nos acompaña hasta el fin del mundo (Mt. 28:20).

Con esperanza, busquemos el Reino de Dios y exclamemos ¡Maranatha! ¡Ven, Señor Jesús!



COMENZAR DE NUEVO

Marzo, un gran mes para "Comenzar de Nuevo"

RODRIGO VÁZQUEZ

Retiro para personas divorciadas, separadas, viudas o con alguna pérdida de un ser querido.

Llega marzo y con ello el inicio de la primavera. Una época en la que nos sentimos más contentos, joviales y hasta renovados. Aquella estación maravillosa en la que los árboles reverdecen, las plantas florecen y comienza el cortejo de muchas especies animales. Sin duda una de las mejores etapas del año.

Pero, lamentablemente, no siempre es así para todos. En muchas ocasiones hay personas que están pasando por situaciones y momentos difíciles como un divorcio, una separación, la pérdida de la pareja o un ser querido. Y créeme, no es algo fácil... A pesar de todas las cosas buenas que existen, el transitar por alguno de esos escenarios provoca que la vida se perciba como algo sin sentido, como algo desafiante que provoca que los ánimos estén por el suelo.

Sin embargo, siempre, siempre hay una luz al final del camino... siempre y cuando estemos dispuestos a verla. Afortunadamente Dios tiene un plan para nosotros, una estrategia que, si nos dejamos ayudar, nos permitirá transitar por

esas aguas de una manera más pacífica, más tranquila, de la mano de otras almas generosas que ya pasaron por ese difícil y sinuoso camino. Estas almas generosas son las que conforman el grupo "Comenzar De Nuevo". Un grupo de "sanadores heridos". Una comunidad de hombres y mujeres de valor que ponen todo su entusiasmo, ímpetu y empeño con el único fin de tender una mano a quienes lo necesitan.

Si marzo es el mes en el que inicia la primavera, ¿por qué no hacerlo el mes en el que inicia una nueva vida para todos aquellos que han tenido alguna pérdida? Quizá seas tú quien está pasando por una separación o un divorcio, enfrentando la viudez o el fallecimiento de algún ser querido. O tal vez conoces a alguien a quien le ocurre algo similar. En cualquier caso, el grupo te espera con los brazos abiertos en el retiro del 15, 16 y 17 de marzo.

Te invitamos a trabajar en tu proceso para que puedas recuperar el amor por la vida. Te invitamos a darte la oportunidad de "Comenzar de Nuevo" ...

Informes e inscripciones:

 **55 4067 7278**

CONTINUACIÓN...

SUS TRES ÚLTIMAS RESIDENCIAS

Al año siguiente, en 1956, se realizó una Visita Canónica y, en el informe que el visitante rindió al Superior General dijo: **«El Hermano Alfonso, no obstante su enfermedad, atiende la sacristía, aún haciendo cosas sobre sus fuerzas, como llevar jarrones u objetos pesados. Están atendiendo su enfermedad».**

En septiembre del año siguiente, 1957, convocaron a Ejercicios Espirituales a varios religiosos de las diferentes Comunidades de la República Mexicana, por lo cual el hermano Luis Ramos, encargado principal de la sacristía del Templo de Durango, se fue a México para practicarlos.

Viendo el P. Superior de Durango el estado de salud del hermano Alfonso le escribió al Superior General: **«Pido (a V.R. que el Hermano Luis Ramos) vuelva luego que termine sus Ejercicios, pues el hermano Alfonso queda en situación**

difícil para el domingo, especialmente, porque los domingos los dos hermanos se ayudan mucho para recoger las limosnas de las misas».

Recuerda el P. Guillermo Grave, Superior entonces de la Casa de Durango, que una vez los feligreses fueron con gran preocupación a buscarlo, a él, a la sacristía, para avisarle que el hermano Alfonso, al ir recogiendo la limosna, se había caído en la iglesia: **«Padre, ese hermano, que tiene cara de santo, se cayó».** En efecto, haciendo verdaderos esfuerzos, recogía la limosna con grande abnegación en todas las misas y, tal vez, se tropezó, o la llaga de la pierna le dolió demasiado, el caso es que cayó por tierra y las monedas que estaban en la charola rodaron por el pavimento. Los feligreses devotos se apresuraron a levantarlo y a recoger religiosamente el dinero desparramado y restituirlo a la charola».

...CONTINUARÁ



LAS CAUSAS DE LA BEATIFICACIÓN Y CANONIZACIÓN DE LA FAMILIA DE LA CRUZ

H. Alfonso Pérez Larios, M.Sp.S.

RECOPILACIÓN:
P. ALFREDO J. ANCONA CÁMARA, M.SP.S.

¡Decir adiós es tan triste y hay tantas despedidas en nuestras vidas! El adiós al ser querido que se nos adelantó, el adiós a quien amamos y se aleja del hogar... Todos, en algún momento de la vida, pasamos por alguna despedida que nos causa una fractura en el corazón.

Cuando hay un dolor profundo, estamos abatidos y parece que un gran peso nos aplasta, y solo queda el consuelo de la oración y la fe. Por eso, hay que saber despedirnos, porque una cosa es decir adiós, así, con simpleza; y otra, muy diferente, es despedirnos sin ese sabor amargo. Decir adiós, sin sabiduría, es abandonarse a ese dolor que tiene sabor a muerte y es también sumergirse en la profunda pena que nos brota del corazón que se ha quedado con un hueco enorme, del que asoma la desesperación.

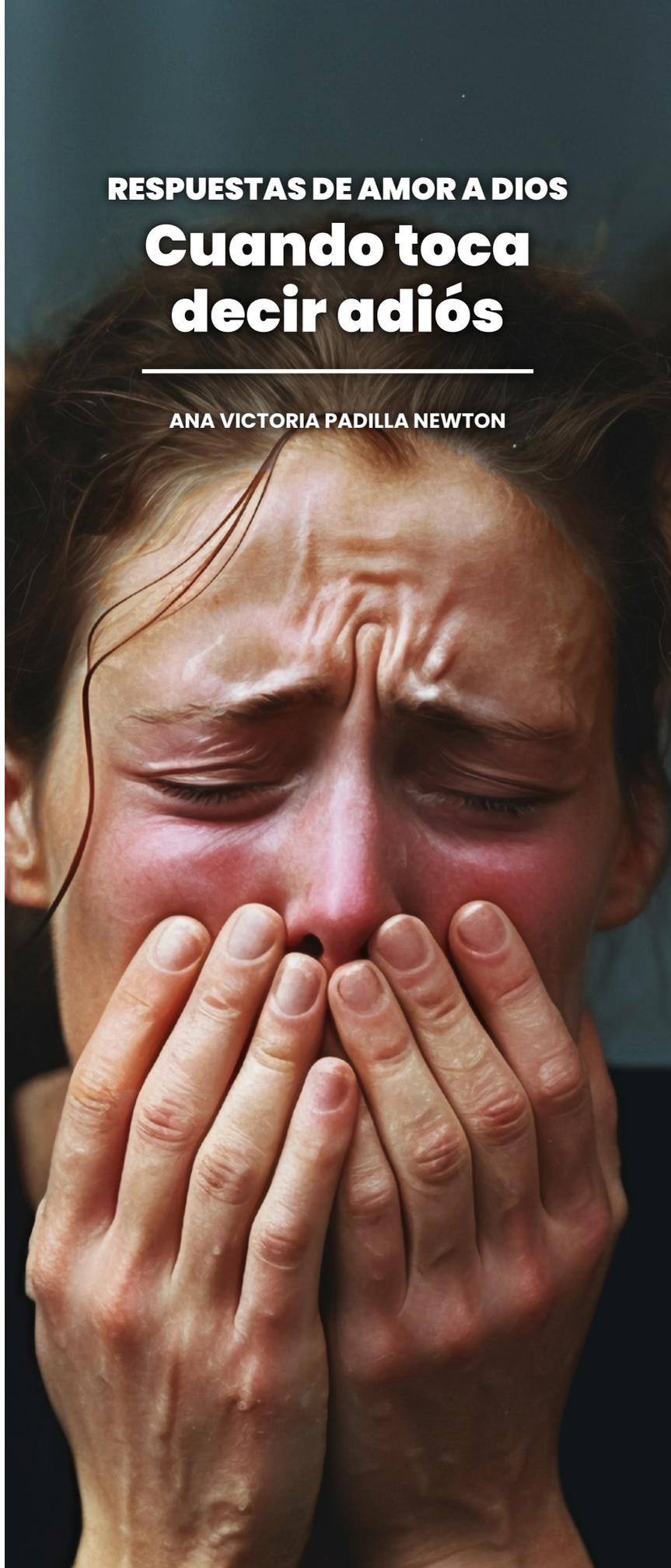
¿Cómo lograremos saber decir adiós, dónde encontraremos una forma diferente para que este adiós nos sea más soportable? Pensemos en María. ¿Cómo se habrá despedido ella de José, cuando murió? ¿Y de Jesús, antes de sus tres años de predicación? Han quedado, en el primer caso, solos, María y su Hijo, silencios cargados de tierno amor, rebosantes de gran fe. En el segundo caso, quizás, María se quedó a la puerta, mirando cómo Jesús se alejaba por el camino para ir a predicar, quedándose sumida en sus pensamientos, en sus recuerdos, meditando todo en su corazón. Y, en ambas escenas, por supuesto, el dolor que apareció y que subió en oración hasta el Padre, en un nuevo Fiat, un nuevo Hágase Tu Voluntad.

María, nuestra Madre, nos enseña a saber decir adiós, un adiós que no es fingir que no duele, sino que es aceptación de la Voluntad Divina, en oración rebosante de confianza en Dios.

RESPUESTAS DE AMOR A DIOS

Cuando toca decir adiós

ANA VICTORIA PADILLA NEWTON



Todas nuestras misas comunitarias se transmiten por nuestra página de Youtube y Facebook "Parroquia Santa Cruz del Pedregal", pero también están abiertas a la presencia de fieles el templo parroquial y en la capilla.

HORARIOS Y SERVICIOS

Oficina parroquial:

De martes a jueves de 9:00 am., a 3:00 pm., y de 4:00 pm. a 6:00 pm.

Sábado de 9:00 am., a 3:00 pm.

Tel. (55) 5652-6399

Correo electrónico: mspspedr@prodigy.net.mx

HORARIOS DE MISAS:

Parroquia de la Santa Cruz

Todas las misas son presenciales

Transmisiones por Facebook y YouTube:

Parroquia Santa Cruz Pedregal

Lunes a viernes: 8:00 am., 12:00 pm. y 7:00 pm.

Sábado: 8:00 am., 12:00 pm., 6:00 pm. y 7:00 pm.

Domingo: 8:00 am., 10:00 am., 11:30 am., 1:00 pm.,

2:15 pm., 5:30 pm., 7:00 pm. y 8:15 pm.

Capilla Nuestra Señora de Guadalupe - Aculco

San Jerónimo Aculco, Emiliano Zapata y 19 de Agosto

Presenciales

Transmisiones por Facebook y YouTube:

Martes a sábado 7:00 p.m.

Domingo 9:30 a.m., 1:00 p.m.

Capilla María Auxiliadora Héroes de Padierna

Guerrero 2, Héroes de Padierna

Transmisiones por Facebook y presencial.

Domingo 11:00 am.

Confesiones

Sábado en la tarde y domingo, durante todas las misas.

Ceremonias

Bautizos, Primeras Comuniones, 15 Años, Bodas,

Misas de Difuntos

Preguntar posibles horarios en la oficina

Bautizos comunitarios

Sábados: 10:00 am.

Otros horarios en la Capilla de Guadalupe:

Preguntar en la oficina

ACTIVIDADES

Informes en oficina parroquial.

Grupos para niños

Catequesis Buen Pastor. Espíritu Santo

Parroquia de la Santa Cruz

Nivel 1, de 3 a 6 años (aula 6); N2, de

6 a 9 (aula 7), y N3, de 9 a 12 (aula 3).

Inicia 25 o 26 de septiembre

Niños a partir de 3 hasta 9 y medio años

Lunes o martes de 4:20 pm a 6:10 pm.

Adolescentes

Éxodo: 12 a 15 años

Casa Santa Cruz (Blvd. de la Luz #208)

Sábados: de 10:00 am. a 1:30 pm.

Jóvenes

Adoración para jóvenes

Cripta

Último martes de mes 8:00 pm.

Emaús

Casa Santa Cruz (Blvd. de la Luz #208)

De 16 a 18 años

Sábados de 4:30 a 7:00 pm.

Nova

Casa Santa Cruz (Blvd. de la Luz #208)

De 18 a 25 años

Viernes cada 15 días

Informes oficina parroquial

Adultos

Pastoral de adultos Apostolado de la Cruz

Jueves de 10:00 a 13:00

Alianza de Amor para hombres

Martes 8:00 pm. Casa Santa Cruz

Alianza de Amor para mujeres

Jueves 10:00 am. Casa Santa Cruz

Asamblea de Oración

Martes de 10:00 a.m. a 12:00 p.m. Cripta.

Comenzar de Nuevo

Sesiones de Seguimiento Retiro

Miércoles 7:30 a 9:30 pm Aula 7.

PRÓXIMO RETIRO: 15, 16 y 17 de marzo.

Voluntarias Vicentinas del Pedregal

Atiende asilo y comedor de ancianos,

guarderías, hospital vicentino

tel. 5616-2639

voluntariasvicentinas@prodigy.net.mx

Para poder seguir realizando nuestra gran labor parroquial te invitamos a aportar tu ofrenda a la cuenta de

Banorte 0543853583 a nombre de

"Misioneros del Espíritu Santo Provincia de México, A.R."

Clabe: **072 180 00543853583 8**

Concepto: **Ofrenda.**

O bien, da **clic aquí**

o escanea el código QR para

llenar el formulario de donación.



Ministros Extraordinarios de la Sagrada Comunión

MESAC Atención a enfermos en casa y hospital.
Informes en la oficina Parroquial

Ministros Extraordinarios de Celebraciones Litúrgicas MICELIS

Reunión mensual 2do martes del mes virtual 8:00 pm

Charla Prebautismal

Informes e inscripciones en oficina parroquial.
Para papás y padrinos de bautismo.
Generalmente miércoles cada 15 días a las 8:30 pm.

Prematrimonial

Cursos mensuales para parejas de novios
Informes e inscripción en oficina

Presencial

Último fin de semana de cada mes

En línea

26 de noviembre

Adoración al Santísimo

Todos los jueves de 7:45 pm. a 8:45 pm.
Dirigida por el P. Gildo, en el Templo

Grupos de Jesús

Continuarán en línea

Exposición del Santísimo

De lunes a viernes de 8.30 am. a 12:00 pm.
En la Capilla de Guadalupe

Intenciones Comunitarias

Anotarlas personalmente en las oficinas o por teléfono

Vinculación Social A.C.

Bolsa de trabajo
De lunes a jueves de 10:00 am. a 2:00 pm.

Repase

Casa Santa Cruz (Blvd. de la Luz #208)
Inscripciones en oficina o al número Luz Llamas
Retiro para personal de servicio 4° miércoles de los meses: febrero, abril, junio, septiembre y noviembre.

Cursos de Evangelización (en línea)

Nuevos grupos a partir de agosto todos los jueves de 10:00 am. a 11:30 am.; y de 8:00 pm. a 9:30 pm.

Síguenos en nuestras redes de la Revista Ven y Sígueme:



Marzo

- 3 **3° Domingo de Cuaresma**
87° aniversario de la muerte de Beata Conchita
- 6 Unción de los Enfermos (Misa de 12 p.m.)
- 10 **4° Domingo de Cuaresma**
Bazar Solidario (8:00 a.m. – 9:00 p.m. en el atrio de la Parroquia)
- 11 Cumpleaños (74) P. José Arturo Padilla Navarro
- 15-17 Retiro Comenzar de Nuevo
- 17 **5° Domingo de Cuaresma**
Onomástico P. José Arturo Padilla Navarro
- 24 **Domingo de Ramos**
- 24-31 Misiones juveniles
- 25 La Encarnación del Señor
118° aniversario de la Encarnación mística.
99° aniversario de la profesión religiosa de NVP Félix de Jesús Rougier como M.Sp.S.

- 28- 31 **Marzo Triduo Pascual**
- 28 Jueves Santo: Misa de Institución de Eucaristía y lavatorio de pies 7:00 p.m.
Adoración al Santísimo terminando la Misa de 7:00 hasta las 11:00 p.m.
- 29 Viernes Santo: Vía Crucis 11:00 a.m.
Pasión del Señor 4:00 p.m.
Pésame a la Virgen: 8:00 p.m.
- 30 Sábado Santo: Vigilia Pascual: 9:00 p.m.
- 28-31 Semana Santa para niños en la Casa Santa Cruz
- 31 **Domingo de Pascua: Misas con horario dominical a partir de las 11:30 a.m.**

«Señor de mi alma, [...] mi Jesús, y ¿por qué me quieres a mí?», pregunta la beata Concepción Cabrera. La respuesta no podría ser más simple ni más atinada: **«Porque sí»**¹.

En el amor humano, es normal que tengamos o busquemos razones para amar a una persona: porque es simpática, atractiva, alegre, amable...; porque es mi madre, mi hermano, mi esposa, mi hijo...; porque me ha ayudado...

Consciente o inconscientemente, quisiéramos encontrar en nosotros motivos o razones para que Dios nos ame²: **«porque yo lo amo», «porque le he sido fiel», «porque tengo virtudes», «porque amo y sirvo a los demás», «porque he trabajado y me he sacrificado por Dios»...**

Jesús nos ama porque es Dios, porque quiere amarnos, porque nos creó por amor y para amarnos, porque se complace en amar, porque es Amor y no puede no amarnos.

Si le exigimos una respuesta, nos diría algo así: **«Te amo porque eres mi imagen y semejanza, porque eres persona, porque eres tú. Lo que tengas o aquello de lo que carezcas nada tiene que ver con mi amor a ti. Te amo porque sí, ¡y ya!»**

Este amor que Dios nos tiene nunca disminuirá; tampoco crecerá, pues nos ama infinitamente. Nos ama con amor eterno; aunque lo rechacemos, pequemos, nos alejemos de él, jamás dejará de amarnos.

Desde luego que no es indiferente a nuestro comportamiento. Cuando pecamos, Dios se entristece y se avergüenza, pero no deja de amarnos. Cuando hacemos el mal, sufre y se enoja, pero no nos rechaza. Cuando nos alejamos de él, renegamos de él e incluso lo odiamos, llora, pero sigue amándonos. Cuando lo buscamos, lo amamos, le agradecemos, hacemos el bien a los demás, caminamos en santidad... se alegra, se llena de santo orgullo, pero no por eso nos amará más.

Saber que Dios nos ama así, nos bastaría para ser felices, y debería suscitar en nosotros el deseo de amarlo con todo el corazón, con toda el alma, con toda la mente y con todas las fuerzas (cf. Mc 12,30). Y **«si Dios nos amó de esta manera, también nosotros debemos amarnos unos a otros»** (1Jn 4,11).

¹ CC 24,147: 6 octubre 1906.

² «¿Qué tengo yo, que mi amistad procuras?», preguntaba Lope de Vega.



INYECCIONES DE FUEGO

Jesucristo nos ama porque sí

P. FERNANDO TORRE, M.SP.S.



ENCUENTRO PERSONAL CON DIOS

Olvidarme de mí mismo, mi misma

DRA. SONIA VILLASEÑOR MANRIQUE

Estimado lector y lectora, una vez más, nos encontramos en estas páginas para la vivencia de la Espiritualidad de la Cruz, a través de la práctica de la Cadena de Amor, que dictará la Beata Conchita, madre de las Obras de la Cruz, a nuestro Señor Jesucristo. Son reglas que requieren de nuestra conciencia y convencimiento para dirigir nuestro actuar en el día a día y, así, experimentar constantemente la presencia de nuestro Señor caminando a nuestro lado.

Hoy, nos toca repasar el olvido de mí mismo, mi misma. Sí, como lo oyes. ¿Qué tan difícil será olvidarnos de nuestras preocupaciones, de nuestro sentir, de nuestro pensar, de nuestras cosas? Para poderlo lograr, se requiere contemplar a Jesús en su vida pública, olvidándose de sí para servir a los demás. Implica la renuncia de mí misma/mismo en Jesús. Confiar en que Él dirige mi vida, escuchar su plan divino para decirle sí. ¿Cómo puedo saber si lo estoy logrando? El P. Carlos Vera sugiere, cada noche, revisar en mi examen diario, cómo se vivió ese día y si pude cumplir con lo propuesto, para, conscientemente, corregir la ruta, con las directrices de la Cadena del Amor.

Como hemos mencionado, un factor que me ayuda para lograr esta vivencia es la oración. Podemos hacer algo tan sencillo como

mencionar jaculatorias a lo largo de mi día, para invocar la ayuda del Señor, pero que también me recuerden en qué estoy trabajando. Por ejemplo: **“Jesús pasó haciendo el bien durante su vida terrena”**; **“Dios me amó y se entregó por mí”**. Salmo 123(122): **“A ti, levanto mis ojos, tú que habitas en el cielo. Lo mismo que los ojos de los siervos miran la mano de sus amos...”** y, como en cada regla, orar el Ofrecimiento del Verbo Encarnado cada hora.

Para practicar, podemos realizar obras concretas, por medio de las cuales hagamos sentir bien al otro, por ejemplo, alabando sus virtudes y silenciando sus defectos. Ofrecer realizar una tarea específica, sin que esa persona nos lo haya pedido, etc. Necesitamos llevar estas obras al apostolado pensando, siempre, que vamos un paso adelante de lo que los demás esperan de nosotros. No debemos pensar: **“Esto no me toca”**, sino afrontar todas las situaciones que se nos presenten y, muy importante, si algo sale mal y nos echan la culpa, no justificarnos.

¿Cómo ves lo que se ha expuesto en este artículo? ¿Qué tan aplicable lo ves en tu vida? Que el Espíritu Santo, fuente de todo consuelo, nos dé la gracia para ponerlo en práctica. ¡Así sea!

El 8 de marzo, conmemoramos a miles de mujeres que, a lo largo de la historia, han tenido la valentía y la perseverancia de luchar por sus derechos, por su dignidad y una mejor vida para las futuras generaciones. Pero este día, además de conmemorar, me gustaría invitarte, a ti, como mamá, papá, a pensar en la visión que transmites a tus hijos. Y, después, invitarte a dejar de reflexionar y empezar a actuar.

Enseña a tu hija a amar, a perdonar, a dar... Pero, también, enséñale a defenderse, a cuidarse, a ser independiente, a tener sueños sin fronteras, a perseverar en un mundo que, probablemente, la juzgue por ser simplemente una mujer. Repítele, más de mil veces, que nunca debe hacerse menos, ni reprimir su potencial por costumbre social.

A tu hijo, enséñale a ser caballero, generoso, respetuoso; también, demuéstrole que su ayuda es de suma importancia para poder construir un mejor futuro, con equidad y mayor seguridad. Enséñale que las mujeres no fueron hechas para dejarse etiquetar y maltratar. Déjale en claro que, en esta lucha, se necesita la participación del hombre, porque no es ir en contra de él, sino trabajar con él.

Enseñen a sus hijas a ser como las mujeres que conmemoramos hoy. Enseñen a sus hijos a admirar y respetar a las mujeres que celebramos

en este día. Inviten, a los dos, a ser parte del cambio, porque es su mundo y son la futura generación.

Ahora que sé que no soy una talla, un color, una etiqueta, un estado de moda o una posesión; ahora que sé que la primera que debe estar realmente consciente y convencida de su valor soy yo, estoy orgullosa de ser mujer, yo misma reconozco mi potencial.

Derramo lágrimas, no por el tiempo que perdí de vida, sino por el dolor al ver la porquería de ideología en la que nuestra sociedad está metida; por haber dejado que condicionaran mi libertad, me pusieran etiquetas y contuvieran mi potencial. Lloro por todas aquellas mujeres que aún no han logrado terminar con esa realidad.

Pero, lloro también de orgullo, por aquellos que han decidido abrir los ojos, levantar sus voces por las que ya no están y luchar por lo que todavía queda por cambiar. Lloro al ver que hay esperanza y personas que quieren generar un cambio. Lloro porque hay gente que entiende que esto es un trabajo en equipo entre hombres y mujeres. Pero, mientras lloro y seco el charco, no dejo de pensar que, definitivamente, como dice Matthew Jacobson, "es más fácil construir un niño, que repararlo cuando es adulto."





MIRAR HACIA LO ALTO

Identidad y transformación

GEORGINA ARÁMBURU MEJÍA

Amigos lectores, ahora, me gustaría reflexionar sobre nuestra identidad y transformación como cristianos-católicos. Todo comienza en el Bautismo, día en el que recibimos tres títulos: reyes, sacerdotes y profetas.

Seamos sinceros, nuestra fe la vivimos: **«palomeando»** los sacramentos, asistiendo a misa los domingos, pero no vamos más allá. La verdadera fe se vive donde está Dios, en nuestro interior, solo así logramos una intimidad con Él y una transformación en nuestras vidas. Ser reyes, a la manera de Jesús, significa vivir sirviendo a los demás y no ser servidos; ejercer nuestro sacerdocio, ofreciendo cosas agradables y entregando toda nuestra vida a Dios; ser profetas, hablando en su nombre, para llevar a nuestros hermanos a Él.

Por nuestro Bautismo, estamos invitados a llevar amor a los demás. Para eso, mi normalidad debe ser, ¿cómo vivió Jesús? **«No todo el que me diga: Señor, Señor, entrará en el Reino de los Cielos, sino el que haga la voluntad de mi Padre que está en los cielos»**. Mt.7,21 Jesús, ante todo, vivió haciendo la voluntad del Padre y, para ello, necesitó intimidad con Él.

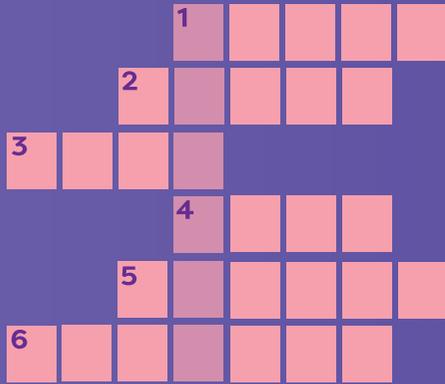
Jesús vivió amando a todos, proclamando y sanando. Y, con el Bautismo, nos pasa la estafeta, para continuar en Su nombre, lo que Él vino a empezar aquí y nos envía. **«La mies es mucha y los obreros pocos. Rueguen al Dueño de la mies que envíe obreros a su mies»**, Mt.9,37-38. De tal manera que, no solo debemos «palomear» los sacramentos y vivir solo recibiendo de Dios, sino ponernos en acción.

Jesús, unido al Padre, vino a hablar las palabras de su Padre. Jesús, enraizado en su Padre, nos dice: **«Vayan por todo el mundo y proclamen la Buena Nueva a toda la creación. El que crea y sea bautizado se salvará. Estas son las señales que acompañarán a los que crean: en mi nombre: expulsarán demonios, hablarán en lenguas nuevas, tomarán serpientes en sus manos y, aunque beban veneno, no les hará daño; impondrán las manos sobre los enfermos y se pondrán bien»**.

Pidamos a Dios conciencia de lo que implica ser sus hijos predilectos; parresía para que hablemos en su Nombre, con fuerza y con poder; y Espíritu Santo para hacer vida nuestro Bautismo. Amén.

Semana Santa

Descubre las palabras del crucigrama:



Pistas: (Contesta de manera horizontal)

1. Negó a Jesús 3 veces.
2. Estuvo al pie de la cruz acompañando a Jesús
3. Número de días que pasaron para la Resurrección.
4. ¿Qué fue lo último que hizo Jesús con sus amigos antes de morir?
5. Getsemaní, el lugar donde rezó Jesús era un...
6. Romano que condenó a muerte a Jesús.

Respuestas: PEDRO, MARÍA, TRES, CENA, HUERTO, PILATOS

VAMOS A JUGAR

Por Nayelli Díaz

De por sí, tres palabras que, aisladas, no significan nada, pero que, al juntarlas en una frase corta, **“chusca”** y sin aparente **“sentido”**, revelan más de lo que a veces quisiéramos permitir.

Intento averiguar de dónde viene esa expresión. Es probable que solo se entienda si eres mexicano, porque crecimos escuchándola y porque hemos aprendido, también, cuándo y cómo aplicarla. Ni siquiera me he tomado la molestia de buscar alguna definición o explicación acerca de la misma, porque, ya de por sí, así, solita, me proporciona la información que necesito.

Creo, sin temor a equivocarme, que hay tres formas fundamentales de adaptarla al expresarnos y, a continuación, unos sencillos ejemplos. Todas sus versiones tienen un común denominador, que es el sarcasmo, pero sí hay forma de diferencias:

La primera es la negativa, que encierra una verdad **“desafortunada”** y un tanto **“contundente”** (ouch):

Lo que decimos: de por sí, es flojo... lo que nos faltó por decir: y le das la tarde libre.

De por sí, no paga... y le vuelves a prestar dinero.

La segunda es 100% sarcástica, que encierra una verdad **“a medias”**:

De por sí, se cree guapo... y le dices que parece italiano.

Y, una tercera que es la que más me ha hecho reír al estar escribiendo este texto:

La simpática, que encierra una verdad, así, **“cómica”**:

De por sí, es distraída... y le platicas, mientras maneja (me representa).

Muchas van acompañadas de famosos **“dichos populares”** igualmente sarcásticos:

De por sí, el perro es gruñón... y le pateas la reja.

De por sí, no despierta... y le meces la cuna.

De por sí, no alcanza... y le quitas el banquito.

Pero, ojo, no hace falta completar la frase cuando está por demás, lo que ya viene implícito en un **“de por sí”**.

Concluyo que estas tres palabras en una se usan para describir **“prudentemente”** lo que te representa, lo que te distingue (positivo o negativo); algo que, sin necesidad de terminar la frase, un tercero puede interpretar, porque te caracteriza; porque sustituye al **“sujeto, verbo y predicado”** que llevas dentro, con todo y adjetivos calificativos.

Para cerrar... yo decidí empezar a escribir textos para dejar de hablar tanto y no me pidan que les platique cómo estuvo la cosa, porque les adelanto que, de por sí, ¡es mi de por sí!

¿Cuál es el tuyo? Todos tenemos uno o varios.

De por sí...

ALEJANDRA BARRERA SEGURA





DEJANDO HUELLA

Artesanos de Paz

GISÈLE SCARNIÈRE

En el año 2020, el Papa Francisco escribió la Encíclica Fratelli Tutti, en la cual nos recuerda que, como comunidad, navegamos en la misma barca, para construir un mundo más justo y fraterno en la vida social y cotidiana. Nos habla también de la justicia, la solidaridad, la empatía y la fraternidad, entre todos nosotros, y nos invita a ser Artesanos de Paz:

Los procesos efectivos de una paz duradera son, ante todo, transformaciones artesanales obradas por los pueblos, donde cada ser humano puede ser un fermento eficaz con su estilo de vida cotidiana. Las grandes transformaciones no son fabricadas en escritorios o despachos. Entonces, cada uno juega un papel fundamental en un único proyecto creador, para escribir una nueva página de la historia, una página llena de esperanza, llena de paz, llena de reconciliación. Hay una "arquitectura" de la paz, donde intervienen las diversas instituciones de la

sociedad, cada una desde su competencia, pero hay, también, una "artesanía" de la paz que nos involucra a todos.

Esta artesanía de la paz es fundamental para llevar a nuestro mundo a ser mejor cada día mediante nuestras acciones y decisiones; construir y ofrecer, por medio de la fraternidad, algo positivo para cada uno, en forma recíproca.

Desde la intimidad de cada corazón, el amor crea vínculos y amplía la existencia, cuando saca a la persona de sí misma hacia el otro. Crear las posibilidades de vivir esa nueva humanidad transida por el amor fraterno, soñada por Dios mismo para sus hijos.

Vivamos la fraternidad, siendo esos artesanos de paz que nos propone el Papa Francisco.

El último domingo de este mes, celebraremos el acto de amor más grande que ha existido. Jesucristo resucitó venciendo a la muerte y, por amor, nos alcanzó la vida eterna. También, el primer domingo del mes, tenemos la oportunidad de celebrar una vida fecunda entregada por amor.

El 3 de marzo, la Iglesia recuerda a la Beata María Concepción Cabrera de Armida (1862-1937). Desde niña, practicaba obras de amor, enseñando a leer y catequizando a los niños que no sabían leer. Se casó, a los 22 años, con Francisco Armida, y tuvieron 9 hijos.

Sin descuidar sus deberes de estado, Conchita alimentaba su vida espiritual; durante unos ejercicios, tuvo la visión de la Cruz del Apostolado, que la inspiró a fundar las Obras de la Cruz: Apostolado de la Cruz, Religiosas de la Cruz del Sagrado Corazón de Jesús, Alianza de Amor, Fraternidad de Cristo Sacerdote y los Misioneros del Espíritu Santo.

Su legado, plasmado en un diario espiritual, consta de más de 66 volúmenes, así como cartas y libros que se han publicado en varios idiomas. Su herencia se extiende a una familia espiritual

que, además de las Obras de la Cruz, consta de nueve Congregaciones Religiosas y Movimientos de Pastoral.

El Papa Francisco la beatificó en 2019. La vida de Conchita tuvo pesados sinsabores. Además de su esposo, murieron tres de sus hijos, padeció varias enfermedades; no obstante, su testimonio es una vida ofrecida a los demás por la salvación de las almas, cumpliendo la misión que Jesús le dio y así lo hizo, incluso, desde su cama hasta el final de sus días.

Celebremos y agradezcamos a Dios por concedernos, a través de esta Laica, Mística y Apóstol la Espiritualidad de la Cruz, que es un hermoso camino por el cual podemos seguir los pasos de Jesús Sacerdote y Víctima, contemplativo y solidario.

OFRÉCEME Y OFRÉCETE

Obras de amor

TERE ROJAS JUÁREZ

DA CLIC AQUÍ

WWW

REFLEXIONES DE UN
MILLENNIAL CATÓLICO

La noche, el grito, la muerte...

EUGENIO VALLE RUIZ



Nuestras noches y tu noche se conocen bien, Señor. Nuestras noches de dolor, de desesperación, de abandono, de gritos, de desesperanza, de soledad. A pesar del miedo, no quisiste saltarte todos los sufrimientos, porque quisiste hacerte semejante a tus criaturas. Siendo Dios todopoderoso, fuiste tan empático que te encarnaste, te sometiste, luchaste y, por amor, te entregaste, para salvarnos, sí, pero también para mostrarnos que Tú entiendes el mal, las noches, los gritos e, incluso, la muerte.

Y la realidad es que, cada año, sigues prolongando tu Triduo Sacro, aunque lo haces desde la liturgia que celebra tu Iglesia anualmente, también desde el dolor de cada uno de tus hermanos.

Sigues condoliéndote, con quienes son encarcelados injustamente, con quienes pasan las noches en los hospitales acompañando a su familiar enfermo o herido, o con quienes ya perdieron a su ser querido y lo acompañan en su último adiós.

Acompañas a quienes sufren de violencia física, psicológica y sexual, todos los días, a los migrantes, a las víctimas de los fenómenos naturales, de las guerras, del terrorismo y el narcotráfico, de la pobreza y la indolencia de los gobernantes, muchos de los cuales se proclaman seguidores tuyos.

Acompañas a los ancianos abandonados y a los jóvenes discriminados y acosados.

Acompañas, porque conoces y nos conoces.

¿Y qué podemos hacer nosotros, como Iglesia, sino emularte en ese acompañamiento con los desprotegidos, con los abandonados, con los pequeños?

Amigo mío, cada año contemplamos tu cruz, una cruz con corazón, una cruz luminosa y glorificada. Por favor, danos la gracia para también ver las cruces que vive cada uno en su obscuridad, que no han sido glorificadas por la religión, que son tan cotidianas que pasamos por alto.

Danos el regalo de la empatía, de la misericordia, de la compasión. Que esta Pascua no nos sea indiferente, ni litúrgicamente, ni socialmente, que, de verdad, te veamos en el más pequeño.

¡Ánimo firme! ¡Qué viva la Cruz (y demás cruces oscurecidas por nuestra indiferencia)!

La danza universal

P. BERNARDO SADA, M.SP.S.

Señor, amigo y amante de todo lo bueno y lo bello. Te descubro en los ruidos silbantes de la noche, envolviéndome, echándome encima tu manto oscuro. ¿Es que acaso te entreveo, cálido y sonriente, en esta noche que me abraza, en sus cantos y su viento, sus estrellas y su negro velo?

¿Qué es esta interior similitud que encuentro tener con todo lo que existe, esta íntima atracción entre los cuerpos más diversos: la flor y el colibrí, la nube y la montaña, las piedras y la lluvia que las besa? ¿Qué es sino tu pulso creativo, que todo lo habita, todo lo sostiene y todo lo vincula? Oh, amable corazón de lo real, déjame mirarte detenidamente, hazme escuchar tu música escondida en la mañana, enséñame a cuidarte con esmero en cada ser.

Y, cuando lleves esta danza a su canción definitiva, y la ambición y la violencia sean recuerdos de lo viejo, cuando al fin te recibamos completa y libremente, el universo entero te dirá en mi boca aquello que, al crearnos, tú soñabas.





Días santos, un motivo para reflexionar

GABRIELA MARCIAL SANTOS

La Semana Santa es el tiempo para armonizar nuestro encuentro con Jesús, de analizar nuestras relaciones con nosotros mismos, con nuestra familia, amigos, nuestro vínculo con lo que nos rodea.

Sabemos que la Cuaresma es el camino para prepararnos, desde el Miércoles de Ceniza hasta Semana Santa: el jueves, la última cena; el viernes, con el viacrucis y muerte de Jesucristo; el Sábado de Gloria y el Domingo de Resurrección, en donde nosotros también buscamos resucitar espiritualmente como hombres y mujeres nuevos.

Pero ¿qué pasa durante esa semana? Vivimos el Domingo de Ramos y están estos tres días antes del jueves, que también siguen siendo días santos, lo son porque cada uno va realizando su propio proceso de caminar con Jesús, la preparación para la propia cruz.

Ante la puerta que abre camino hacia la cruz, hay que descubrirse. Para ello, hay que adentrarnos hacia el interior y alejarnos de todo el ruido, mirarnos a nosotros mismos, con la misma mirada amorosa con la que el Padre nos ve. Son días en que tenemos este encuentro real con Dios y con los demás.

Andamos muy ocupados por todo lo que pasa a nuestro alrededor: el trabajo, las cuestiones personales, las distracciones de este mundo, que, de pronto, la Semana Santa nos permite reflexionar sobre nosotros mismos; a ver a ese hombre que perdona todo, que ama hasta dar su vida por nosotros... y que nos permite acompañarlo cada día.

Y que, así como el nacimiento del niño Jesús nos reúne a todos como familia, podamos también, como familia, acompañarlo en el momento de partir de este mundo, enseñándonos la importancia del perdón y del amor al prójimo.

Nunca perdamos la fe en Dios y la fe entre nosotros, como hermanos; que podamos observar nuestro crecimiento como cristianos, con hambre de paz, justicia, ternura y amor. Que esto sea el pan de cada día que se reparta entre nuestros hermanos.

Tengamos una Semana Santa llena de agradecimiento, para reencontrarnos con nuestra fe y, así, avivar la esperanza sabiendo que, con Jesús, todo lo puedo, pero, sin Él, nada.



UN ESPACIO PARA CRECER

Tu mes para florecer...

RODRIGO VÁZQUEZ GUITÉRREZ

Marzo da pie al inicio de la primavera y se caracteriza por ser el mes en el que florecen las plantas y reverdecen los árboles. Un mes en el que, de manera natural, las personas nos sentimos más alegres, empáticas y conectadas con los demás. Incluso, hay psicólogos que han estudiado este **“fenómeno”** con el fin de determinar las causas por las que nos sentimos más entusiastas, con más vigor y con más ganas de vivir la vida.

Y ya que es un mes en el que florecen las plantas, por qué no aprovechar esta **“ola”**, uniéndonos de manera que podamos florecer nosotros también. Podrías empezar enfocándote en 3 principales áreas de tu vida:

Florece en tus talentos, dándote la oportunidad de desarrollar e incrementar tus capacidades. Piensa, por un momento, ¿en qué podrías mejorar? ¿Cuáles son esas habilidades que han quedado **“dormidas”** para las cuales sabes que tienes talento? ¿Cuál sería esa aptitud que, de perfeccionarla, te brindaría los mejores resultados?

Florece en tus habilidades socioemocionales, permitiéndote ser más empático, más colaborativo, adentrando en el autoconocimiento, con el fin de ser una

persona más completa, que sabe regularse y expresar sus emociones de manera correcta beneficiando a los demás, pero, principalmente, a sí misma.

Florece en tus relaciones, en aquellas en las que sabes que podrían mejorar. En la relación con tus hijos, con familiares o amigos de los que te has distanciado. Uno de los momentos en los que somos más felices es cuando nos sentimos conectados con los demás. Y ¡qué mejor que con las personas importantes para nosotros!

Date la oportunidad de hacer, de marzo, el mes en el que te permites florecer, alcanzando todo tu potencial, convirtiéndote en la mejor persona que sabes que puedes ser y vivir tu vida como siempre la has soñado.



La nueva oportunidad del perdón

D.P. JOSÉ IGNACIO ABARCA FRANCO

El perdón es el don más precioso que Dios le ha dado al hombre, pues es el entregar el dolor y el daño recibido por Jesús, a fin de que ya no lo domine y enfrentar a aquel que lo dañó, para poder arreglar y consolar, para restaurar la comunicación, para poder acompañarse a crecer y construir una relación mejor,

Porque, el que perdona se libera de la cadena que le impone el pecado de otro; el que recibe el perdón se libera de la culpa que lo detiene. A ambos, Dios es quien los anima a ser libres de motivos de esclavitud.

El dolor somete al que lo provoca y al que lo recibe, para encontrar una vía de escape de uno mismo. La forma de resolverlo para el mundo es la razón que justifica más violencia; para Dios, es el momento de manifestar el auténtico amor y ver más allá de la violencia que se sufre, el dolor que la provoca y, así, entrar en una relación de sanación y comunicación, que solo se puede resolver al perdonar, no en forma inconsciente y temeraria,

sino en una visión profunda, al resolver los motivos y situaciones que llevaron a ese momento de agresión y dolor.

El perdón es el inicio de una nueva oportunidad. El conocer la debilidad y el dolor de aquel que me ha dañado y lastimado me muestra que, tras ese acto de agresión, hay un dolor contenido que lo impulsa a manifestarlo en contra de aquel que oponga menor resistencia, inclusive, si es el mismo.

Al perdonar, se revela ese dolor que no se ha enfrentado y, en la oportunidad que se da; se tiende la mano para acompañar, entender y encontrar la solución. Por ello, el perdón no es el olvido de la situación, sino la manera de enfrentarla, sanarla y resolverla, porque es el acto de amor más sublime que existe: sanar una relación que se ha roto, al romper la comunicación y el encuentro con la verdad que somos y cómo nuestra existencia manifiesta la realidad de la voluntad de Dios.



SALUD Y BIENESTAR

¿Sabes en qué consisten los platillos inteligentes?

MNA. GLADYS MARÍA BILBAO Y MORCELLE

Para que un platillo pueda ser considerado como sabio o inteligente, es necesario que incluya productos de los diferentes grupos de alimentos: verduras y frutas, cereales como maíz o trigo, productos de origen animal como pescado, pollo, res, huevo, queso y leguminosas como frijoles, habas, lentejas.

En la comida mexicana, existen varios platillos sabios o inteligentes, como por ejemplo el pozole. Este incluye granos de maíz, tostadas, carne de res o pollo y se acompaña de lechuga, cebolla, rabanitos, limón al gusto y, para condimentar, orégano y chile.

Los tlacoyos también se pueden considerar platillos inteligentes, ya que son hechos a base de masa de maíz, rellenos de frijol o habas, salsa verde o roja, queso panela o chorizo y se les puede agregar quelites o nopales.

Otros ejemplos de platillos mexicanos inteligentes serían el mole de olla, los chiles en nogada, tacos de cochinita pibil, tamales de pollo con rajas en salsa verde o roja, sopes de pollo o de chorizo con lechuga y salsa verde o roja.

Recetas para desayunos inteligentes:

- Un omelette, con 2 claras de huevo, relleno de $\frac{1}{2}$ taza de espinacas guisadas al gusto y 30 gramos de queso de cabra, bañado en $\frac{1}{2}$ taza de salsa de jitomate con un poco de picante, rodeado de 3 espárragos salteados con aceite de oliva y 4 rebanadas de jitomates asados, acompañado por una rebanada de pan tostado.
- Un licuado de manzana o plátano para el desayuno, también es un alimento inteligente si se prepara, por ejemplo, con 1 vaso de leche de vaca entera o descremada, 3 cucharadas de avena natural, 1 pieza de plátano o manzana y, para dar mejor sabor, $\frac{1}{4}$ cucharadita de vainilla y 1 cucharada de miel de abeja, ideal para evitar un ayuno prolongado.

Fuente: Gaceta UNAM.



CONTIGO EN EL
DISEÑO
DE TU ESPACIO

LLAVES PARA BAÑO Y
COCINA • REGADERAS • WC
LAVABOS • ACCESORIOS



HELVEX

LA LLAVE DE MÉXICO

síguenos



www.helvex.com.mx



\$6,000.00 M.N.

¡Es un placer!

Todo Incluido

4 días, 3 noches

De luna de miel o con la familia, para divertirse, descansar y disfrutar de la naturaleza, somos los mejores en Ixtapa.

Pregunta por los paquetes y promociones que tenemos. Contamos con paquetes especiales lunamieleros.

Cd. de México (55) 4160 9006

Fax (55) 4160 9139

yadira.garcia@pacifica.com.mx

www.pacifica.com.mx

Sujeto a disponibilidad. Persona adicional \$500.00 M.N. por día. No reembolsable. Impuestos incluidos. Aplican restricciones. Vigencia para viajar en mayo, junio, septiembre y octubre, con suplemento especial para el verano. Programa diseñado para parejas de 30 a 60 años, con ingreso mensual combinado de \$35,000.00 pesos. Se considera menor de edad a niños y niñas no mayores de 12 años y cuya estatura no exceda los 1.50 mtr. Los Participantes deberán asistir a una presentación de 90 minutos de Pacífica Resort durante su estancia. En caso de no asistir al desayuno presentación se cargará a su cuenta la tarifa regular de hospedaje vigente. Promoción válida solo para tarjetahabientes, Visa, Master Card y American Express.



¡Un lugar cerca del cielo!

Reservaciones:

(755) 555 2525 / (755) 555 2510

www.pacifica.com.mx/elfaro