



Encontrando a Dios®

Nuestra respuesta a los dones de Dios

ARTÍCULOS

PÁGINA 2: El misterio de la Encarnación

Dios nos llama a la santidad a través de su Hijo.

PÁGINA 3: Una cuestión de sobrevivencia

La fe cultiva nuestra relación con Dios.

PÁGINA 4: ¿Significa la mansedumbre permitir que me maltraten?

La mansedumbre no es debilidad.

Pie izquierdo, pie derecho

Pie izquierdo, pie derecho, pie izquierdo, pie derecho... mi padre y yo bailábamos al son de la música durante la recepción de mi boda con Michael. Mis ojos estaban fijos en la profundidad de sus ojos y en ese resplandor de felicidad que solo un padre puede sentir. Por el rabllo del ojo, veía cómo mis hermanos dirigían y sostenían a papá, cuyo cuerpo ya estaba abatido y desgastado por el cáncer. Papá sonreía. Intentaba hacerme reír con algunas de sus últimas bromas. Él atesoraba esos instantes. Yo los disfrutaba. De frente a él, sentí su amor. Mi padre luchaba y mostraba entusiasmo no solo por el presente, sino también por una familia y una comunidad que vivirían más allá de su vida física.

Una familia que se fundamenta en la oración y le sonrío al futuro florece en la esperanza al contemplar y cultivar las nuevas generaciones. Mi papá siempre hacía todo lo posible no solo por acercarse a nuestros vecinos, particularmente a aquellos que tenían costumbres muy diferentes de las nuestras, sino también por exponer a nuestra familia a una incomodidad placentera que nos llevaba a una nueva manera de ver y hasta de disfrutar. Compartíamos historias como demostración de reverencia y respeto. Muy a la costumbre de Luisiana, de tanto en tanto mi papá sacaba su guitarra para entonar una canción. Asimismo, mi esposo y yo animamos a nuestras hijas a ser receptivas a las historias y a las diferencias que hay en nuestra rica cultura.



mi padre encarnan no solo su pasión de vivir para servir a Dios, a su familia y a su comunidad, sino también al mundo de sus hijos, nietos y bisnietos. Pie derecho, pie izquierdo, pie derecho, pie izquierdo... todos podemos andar en un mundo que es lo suficientemente grande y que está lleno de alegría, incluso en medio del sufrimiento, la enfermedad y la muerte porque creemos en Cristo vivo. †

Stephanie Cloutre Davis, madre de Emma y Abby, y esposa de Michael, vive en Covington, Luisiana.

“Valiente, considerado y compasivo”: estas palabras impresas en la lápida de



3

MINUTOS DE RETIRO

El discernimiento

El discernimiento es un don del Espíritu Santo que nos permite seguir a Dios y apartarnos de lo que nos aleja de él. El discernimiento va más allá del simple sentido común y requiere algo más que usar la inteligencia y la razón. El discernimiento, según el Papa Francisco, es un “don espiritual” que se debe cultivar mediante la oración.

Siéntese en una posición cómoda y con un espíritu de devoción. San Ignacio de Loyola nos dice que nuestro único propósito es amar, servir y glorificar a Dios. Dedique un momento a pedir al Espíritu Santo que le muestre cómo puede lograr este propósito. Pida la gracia para cumplir lo que se le revela. ¿Cómo puedo vivir para servir a Dios y a los demás? Concluya rezando “Amén”. ■

Siéntese en una posición cómoda y con un espíritu de devoción.

San Ignacio de Loyola nos dice que nuestro único propósito es amar, servir y glorificar a Dios. Dedique un momento a pedir al Espíritu Santo que le muestre cómo puede lograr este propósito. Pida la gracia para cumplir lo que se le revela.

¿Cómo puedo vivir para servir a Dios y a los demás? Concluya rezando “Amén”. ■



Para un retiro de 3 minutos, visite www.loyolapress.com/retiro.



MICROCAMBIOS

MicroCambios

Cualquiera que tenga hijos, sabe que los años vuelan. Los hijos nacen y van creciendo muy rápido. Un día miramos al otro lado de la mesa navideña y aquel bebé que arrullábamos en brazos, aquel niño que a los tres años se sentaba junto a la ventana para la nieve caer, ya es un adulto con familia propia...

Pero sea cual sea la etapa en la que estemos de nuestro ciclo de vida,

podemos hacer pequeños cambios que nos ayuden a apreciar el tiempo que nos resta. Mediante esos pequeños cambios individuales, podemos mantener la ansiedad a raya,

dormir mejor, pensar de manera más inteligente y amar de mejor manera. Y cuando esto se combina con los pequeños cambios de los demás, esos ajustes que hicimos, en apariencia minúsculos, pueden llegar a calmar y cambiar nuestro ajetreado mundo para bien. Como escribió el autor Howard Zinn: "No es necesario emprender acciones excelsas o heroicas para participar en el proceso del cambio. Los actos pequeños, cuando son multiplicados por millones de personas, pueden transformar el mundo". ■

Fragmento de *MicroShifts: Transforming Your Life One Step at a Time* [MicroCambios: cómo transformar su vida un paso a la vez] por **Gary Jansen** (Loyola Press, 2019).



Ejercicios espirituales en familia

San Ignacio de Loyola enseñó una manera de rezar con las Sagradas Escrituras llamada "contemplación imaginativa". En esta forma de oración uno se coloca en la escena del Evangelio como si fuera partícipe del evento. La meta es desarrollar una amistad más profunda con Jesús.

En este número, le invito a contemplar el misterio de Dios al hacerse humano.

Cuando los ángeles se fueron al cielo, los pastores se decían: "Crucemos hacia Belén, a ver lo que ha sucedido y nos ha comunicado el Señor". Fueron rápidamente y encontraron a María, a José y al niño acostado en el pesebre. Al verlo, les contaron lo que les habían dicho del niño. Y todos los que lo oyeron se asombraban de lo que contaban los pastores. Pero María conservaba y meditaba todo en su corazón.

—Lucas 2:15–19

Leer. Lea el pasaje de las Sagradas Escrituras varias veces hasta que se familiarice con la historia y pueda compartirla con otra persona.

Imaginar. Imagínese en la escena. ¿Dónde está y qué está haciendo? ¿Puede ver a José y a María con Jesús? ¿Ve a los pastores? ¿Se encuentra cerca de José o de María? ¿Cerca de alguno de los pastores? ¿Está sosteniendo a Jesús?

Percibir. Vea y escuche cómo se desarrolla la escena. Vea cómo se reúnen los pastores y cómo tratan de acercarse y ver al bebé. Observe cómo María escucha las palabras de los pastores y medita sobre ellas en su corazón.

Responder. ¿Qué significa para usted que Dios se hiciera humano? ¿Alguna vez se ha detenido a meditar en su corazón mientras contempla a sus hijos?



Descansar. Deje que Dios le hable sobre lo que vio, escuchó y sintió.

Reflexionar. ¿Qué aprendió de Jesús, de Dios o de sí mismo? ¿Qué le enseñó Dios sobre sus hijos? ¿De qué manera le invita Dios para que entienda su propio llamado a la santidad a través de Jesús y su familia humana? ■

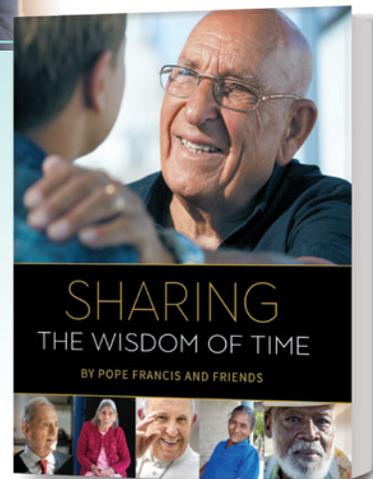
Becky Eldredge es esposa, madre, directora espiritual y autora del libro *Busy Lives & Restless Souls* [Vidas ocupadas y almas inquietas] (Loyola Press, 2017).



Compartir la sabiduría

Sharing the Wisdom of Time [La sabiduría de los años], es una colección de historias de personas mayores de más 30 países del mundo. En cada una de estas historias sus protagonistas comparten la sabiduría que han adquirido a lo largo de su vida y dan testimonio del poder de la fe, la perseverancia y el amor. ■

Sharing the Wisdom of Time [La sabiduría de los años] por el Papa Francisco y amigos (Loyola Press, 2019). Visite www.SharingWisdomofTime.com para aprender más acerca del libro.



Encontrando a Dios: Nuestra respuesta a los dones de Dios

Un boletín informativo para padres y sus familias, publicado por Loyola Press

El boletín de *Encontrando a Dios* es una expresión de la obra de Loyola Press, un ministerio de la Compañía de Jesús, los Jesuitas.

Colaboradores: Bob Burnham, OFS; Gary Jansen; Becky Eldredge; Amanda Cook; Joe Paprocki; Margaret Felice; James Holzhauser-Chuckas, ObSB

Traducción: Edesio Sánchez-Gómez

Ilustraciones: página 1: tostophoto/iStock/Getty Images, shanghaiace/Moment/Getty Images, Lanny Ziering/DigitalVision/Getty Images, página 2: kieferpix/iStock/Getty Images, aloha_17/iStock/Getty Images, PeopleImages/E+/Getty Images, nojustice/E+/Getty Images, página 3: glenda/Shutterstock.com, Shutterstock/poppit01, página 4: Hero Images/Hero Images/Getty Images, linearcurves/DigitalVision Vectors/Getty Images, Fahroni/iStock/Getty Images, FatCamera/E+/Getty Images.

Para contactar a nuestros escritores, escribanos a newsletter@loyolapress.com.

Los textos bíblicos corresponden a *La Biblia de nuestro pueblo* © 2006 Pastoral Bible Foundation y © Ediciones Mensajero. Todos los derechos reservados.

Loyola Press publica estos boletines siete veces al año (incluyendo Adviento y Cuaresma).

LOYOLA PRESS. UN MINISTERIO JESUITA

3441 N. Ashland Avenue
Chicago, Illinois 60657
(800) 621-1008
www.loyolapress.com

Visite www.loyolapress.com/familia para acceder a actividades, consejos y otros recursos a fin de fomentar una vida de fe en familia.

Número Web: W1757

Copyright © Loyola Press, 2019

Todos los derechos reservados. Está prohibida la reproducción de estos materiales sin el permiso explícito de la editorial.

UNA PERSONA PARA LOS DEMÁS

El significado de la fe

Siempre he experimentado la fe de una manera práctica. Mi mamá fue ministra del pastoral juvenil en la parroquia donde me crié, y yo fui miembro activo en mi grupo de jóvenes. Participé en distintos eventos de servicio y fui voluntaria en varias organizaciones de caridad. Cada verano esperaba con entusiasmo el viaje misionero de nuestra parroquia a Greenwood, Misisipi. Después de asistir a la Jornada Mundial de la Juventud de 2017 en Cracovia, Polonia, supe que quería ampliar mi servicio y viajar. Siempre me han interesado otras culturas y su forma de practicar la fe. El verano pasado acompañé a mi primo en un viaje misionero a Zambia. Este viaje me enseñó más sobre mi relación con Dios que todos los años que había pasado en clases de formación de la fe.

Trabajé en un campamento para niños vulnerables en Lusaka, la capital y ciudad más grande Zambia. Estos niños vivían en medio de una pobreza extrema y habían perdido a uno o a ambos padres a causa del virus del VIH/Sida, el cual ha golpeado duramente a Zambia. (Este continúa siendo uno de los países con expectativa de vida más baja en el mundo). Yo era responsable de un grupo de diez niñas entre las edades de 8 y 12 años. Me aseguraba de que comieran dos veces al día, que tuvieran acceso a educación mediante becas de patrocinadores estadounidenses y que recibieran atención médica.

La fe era una cuestión de sobrevivencia para estas niñas. Rezaban de todo corazón, con los ojos apretados y las manos entrelazadas como si su vida dependiera de ello. Me sentí inspirada al ver la íntima relación que tenían con Dios a pesar de sus circunstancias adversas. Todas las niñas rebozaban de alegría y esperaban cada día con ansiedad

para verse con sus compañeras, cuya amistad parecía inquebrantable. Estas niñas me enseñaron en qué consiste la fe verdadera: en edificar y cultivar nuestra relación con Dios, quien es nuestra esperanza.

Cuando regresé a casa, descubrí que mi propia fe se había fortalecido y renovado. ■

Amanda Cook es estudiante de primer año en *Southern Illinois University*, ubicada en Edwardsville, Illinois.



Una familia para los demás

La dignidad del trabajo

Joyce Namate Malunda y sus dos hijas viven en Mongu, Zambia. Joyce tenía una pequeña granja, pero lo que cultivaba no le alcanzaba para alimentar a su familia. Fue así como se vinculó a un grupo de ahorro comunitario de su aldea respaldado por *Catholic Relief Services*. Joyce obtuvo un préstamo para abrir una pequeña tienda de abarrotes en el mercado local, cuyos ingresos le han permitido alimentar a su familia y costear la educación de sus hijas.

Materiales: Materiales para colorear

Instrucciones: Prepare algunos materiales para colorear e invite a sus hijos pequeños a hacer dibujos en los que ellos aparezcan demostrando uno de sus talentos o realizando el trabajo que quisieran hacer cuando sean grandes.

Diálogo en familia: ¿Por qué es importante que Joyce tenga un trabajo que le parezca valioso? ¿Qué tipo de trabajo hacen los padres de familia que consideran valioso y por qué?

La actividad fue adaptada de *The Dignity of Work and Rights of Workers, Country Spotlight: Zambia* [La dignidad del trabajo y los derechos de los trabajadores, perfil de país: Zambia] por *Catholic Relief Services*.



¿Significa la mansedumbre permitir que me maltraten?

r: La palabra manso no se usa con frecuencia hoy en día. Y, cuando la

usamos, desafortunadamente suele tener una connotación de debilidad. Sin embargo, en las Sagradas Escrituras la mansedumbre no se considera una debilidad ni se asocia con la cobardía. Al contrario, es una fortaleza silenciosa que se adquiere a través de la autodisciplina. Jesús ciertamente no fue una persona débil. Como carpintero, se le consideraría el equivalente a un obrero de construcción actual, con todo y casco. Y cuando Jesús

se llama a sí mismo “el buen pastor” (Juan 10:11), debemos recordar que en aquellos días un pastor hacía las veces de vaquero.

Todo jugador de fútbol sagaz dirá que la mejor manera de devolver una falta agresiva es metiendo un ganando y ganar el partido, en vez de responder a la ofensa con otra falta agresiva y terminar con una tarjeta roja. De hecho, hay un dicho que dice: “Si piensas que ser manso es ser menso, intenta ser manso



por una semana”. Enseñarles a sus hijos a vivir con mansedumbre es enseñarles a sacarle provecho a su propia fortaleza y poder, y a ser disciplinados para lograr el bien común en vez de conformarse con una reacción impulsiva de la que pueden arrepentirse. ■

Joe Paprocki es asesor nacional para la formación de la fe en Loyola Press y autor de *Vivir los sacramentos* (Loyola Press, 2018).

5 COSAS

Cinco cosas que aprendí de...

INTERNET • LIBROS • MÚSICA • TELEVISIÓN

Dar clases de flauta dulce

He encontrado más santidad en dar clases de flauta dulce —ese tubo delgado de plástico que ha amenizado los ratos en familia por generaciones— de lo que cualquiera pueda imaginar.



- 1. Inmediatez.** Los alumnos pueden empezar a crear música desde la primera lección. De igual manera, no hay por qué esperar para ser santo.
- 2. Accesibilidad.** Para aprender música con este instrumento, no hay que ser ricos. De igual manera, no necesitamos dinero ni llenarnos de “cosas” para vivir una vida santa.
- 3. Crecimiento.** Atreverse al riesgo ayuda a los alumnos a crecer, así como la santidad nos obliga a salirnos de la rutina habitual.
- 4. Aceptación.** Si un alumno espera hasta que pueda alcanzar la perfección, nunca va a tocar. Aceptar el punto en el que estamos progresando nos ayuda a meternos de lleno en la santidad.
- 5. Humildad.** Para mejorar, debemos reconocer nuestros errores musicales con honestidad. Nos hacemos más santos cuando hacemos lo mismo en el diario vivir. ■

Margaret Felice vive en Boston y es cantante, escritora y educadora. Es autora de *2019: A Book of Grace-Filled Days* [2019: Un año lleno de gracia], publicado por Loyola Press.

© LOYOLA PRESS. Todos los derechos reservados.

Una Iglesia joven

Un adolescente que le dio forma al ministerio de jóvenes

Óliver Pacheco creció y se crió en su parroquia. Fue miembro del Grupo de Danzas Folclóricas de México y asistió a las clases de educación religiosa. Pero cuando llegó el momento de su Confirmación, la parroquia ya no contaba con un ministro para el pastoral juvenil y el programa tuvo que suspenderse. Mientras la parroquia designaba a un nuevo ministro de la pastoral juvenil, Óliver y otros cuantos adolescentes permanecieron firmes y se comprometieron a ayudar a que

el ministerio de jóvenes retornara a la vida de la parroquia. “El ministerio de jóvenes es parte importante de la parroquia porque ofrece un lugar al que acudir y donde uno puede ser uno mismo y crecer en la fe”. Óliver siguió asistiendo con regularidad a las reuniones del grupo de jóvenes, aunque nadie más se presentara. Persistió.



Con el paso de los años, Óliver invitó a otros adolescentes al grupo de jóvenes, los acogió y ayudó al ministro de jóvenes mediante su presencia constante y

aportando ideas. Óliver cursa ahora el segundo año de preparatoria y ha sido testigo de cómo el ministerio de jóvenes se ha transformado en un ministerio parroquial vibrante con docenas de participantes y programas. Actualmente es el presidente del consejo juvenil, una junta de asesores de adolescentes que siguió el ejemplo de Óliver y se comprometió con la tarea de hacer que el ministerio de jóvenes siga siendo parte fundamental de la vida de la parroquia. ■

James Holzhauser-Chuckas, ObSB, es director regional del pastoral juvenil en la región de Evanston y Skokie de la Arquidiócesis de Chicago y es oblató de la Orden de san Benito.