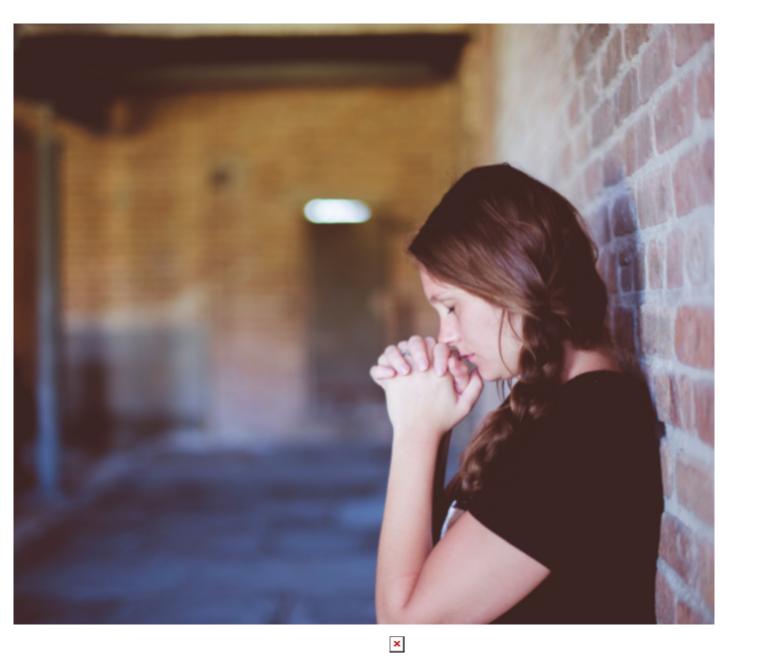


- Parroquia
  - Horarios de la Parroquia Santa Beatriz
  - <u>Historia de la Parroquia Santa Beatriz</u>
  - Contacta
- Celebraciones
  - Eucaristía: La Santa Misa
  - Confesión y Reconciliación
  - Santo Rosario
  - Bautismo
  - Primera Comunión
  - Confirmación
  - Matrimonio
  - Visita a los enfermos
- Recursos y Liturgias
  - <u>Liturgia de las Horas</u>
- Actividades
  - Talleres
- Blog y RRSS
  - Blog
  - Boletín mensual
- Donar

### TE CAMBIA LA VIDA



Tres consejos para adquirir el hábito de la oración diaria: «Te cambia la vida… y te da vida» Muchos santos han escrito que la oración es, simplemente, hablar con Dios, y es célebre la frase de Santa Teresita de Lisieux: «Para mí, la oración es un impulso, una necesidad del corazón, una simple mirada lanzada hacia el cielo, un grito de gratitud y de amor tanto en el dolor como en la alegría».

Erin Mone actualmente forma parte del equipo de pastoral juvenil de la catedral de María Inmaculada en la diócesis de Tyler (Texas). Tiene 36 años y nació en California en una familia católica con ocho hijos. Se crió en Illinois en un ambiente protestante que cuestionaba continuamente su fe. Tuvo necesidad de formarse bien, porque cada vez que sus cordiales adversarios le planteaban una dificultad, al llegar a casa, donde tenían una buena biblioteca, la estudiaba para volver al colegio con una respuesta. «Tal vez no tengas siempre una respuesta», le decía su padre, «pero sabes que la Iglesia católica sí la tiene, y que

esa respuesta siempre es hermosa y siempre tiene sentido». Y esos buenos fundamentos se aprecian en un reciente artículo donde ofrece tres sencillas reglas para iniciar una vida de oración cotidiana realista y seria.

Si la oración es «vivir en relación con Dios», apunta recordando la definición del YouCat, exige dar y recibir, como todas las relaciones: «No solo debemos hablar y compartir nuestro corazón, debemos también ser capaces de escuchar y recibir el corazón del Señor». Ahora bien, como no tenemos para ello los oídos y los ojos como en una conversación normal, «debemos aprender a escuchar con los oídos y los ojos de nuestro corazón, que es donde habla el Señor».

### Propone tres pasos para lograrlo.

### 1. Establece un tiempo diario para la oración.

Hacerlo nos hace proactivos en la decisión de rezar, pasando de una «idea bonita» a dar «pasos concretos para ponerla en práctica». Dar la vuelta al mundo no dejará de ser un hermoso propósito hasta que no saquemos el primer billete, sugiere como analogía.

«Establecer una hora concreta para la oración nos ayuda también a serle fieles» cuando el estrés, las preocupaciones o la sobrecarga de tareas nos alejen de ella: «Si tenemos ya un tiempo fijado para la oración, es más probable que lo respetemos». Y recuerda una frase de la Madre Teresa de Calcuta: «El Señor no me llamó a tener éxito. El Señor me llamó a ser fiel".

¿Cuánto tiempo debemos dedicarle? «Recuerda no descuidar tus obligaciones», advierte Erin, «pero ponte retos: comienza con algo pequeño (2 minutos la primera semana, 5 la segunda, etc.) y arréglatelas para irlo ampliando hasta llegar al tiempo que te hayas marcado».

### iEmpieza!

Es fácil convencernos a nosotros mismos de que para empezar a rezar tenemos que conocer todos los métodos y memorizar o tener disponibles decenas de oraciones. «¡No caigas en esa trampa!», avisa: «Del mismo modo que no te conviertes en experto en amistad antes de hacer amigos, tampoco tienes que ser un experto en oración para rezar. Aprenderás a medida que lo hagas… pero solo si empiezas».

«Uno de los mejores consejos que recibí cuando empecé a rezar», continúa, «fue ser consciente de que Dios está presente. Él vive aquí, te está esperando, está mirándote y amándote. Cuando estás empezando a abrir tu corazón para compartir tus alegrías y tus penas, recordar que Él está presente y te escucha cambia tu forma de hablar. Del mismo modo que no siempre hablamos cuando salimos con los amigos, simplemente

'estar' en presencia del Señor es una oración».

Para ello es fundamental el silencio, al que es bueno dedicar al menos unos segundos antes de empezar a rezar, para «pisar el freno de nuestras aceleradas vidas cotidianas». Eso te ayudará a «estar presente para Dios, dado que Él ya está presente para ti».

### 3. Adopta una postura de oración

Las actitudes corporales también ayudan. Erin enumera algunas: de pie para alabar, de rodillas para adorar o pedir perdón, sentados para escuchar y meditar... O las manos elevadas para interceder y ofrecer, abiertas para recibir, juntas para pedir o escuchar...

Es lo que nos enseña la Iglesia para que nuestro cuerpo nos ayude a entrar en «la oración más grande, la misa»: de pie durante el Evangelio en señal de respeto, de rodillas durante la consagración para expresar adoración, sentados durante la homilía para escuchar… «Encontrar una postura respetuosa y orante te ayudará a entrar en oración y a expresarla», insiste Erin.

\* \* \*

«Llevar una vida diaria de oración te cambia la vida… y te da vida», concluye. Y como propina deja unas palabras de San Juan María Vianney que recomienda para arrancar en los primeros momentos. Decía así el Santo Cura de Ars: «iOh, mi Dios! Si mi lengua no puede decir cada instante que te amo, por lo menos quiero que mi corazón lo repita cada vez que respiro».

#### Fuente:



- Parroquia
  - Horarios de la Parroquia Santa Beatriz
  - <u>Historia de la Parroquia Santa Beatriz</u>
  - Contacta
- Celebraciones
  - Eucaristía: La Santa Misa
  - Confesión y Reconciliación
  - Santo Rosario
  - Bautismo

- Primera Comunión
- Confirmación
- Matrimonio
- Visita a los enfermos
- Recursos y Liturgias
  - <u>Liturgia de las Horas</u>
- Actividades
  - Talleres
- Blog y RRSS
  - Blog
  - Boletín mensual
- Donar

# VUELTA A LA NORMALIDAD EN LA COMPAÑÍA DE JESÚS



Este mes de agosto se han cumplido once años de la llegada del Papa Benedicto XVI a Madrid con motivo de la Jornada Mundial de la Juventud, JMJ. Fueron días de cercanía, de amor, de jovialidad y fuerza juvenil. Jesús se hizo más presente que nunca entre nosotros.

Once años después el mundo parece otro, ha cambiado. La crisis económica, la pandemia en forma de Covid 19, y la guerra de Ucrania han dejado un poso de amargura, a veces de desesperación y en muchos casos de egoísmo y de falta de empatía en nuestra sociedad. Nos hemos vuelto más huraños y en algunos momentos nos hemos olvidado del Señor.

El mes de septiembre tiene bastante similitudes con el de enero es una especie de volver a empezar. Un mes donde las buenas intenciones se instalan en nuestras mentes y donde Jesús debe ser nuestra guía, la luz que nos marque el camino a seguir en unos tiempos complicados y difíciles. Si la JMJ unió a los cristianos del mundo en Madrid en torno al Papa Benedicto con la presencia del Espíritu Santo que Jesús sea para nosotros el sostén de nuestras vidas.

iJesús es la luz y la vida!



- Parroquia
  - Horarios de la Parroquia Santa Beatriz
  - <u>Historia de la Parroquia Santa Beatriz</u>
  - Contacta
- Celebraciones
  - Eucaristía: La Santa Misa
  - Confesión y Reconciliación
  - Santo Rosario
  - Bautismo
  - Primera Comunión
  - Confirmación
  - Matrimonio
  - Visita a los enfermos
- Recursos y Liturgias
  - <u>Liturgia de las Horas</u>
- Actividades
  - Talleres
- Blog y RRSS
  - Blog
  - Boletín mensual
- Donar

# iLa belleza es buena, la belleza cura, la belleza te lleva adelante en el camino!



El Papa Francisco acudió a la Casina Pio IV, en el Vaticano, para encontrarse con los artistas reunidos en la cumbre convocada por la Fundación Vitae.

En el transcurso de la conversación que se desarrolló con ellos, el Papa indicó algunos caminos de comunicación, como la verdad, el bien y, particularmente para los artistas, la belleza, un camino de contemplación. «¡Ustedes son predicadores de la belleza!» les dijo el Papa, y añadió: "¡La belleza es buena, la belleza cura, la belleza te lleva adelante en el camino!".

Al responder a las preguntas planteadas, el Papa Francisco reiteró la necesidad, de hablar a los jóvenes, de comunicarles el Evangelio, del testimonio y del acompañamiento, que brotan del diálogo con Dios, que suscitan un camino. Y hablando de nuevo del arte, prosiguió el Papa: "Quien está en camino está en búsqueda, el arte atrae al camino" y quien está en camino tiene la conciencia de ser esperado, de que "alguien le espera".

Que el arte "abre puertas, toca los corazones y nos ayuda a caminar adelante", deseó el Papa y, indicando una ética para el arte, subrayó, entre otras cosas, que trae "el respeto por la persona, por el camino que recorre", provocando caminar en lugar de comprar. El papel del arte, por lo tanto, explicó el Papa Francisco, es poner «una espina en el corazón, que te mueve a la contemplación y la contemplación te lleva a un camino».

Al final del encuentro, los artistas recogieron los compromisos concretos madurados en sus corazones, personalmente, durante la cumbre, y el Papa les aseguró que atesorará las cosas escuchadas y los caminos contados, guardándolos en su corazón.

Tomado de:



### Parroquia

- Horarios de la Parroquia Santa Beatriz
- <u>Historia de la Parroquia Santa Beatriz</u>
- Contacta

### Celebraciones

- Eucaristía: La Santa Misa
- Confesión y Reconciliación
- Santo Rosario

- Bautismo
- Primera Comunión
- Confirmación
- Matrimonio
- Visita a los enfermos
- Recursos y Liturgias
  - <u>Liturgia de las Horas</u>
- Actividades
  - Talleres
- Blog y RRSS
  - Blog
  - Boletín mensual
- Donar

### CARGAR PILAS Y DESCANSAR



×

El verano ya está aquí y muchas personas se aprestan a coger unas merecidas y anheladas vacaciones. Es el momento de cargar pilas, de descansar y tomar aire después de meses y meses de gran dureza. A nuestros destinos, a nuestros lugares de descanso llevaremos bañadores, ropa ligera, buen humor, ganas de pasarlo bien y por supuesto, llevaremos a Jesús con nosotros. **Es momento de descansar** 

física y psicológicamente, pero también de dedicarle de forma más reposada unos momentos al Señor, aquellos que nos cuesta encontrar, a veces, para charlar con él.

Dios no descansa está con nosotros siempre. Es importante que nosotros no descansemos de él y abramos nuestra mente y nuestro corazón hacia Jesús y pensemos y reflexionemos sobre lo realizado a lo largo del año. Las vacaciones son un buen momento para hacer un reposado acto de conciencia.

Jesús está siempre a nuestro lado. ¡Feliz verano a todos!

### Antonio Vaquerizo



- Parroquia
  - <u>Horarios de la Parroquia Santa Beatriz</u>
  - Historia de la Parroquia Santa Beatriz
  - Contacta
- Celebraciones
  - Eucaristía: La Santa Misa
  - Confesión y Reconciliación
  - Santo Rosario
  - Bautismo
  - Primera Comunión
  - Confirmación
  - Matrimonio
  - Visita a los enfermos
- Recursos y Liturgias
  - <u>Liturgia de las Horas</u>
- Actividades
  - Talleres
- Blog y RRSS
  - Blog
  - Boletín mensual
- Donar

Seleccionar página

### TU PRESENCIA



### Abstraída en tu

presencia Imagino tu mirada Y me sumerjo en tu amor… Nada deseo más, nada que, que me invada.

Quiero partir a tu lado mi oración torna en clamor Volar afortunada, Y sentir por fin tu consuelo

Tal es mi angustia y anhelo que me invade el dolor

Deseo abandonar este mundo Y miro a mi alrededor... Y despierto...

iMi egoísmo me desborda!
iemerge un no rotundo!
Y me rodea el terror

Lloro por el desprecio con el que el mundo te hiere Me duelen las afrentas la actitud del necio Siento que mi corazón muere...

#### Lloro...

Imagino un mundo justo
con almas limpias y puras

### 0ro...

Y transmitir decido...
lo que contigo
he aprendido:
Enseñarles a ser luz
Que con tu ayuda, mi Dios
conozcan de mi mano
lo que entregaste en la cruz

### Transforma oh Señor su corazón endurecido,

absorbente y posesivo,

que del Espíritu reciban

tal fuerza emotiva,

tal firmeza afectiva,

que solo deseen darse desinteresados sin medida

Provee en mí don humilde, una generosa entrega sin resistirme

Que todos somos hermanos

#### Entonces...

Esperar pues debo para que Tu acción les transforme y su Alma sea invadida por el ardor de tu infinito amor

Ahora... nada ansío más, nada

Que su alma a ti se abandone

Que se conviertan en luz En instrumentos de tu amor Esperar me veo obligada a que sientan como yo

Miranos con tu mirada

Con tu mirada de amor

Que mi clamor y mi dolor

Se transformen en batalla luchada.... y ganada

Abstraída en tu presencia Imagino tu mirada... y me sumerjo en tu amor...

iQué dulce espera!

Pronto estaré a tu lado

con mis hermanos...

volaremos juntos en comunión.

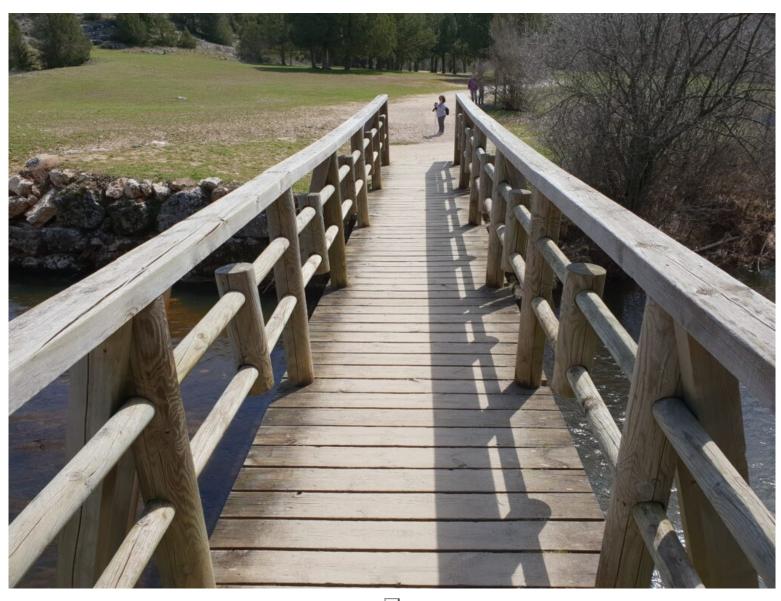
Miriam



- Parroquia
  - <u>Horarios de la Parroquia Santa Beatriz</u>
  - <u>Historia de la Parroquia Santa Beatriz</u>
  - Contacta
- Celebraciones
  - Eucaristía: La Santa Misa
  - Confesión y Reconciliación
  - Santo Rosario
  - Bautismo
  - Primera Comunión
  - Confirmación
  - Matrimonio
  - Visita a los enfermos
- <u>Recursos y Liturgias</u>

- <u>Liturgia de las Horas</u>
- Actividades
  - Talleres
- Blog y RRSS
  - Blog
  - Boletín mensual
- Donar

## VACACIONES: TIEMPO DE ENCUENTRO



×

¿Nos hemos preguntado que son las vacaciones? A nuestros abuelos, en su juventud ni les sonaba este término, vacaciones, como mucho los más acomodados hablaban de veranear. Pero para muchos era motivo de más trabajo, en el campo, o de buscar la mejor manera de pasar la canícula.

¿En que hemos trasformado las vacaciones? Mas parece hoy día que es la excusa perfecta para ahondar en nuestros caprichos, disponer del tiempo de forma me atrevo a decir egocéntrica. Otros en cambio hablan de un tiempo de reposo para encontrarse a si mismos, retomar fuerzas y volver cambiados. Sin embargo, una persona no crece mas que cuando sale de si mismo y se acerca con puro corazón al hermano. Cuando "las vacaciones" las transformamos en un verdadero momento de encuentro compartiendo el tiempo con los demás.

iCuanta gente fue a ver a Madre Teresa a Calcuta, de vacaciones, y volvían totalmente transformada! No se habla nunca de "Las vacaciones de Nuestra Señora", pero si de ratos de descanso en la intimidad de Nuestro Señor, cuando retiraba a sus discípulos a descansar un rato después del duro trabajo. Pero al día siguiente, iManos a la obra! Aprovechemos este verano para santificar "nuestras fiestas".

### Manuel García.

### Contacta con nosotros

- <u>Seguir</u>
- <u>Sequir</u>
- <u>Seguir</u>
- <u>Seguir</u>

2025 Parroquia Santa Beatriz