



- [Parroquia](#)
  - [Horarios de la Parroquia Santa Beatriz](#)
  - [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](#)
  - [Liturgia de las Horas](#)
- [Actividades](#)
  - [Talleres](#)
- [Blog y RRSS](#)
  - [Blog](#)
  - [Boletín mensual](#)
- [Donar](#)

Seleccionar página

# 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».

### **2. ¡Empieza!**

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: «¡Oh, 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](#)
  - [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](#)
  - [Liturgia de las Horas](#)
- [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...

¡Mi egoísmo me desborda!  
¡emerge 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

### **Oro...**

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...

¡Qué dulce espera!  
Pronto estaré a tu lado  
con mis hermanos...  
**volaremos juntos en comunión.**

**Miriam**



- [Horarios de la Parroquia Santa Beatriz](#)
- [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](#)
  - [Liturgia de las Horas](#)
- [Actividades](#)
  - [Talleres](#)
- [Blog y RRSS](#)
  - [Blog](#)
  - [Boletín mensual](#)
- [Donar](#)

Seleccionar página

# QUEDO PARAPLEGICA ESQUIANDO



**Una joven desde el cielo intercediendo por otra en la tierra.** Esto es lo que ocurrió con la beata Chiara Badano y Astrid, una chica que se recuperó de manera insólita de quedarse parapléjica en el último día de la novena dedicada a esta joven beata.

**Todo ocurrió cuando Astrid tenía 20 años.** Esos días se fue a Suiza a esquiar. La montaña estaba llena de nieve y se atrevió a realizar algunos saltos. Todo iba muy bien. El tiempo era estupendo, brillaba el sol y su cuerpo respondía perfectamente a aquel esfuerzo que tanto le gustaba. Aquellos Alpes suizos eran su refugio frente a la rutina de París, el metro, el ritmo frenético de la capital de Francia... pero en el último salto que hizo esquiando el tiempo se paró para ella. Astrid se desequilibró y cayó violentamente contra el duro y frío suelo de la pista de esquí. Un estremecedor y desconocido dolor recorrió su cuerpo. Y de repente notó que no podía moverse.

### **Mujer esquiando en Suiza.**

Esta joven francesa fue trasladada en helicóptero a un hospital, aunque ella para sus adentros se decía que tan sólo sería un esguince. Pero no era un esguince. Trece minutos después Astrid estaba en el hospital con una vértebra fracturada y la medula espinal muy afectada. Unas horas después era operada de urgencia para evitar que la médula se partiera

del todo.

Los médicos le dijeron que la gran prioridad es que pudiera mover los dedos de los pies cuanto antes. En su cabeza no aparecía el derrotismo. “Quiero bailar en mi boda y tener hijos”, repetía.

La noticia corrió como la pólvora y los amigos de Astrid empezaron rápidamente a rezar el Rosario, otros fueron al sagrario a pedir al Señor su ayuda... Lo importante era rezar urgentemente por ella. **Sus amigos, pero también muchos desconocidos, iniciaron una novena a la beata Chiara “Luce” Badano para que intercediera por Astrid.** Personas de Suiza, Bélgica, Francia, pero también de sitios lejanos de Asia y África se sumaron a dicha novena en lo que se convirtió en una enorme cadena de oración.

Al principio las noticias eran muy malas. Una pierna estaba muy débil, la otra ni siquiera respondía. El veredicto era claro: Astrid se había quedado parapléjica. Los médicos le dijeron que tras una larguísima y dura rehabilitación quizás pudiera recuperar algo de movilidad, pero que sería “largo y difícil”.

Un día después la joven tenía una prueba de esfuerzo que sería decisiva para su futuro. Se entrenó durante todo el día, pero no consiguió mover la pierna. Sin embargo, en el momento de la prueba y con un ejército rezando por ella en todo el mundo sus pies empezaron a moverse. Astrid no daba crédito. No sabía ni cómo ni por qué pero sus pies se movían.

El último día de la novena a Chiara Badano esta joven salía del hospital completamente curada, y sin ninguna explicación plausible de los médicos, tan sorprendidos como ella ante esta situación. En su expediente médico sigue registrada como “parapléjica”, pero en su día a día ella camina, sube las escaleras, se sienta y hasta corre... La oración hace milagros.

### **Quién es Chiara Badano**

La beata Chiara «Luce» Badano era una adolescente italiana perteneciente al Movimiento de los Focolares que murió en 1990 cuando solo tenía 18 años de edad. Nació en Sassello, Liguria, el 29 de octubre de 1971. Su nacimiento llenó de alegría a sus padres, Ruggero Badano, camionero, y María Teresa Caviglia, obrera, quienes durante once años esperaron tener un hijo.

«Si bien en medio de una inmensa alegría, comprendimos enseguida que no era sólo nuestra hija sino que ante todo era hija de Dios», señaló su madre según la biografía publicada por los Focolares.

**Chiara Badano enferma.** Chiara Badano experimentó el dolor de la enfermedad desde muy jovencita. Desde muy pequeña, Chiara mostró un profundo amor por Dios, al tiempo que revelaba un carácter fuerte pero dócil, era alegre, bondadosa y muy activa. A los nueve años de edad ingresó al Movimiento de los Focolares.

A los 16 años discernió su vocación y decidió consagrarse a Dios. Mantuvo una relación muy cercana con la fundadora de los Focolares, Chiara Lubich, quien le puso el sobrenombre de «Luce». Poco tiempo después le diagnosticaron un tumor en el hombro. El diagnóstico fue «sarcoma ostiogénico con metástasis», uno de los tumores más graves y dolorosos.

Chiara se propuso superar la enfermedad y comenzó un intenso tratamiento de quimioterapia, mientras trataba de seguir con su vida habitual sin perder nunca la alegría ni la fe. Entregó todos sus ahorros a un amigo que partió en misión humanitaria a África. A pesar de los esfuerzos de los médicos, la enfermedad avanzaba rápidamente y perdió el uso de las piernas.

«Si tuviera que elegir entre caminar o ir al paraíso, elegiría esta última posibilidad», dijo a sus familiares, Ya no pedía curarse, sino encontrarse con Jesús. Su fuerza conmovía a sus seres queridos y los médicos que la atendían. En julio de 1989 sufrió una severa hemorragia y parecía que el desenlace llegaría en cualquier momento.

Dijo a sus padres: «No derraméis lágrimas por mí. Yo voy donde Jesús. En mi funeral no quiero gente que llore, sino que cante fuerte». En la cama, Chiara rezaba mucho pidiendo ser capaz de cumplir con la voluntad de Dios. «No le pido a Jesús que me venga a buscar para llevarme al paraíso; no quisiera darle la impresión que no quiero sufrir más», decía y decidió preparar con su madre la que llamaba «fiesta de bodas», es decir su funeral.

Dio a su madre instrucciones muy precisas sobre cómo debía ser su vestido, la música, las flores, los cantos y las lecturas. Le pidió a su madre que mientras preparase su cuerpo se repitiera a sí misma: «Ahora Chiara Luce ve a Jesús». El domingo 7 de octubre de 1990 Chiara falleció

acompañada de sus padres. Tras la puerta de la habitación aguardaban sus amigos. Sus últimas palabras fueron para su mamá: «Chao. Sé feliz porque yo lo soy». Unas dos mil personas asistieron a su funeral.

El entonces Obispo de Acqui, Mons. Livio Maritano, inició el proceso de beatificación de Chiara en 1999 y en **2010 fue beatificada por el Papa Benedicto XVI.**

**Fuente:**



- [Parroquia](#)
  - [Horarios de la Parroquia Santa Beatriz](#)
  - [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](#)
  - [Liturgia de las Horas](#)
- [Actividades](#)
  - [Talleres](#)
- [Blog y RRSS](#)
  - [Blog](#)
  - [Boletín mensual](#)
- [Donar](#)

Seleccionar página

# LA ALEGRÍA DE EVANGELIZAR



## La dulce y confortadora alegría de evangelizar

**El bien siempre tiende a comunicarse.** Toda experiencia auténtica de verdad y de belleza busca por sí misma su expansión, y cualquier persona que viva una profunda liberación adquiere mayor sensibilidad ante las necesidades de los demás. **Comunicándolo, el bien se arraiga y se desarrolla.** Por eso, quien quiera vivir con dignidad y plenitud no tiene otro camino más que reconocer al otro y buscar su bien. No deberían asombrarnos entonces algunas expresiones de san Pablo: «El amor de Cristo nos apremia» (2 Co 5,14); «¡Ay de mí si no anunciara el Evangelio!» (1 Co 9,16).

La propuesta es vivir en un nivel superior, pero no con menor intensidad: «**La vida se acrecienta dándola y se debilita en el aislamiento y la comodidad. De hecho, los que más disfrutan de la vida son los que dejan la seguridad de la orilla y se apasionan en la misión de comunicar vida a los demás**». Cuando la Iglesia convoca a la tarea evangelizadora, no hace más que indicar a los cristianos el verdadero dinamismo de la realización personal: «Aquí descubrimos otra ley

profunda de la realidad: que la vida se alcanza y madura a medida que se la entrega para dar vida a los otros. Eso es en definitiva la misión». Por consiguiente, un evangelizador no debería tener permanentemente cara de funeral. Recobremos y acrecentemos el fervor, «la dulce y confortadora alegría de evangelizar, incluso cuando hay que sembrar entre lágrimas [...] Y ojalá el mundo actual –que busca a veces con angustia, a veces con esperanza– pueda así recibir la Buena Nueva, no a través de evangelizadores tristes y desalentados, impacientes o ansiosos, sino a través de ministros del Evangelio, cuya vida irradia el fervor de quienes han recibido, ante todo en sí mismos, la alegría de Cristo».

### **Una eterna novedad**

Un anuncio renovado ofrece a los creyentes, también a los tibios o no practicantes, una nueva alegría en la fe y una fecundidad evangelizadora. En realidad, su centro y esencia es siempre el mismo: el Dios que manifestó su amor inmenso en Cristo muerto y resucitado. **Él hace a sus fieles siempre nuevos; aunque sean ancianos, «les renovará el vigor, subirán con alas como de águila, correrán sin fatigarse y andarán sin cansarse» (Is 40,31).** Cristo es el «Evangelio eterno» (Ap 14,6), y es «el mismo ayer y hoy y para siempre» (Hb 13,8), pero su riqueza y su hermosura son inagotables. Él es siempre joven y fuente constante de novedad. La Iglesia no deja de asombrarse por «la profundidad de la riqueza, de la sabiduría y del conocimiento de Dios» (Rm 11,33). Decía san Juan de la Cruz: «Esta espesura de sabiduría y ciencia de Dios es tan profunda e inmensa, que, aunque más el alma sepa de ella, siempre puede entrar más adentro». O bien, como afirmaba san Ireneo: «[Cristo], en su venida, ha traído consigo toda novedad». Él siempre puede, con su novedad, renovar nuestra vida y nuestra comunidad y, aunque atravesase épocas oscuras y debilidades eclesiales, la propuesta cristiana nunca envejece. Jesucristo también puede romper los esquemas aburridos en los cuales pretendemos encerrarlo y nos sorprende con su constante creatividad divina. Cada vez que intentamos volver a la fuente y recuperar la frescura original del Evangelio, brotan nuevos caminos, métodos creativos, otras formas de expresión, signos más elocuentes, palabras cargadas de renovado significado para el mundo actual. En realidad, toda auténtica acción evangelizadora es siempre «nueva».

**Si bien esta misión nos reclama una entrega generosa, sería un error entenderla como una heroica tarea personal, ya que la obra es ante todo**

**de Él, más allá de lo que podemos descubrir y entender.** Jesús es «el primero y el más grande evangelizador». En cualquier forma de evangelización el primado es siempre de Dios, que quiso llamarnos a colaborar con Él e impulsarnos con la fuerza de su Espíritu. La verdadera novedad es la que Dios mismo misteriosamente quiere producir, la que Él inspira, la que Él provoca, la que Él orienta y acompaña de mil maneras. En toda la vida de la Iglesia debe manifestarse siempre que la iniciativa es de Dios, que «Él nos amó primero» (1 Jn 4,19) y que «es Dios quien hace crecer» (1 Co 3,7). Esta convicción nos permite conservar la alegría en medio de una tarea tan exigente y desafiante que toma nuestra vida por entero. Nos pide todo, pero al mismo tiempo nos ofrece todo.

Tampoco deberíamos entender la novedad de esta misión como un desarraigo, como un olvido de la historia viva que nos acoge y nos lanza hacia adelante. La memoria es una dimensión de nuestra fe que podríamos llamar «deuteronomica», en analogía con la memoria de Israel. **Jesús nos deja la Eucaristía como memoria cotidiana de la Iglesia, que nos introduce cada vez más en la Pascua (cf. Lc 22,19).** La alegría evangelizadora siempre brilla sobre el trasfondo de la memoria agradecida: es una gracia que necesitamos pedir. Los Apóstoles jamás olvidaron el momento en que Jesús les tocó el corazón: «Era alrededor de las cuatro de la tarde» (Jn 1,39). Junto con Jesús, la memoria nos hace presente «una verdadera nube de testigos» (Hb 12,1). Entre ellos, se destacan algunas personas que incidieron de manera especial para hacer brotar nuestro gozo creyente: «Acordaos de aquellos dirigentes que os anunciaron la Palabra de Dios» (Hb 13,7). A veces se trata de personas sencillas y cercanas que nos iniciaron en la vida de la fe: **«Tengo presente la sinceridad de tu fe, esa fe que tuvieron tu abuela Loide y tu madre Eunice» (2 Tm 1,5).** El creyente es fundamentalmente «memorioso».

**Papa Francisco, Evangelii gaudium (Nº 9 y 13)**



- [Horarios de la Parroquia Santa Beatriz](#)
- [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](#)
  - [Liturgia de las Horas](#)
- [Actividades](#)
  - [Talleres](#)
- [Blog y RRSS](#)
  - [Blog](#)
  - [Boletín mensual](#)
- [Donar](#)

Seleccionar página

# CONCIERTO A FAVOR DE CARITAS PARROQUIAL

**Sábado  
11  
JUNIO**

**DONATIVO  
10€**

# **MATINA Y GOSPEL LIBERTAD EN CONCIERTO**

en  
**parroquia  
SANTA  
BEATRIZ**

**20:30**



**A favor de Cáritas parroquial**



c/Concejal Francisco José Jiménez Martín 130, Madrid

Entradas en secretaría

**matinaygospellibertad.com**

y Corte Inglés ↪



Fila 0: ES88 2100 3465 2513 0012 3874 / Bizum 02231



# Un momento para vivir en comunión.

Colabora adquiriendo tu entrada: Despacho parroquial.  
o en El Corte Inglés: entradas.

**Pincha Donar a Fila 0:**

**Donar a Fila 0: ES88 2100 3465 2513 0012 3874 Bizum a N<sup>o</sup>  
02231**

Los primeros 150€ de tu donación, tendrán una deducción en la renta del 80%. Es decir, donando 12,50€/mes o 150€/año, Hacienda te devolverá 120€ en la declaración de la renta, gracias a la Ley de Mecenazgo.

[Contacta con nosotros](#)

- [Seguir](#)
- [Seguir](#)
- [Seguir](#)
- [Seguir](#)

2025 Parroquia Santa Beatriz