

A nuestros lectores

Querido amigo de San Antonio:

En breve comienza la novena de su fiesta: es el momento de darle especialmente las gracias y pedirle lo que más necesites. **Tus intenciones van a estar junto al altar durante la MISA VOTIVA de estos nueve días.**

Después, peregrinaremos en tu nombre a Padua y las depositaremos junto a su tumba. No te puedes imaginar la cantidad de agradecimientos que todos los años vemos allí. Los tuyos de nuevo, ahora.

Por eso le aclamamos como el más amable de todos los santos, como reza esta antigua oración:

“Con tus palabras ayudaste a quienes sufrían problemas o ansiedades y los milagros ocurrieron.

*Gentil y querido santo, con tu corazón siempre lleno de compasión humana, susurra mi petición al dulce Niño Jesús, a quien le gustaba estar entre en tus brazos, y recibe por siempre **la gratitud de mi corazón.**”*

(Rezar tres padrenuestros y tres avemarías)

★ ★ ★

– En este número, en la sección “Fundamentos” el monje benedictino don Santiago Cantera Montenegro, prior de la Abadía del Valle de los Caídos, inicia una nueva serie de artículos sobre la oración. Son sugerencias y orientaciones prácticas.

– La sección “Cultura Católica” de este número está dedicada mostrar los fundamentos de la devoción al Corazón de Jesús. ■



Si no lo has hecho aún, **estás a tiempo.**

Escribe tu carta a San Antonio.

Confíale tus preocupaciones. Dale las gracias.





EDITA:

Sociedad de San Vicente de Paúl
Consejo Particular de Bilbao
Conferencias de Caridad

AÑO CXXVIII

Director Editorial:

Felipe Barandiarán Porta

Dirección y Administración:

Alameda de Urquijo, 28 - 2ºA
48010 BILBAO
Tel.: 94 415 69 20

Email:

panpobres@elpandelospobres.com
www.elpandelospobres.com

Diríjase la correspondencia al

Apartado de Correos 64
48080 BILBAO

**Cuotas Suscripción Anual
para 2024**

Ordinaria: 18 Euros

Benefactor: 25 Euros

Extranjero: 35 Euros

Precio del ejemplar: 1,80 Euros

Medios de Pago

Domiciliación Bancaria

Ingreso en cuenta corriente

BBVA: IBAN:

ES10-0182-4700-17-0200332137

Giro Postal

Envío Talón Nominativo

Diseño gráfico y fotografía:

Asesoría Técnica Editorial

Imprime: Gráficas Fernan

Pol. Ind. Ugaldeguren III - Pab. 006A

San Martín, 221 - 48170 Zamudio

Depósito Legal: BI-34-1958

ISSN: 1885 - 4680

EL PAN DE LOS POBRES

REVISTA DE CULTURA CATÓLICA

BENDECIDA POR

SS. SS. LEÓN XIII, PÍO X, BENEDICTO XV, PÍO XI,
PÍO XII, JUAN XXIII, PABLO VI y JUAN PABLO II

Índice

4 HABLA EL PAPA

6 TEMAS PARA PENSAR

8 CULTURA CATÓLICA

12 EDUCAR CON GARANTÍAS

16 A VOSOTROS LOS JÓVENES

18 VIDA DE SAN ANTONIO

20 PUNTO DE VISTA

22 PINCELADAS

26 HISTORIA DE LA IGLESIA

28 FUNDAMENTOS

31 ITINERARIOS

34 LIBROS

36 GRACIAS OBTENIDAS

40 MISAS / AYUDA A SACERDOTES

42 NUESTROS AMIGOS LOS DIFUNTOS

44 LAS RECETAS DE LUBLÚS

46 SANTOS DEL MES



No tengáis miedo

No hay que tener tanto miedo a sufrir incomprendiones y críticas, a perder prestigio y ventajas económicas por permanecer fieles al Evangelio, sino a desperdiciar la existencia buscando cosas de poco valor, que no colman el sentido de la vida.

“**E**N el Evangelio que hoy comentamos, Jesús repite tres veces a sus discípulos: «No tengáis miedo» (Mt 10, 26). Poco antes, les había hablado de las persecuciones que tendrían que soportar por causa del Evangelio, una realidad que sigue siendo actual: la Iglesia, de hecho, desde el principio ha conocido, junto con sus alegrías, y tenía tantas, muchas persecuciones. Parece paradójico: el anuncio del Reino de Dios es un mensaje de paz y de justicia, fundado en la caridad fraterna y en el perdón y, sin embargo, encuentra oposición, violencia y persecución. Jesús, no obstante, nos dice que no temamos: no porque todo irá bien en el mundo, no, sino porque para el Padre somos preciosos y nada de lo que es bueno se perderá. (...)

No hay que tener tanto miedo a sufrir incomprendiones y críticas, a perder prestigio y ventajas económicas por permanecer fieles al Evangelio, sino a desperdiciar la existencia buscando cosas de poco

valor, que no colman el sentido de la vida.

¿Rendimientos a costa de relaciones?

Uno puede ser objeto de burlas o de discriminación si no sigue ciertos modelos de moda, que, sin embargo, a menudo ponen en el centro realidades de segunda categoría: por ejemplo, seguir las cosas en lugar de personas, rendimientos en lugar de relaciones. Veamos algunos ejemplos. Pienso en los padres, que necesitan trabajar para mantener a su familia, pero no pueden vivir solo para el trabajo, sino que necesitan tiempo para estar con sus hijos. Pienso también en un sacerdote o en una religiosa, que deben comprometerse en su servicio, pero sin olvidarse de dedicar tiempo a estar con Jesús, de lo contrario caen en la mundanidad espiritual y pierden el sentido de lo que son. Aún más, pienso en un joven o una joven, que tienen mil compromisos y pasiones: los estudios, el deporte, in-



“Familia en el jardín” . Luis Graner Arrufi, 1895. Museo de Bellas Artes de Valencia.

tereses varios, el teléfono móvil y las redes sociales, pero necesitan encontrarse con personas y realizar grandes sueños, sin perder el tiempo en cosas que pasan y no dejan huella.

Los ídolos de la eficacia

Todo esto conlleva cierta renuncia frente a los ídolos de la eficacia y el consumismo, pero es necesario para no perderse en las cosas, que luego se tiran. (...) Permanecer fiel a lo que importa es costoso; cuesta ir contracorriente, cuesta liberarse de los condicionamientos del pensamiento común, cuesta ser apartado por los que “siguen la moda”. Pero no importa, dice Jesús: lo que cuenta es no desperdiciar el mayor bien, la vida. Solo esto debe asustarnos.

Permanecer fiel a lo que importa es costoso; conlleva cierta renuncia frente a los ídolos de la eficacia y el consumismo

Preguntémosnos entonces: Yo, ¿de qué tengo miedo? ¿De no tener lo que me gusta? ¿De no alcanzar las metas que la sociedad impone? ¿Del juicio de los demás? ¿O más bien, de no agradar al Señor y de no poner en primer lugar su Evangelio? Que María, siempre Virgen, Madre Sabia, nos ayude a ser sabios y valientes en las decisiones que tomamos. ■

(Ángelus. Plaza de San Pedro de Roma, Domingo, 25 de junio de 2023)



La familia y el desarrollo de las personalidades

MILAGROS BALBIANI

LICENCIADA EN PUBLICIDAD Y MADRE DE TRES HIJOS

Una familia bien constituida es el ambiente propicio para el desarrollo de personalidades individuales definidas, ricas y fuertes, capaz de crear estirpes en todos los grados de la jerarquía social: estirpes de panaderos, de músicos, de médicos, de ingenieros, de joyeros, de artistas etc.

Mi amiga Carmen es una consumada pintora. Le he encargado un cuadro de la casa que tenemos en el campo, con las vistas de la sierra al fondo. Vengo de hacerle una visita... y me ha cautivado verla en su estudio, entregada a la tarea. Las niñas que tiene, después de hacer los deberes, imitaban a su madre garabateando unas hojas. La mayor revela cualidades. Lo lleva en la sangre: su abuelo también pintaba.

Esto me ha hecho reflexionar sobre el papel de la familia en el desarrollo de la personalidad y hasta en la formación de las estirpes, en este caso estirpe de artistas.

Creo que hay en el temperamento y en la mentalidad de los miembros de cada familia trazos comunes a todos ellos, que después, por las misteriosas leyes de la herencia, se reproducen de algún

modo en sus descendientes y, probablemente, contribuyan en gran medida a modelar su carácter.

Es un patrimonio psicológico y moral mucho más valioso que el patrimonio material familiar que le sirve, claro está, de complemento. Este patrimonio moral permite a cada nueva generación enfrentar la vida en sociedad, puesto que viene apoyada y protegida por el afecto, el calor y la experiencia de su ambiente familiar, como una planta que antes de soportar la intemperie, creció en las condiciones climatológicas adecuadas de un invernadero. Así lo siento yo cuando recuerdo mi infancia.

Formación de estirpes

Carmen, como otras muchas amigas que tengo, pertenecen a una estirpe, en su caso de pintores. Otras son de familias que han

Mientras el padre ofrece sus fotografías a eventuales clientes (les vemos a través de la ventana), los niños juegan a imitarlo en su oficio de fotógrafo.



dado muchos médicos, otras, abogados, ingenieros, profesores etc. Cada una con su sello propio.

Sin duda, la herencia de cuerpo, de alma y el ambiente moral, completados con otros, como la expresión de la mentalidad de la familia en el modo de ser cortés, en el modo de conversar, de decorar la casa, de cocinar, de tratar los negocios, en la manera incluso de concebir las relaciones afectivas, el matrimonio, el noviazgo, etc., todo este conjunto constituye la tradición que una familia transmite.

Las estirpes familiares, en su conjunto, constituyen y caracterizan un pueblo, una nación. En la medida en que sean despreciadas o debilitadas, la nación pierde su continuidad histórica y se despersonaliza.

Hay en el temperamento y en la mentalidad de los miembros de cada familia trazos comunes que les distinguen.

La confianza entre los cónyuges

Todo este desarrollo admirable no sería duradero ni posible sin la confianza mutua de los cónyuges, que brota del carácter indisoluble del vínculo matrimonial y es favorecida por las gracias sobrenaturales del sacramento.

La familia cristiana ha sido la natural propagadora de una concepción orgánica y armónica de la sociedad y de las relaciones humanas. Y, a pesar de la crisis moderna, sigue siendo el santuario difusor de la moralidad. ■

“[jóvenes fotógrafos” (detalle). Frederick Daniel Hardy, 1862. Colección privada.

“Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón”

La veneración del Sagrado Corazón de Jesús no es una práctica devocional nueva. Siempre ha existido en la Iglesia, aunque haya adoptado formas particulares en distintas épocas.

UN pasaje del Evangelio en particular ha atraído siempre la atención de estudiosos y admiradores del corazón de Jesús. Se cuenta que Jesús exclamó una vez, en el contexto de un sermón sobre la importancia de una mente inocente y sin pretensiones en la búsqueda de los bienes espirituales: *“Tè alabo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has ocultado estas cosas a sabios y prudentes, y se las has revelado a los niños”*.

Luego, poniendo su propio corazón como ejemplo a imitar por todos los que buscan un camino para sus pasos, concluyó sus

palabras con estas palabras: *“Venid a mí todos los que estáis fatigados y cargados, y yo os aliviaré. Llevad mi yugo y aprended de mí, que soy manso*

y humilde de corazón, y hallaréis alivio para vuestras almas, porque mi yugo es fácil y mi carga ligera” (Mt 11, 25-30).



Aprender del Señor, ése es el objetivo principal de la veneración del Sagrado Corazón: la imitación. Queremos hacer nuestros sus sentimientos, su espíritu y su modo

de pensar. Si la devoción al Corazón de Jesús carece de la voluntad de imitarlo, nunca será auténtica y verdadera.



San Juan Evangelista, primer devoto del Corazón de Jesús

Como discípulo predilecto de Jesús, San Juan Evangelista ocupa un lugar especial en la historia del Corazón de Jesús. La piedad católica tiende a verlo como el primero de todos los devotos del Corazón de Jesús: recostó la cabeza sobre el pecho del Salvador durante la Última Cena del Jueves Santo, fue el primero en escuchar los latidos del Corazón divino. Por eso se le considera el patrón de esta devoción.

La confianza sin límites, la devoción infantil y la intimidad de San Juan en su trato con Jesús se expresan en el gesto de apoyarse en su pecho. Aquí San Juan pudo explorar de cerca las intenciones del Maestro y expresarle su aprobación y su amor. Aquí se le concedieron las gracias que más tarde le permiti-

San Juan Evangelista fue el primero en escuchar los latidos del Corazón divino

tirían ser el águila entre los apóstoles, volar más alto y legar las verdades más sublimes a la Iglesia.

Fundamentos de la veneración

La devoción al Sagrado Corazón de Jesús se basa en fundamentos sólidos. Si queremos penetrar “en la naturaleza más íntima de la devoción al Sagrado Corazón”, enseña Pío XII, debemos partir “de la Escritura, de la Tradición y de la liturgia”.

No podría ser de otro modo, pues la Sagrada Escritura y la Tradición son las dos fuentes de la revelación, y su espíritu se expresa en la liturgia de la Iglesia.

“La Última Cena”. Pintura sobre tabla, autor anónimo. Catedral luterana de Nuestra Señora de Haderslev, Dinamarca

En cuanto al fundamento bíblico de la veneración, no es necesario que en la Sagrada Escritura se encuentren referencias explícitas al Sagrado Corazón de Jesús (aunque existen). A los católicos nos basta con que existan en la Biblia motivos suficientes para dedicarnos a esta devoción, de modo que podamos afirmar que esta devoción tiene sus fundamentos en la Biblia.

La motivación principal de la devoción al Sagrado Corazón es el amor de Jesús a los hombres y al Padre. Se trata, pues, de la veneración del amor divino. Encontramos este amor a cada paso en las Sagradas Escrituras, tanto en el Antiguo como en el Nuevo Testamento. La Biblia habla repetidamente del corazón como símbolo del amor divino y humano. En este contexto, recordamos el pasaje en el que el profeta Ezequiel habla del “corazón de piedra” y de un “corazón nuevo” (Ez 18,31), o a San Pablo, que escribe a los cristianos de Corinto que habitan en su corazón y que su corazón se ha ensanchado para ellos (2 Co 7,3; 6,11).

“Mirad al que atravesaron”

Entre las imágenes más conmovedoras del amor divino a los hombres en el Antiguo Testamento, cabe mencionar aquí dos,

que Pío XII cita también en su encíclica sobre el Sagrado Corazón de Jesús, *Haurietis Aquas*:

“Cuando Israel era niño, yo la amé, llamé a mi Hijo desde la tierra de Egipto” (Os 11,1). *“¿Olvida una mujer a su niño, no se apiada de su hijo natural? Aunque se olviden, yo no te olvidaré”* (Is 49,15).

En el Nuevo Testamento, san Juan declara: *“Porque tanto amó Dios al mundo que le dio a su Hijo unigénito”* (Jn 3,16). Y describe el sentimiento de Nuestro Señor en vísperas de su Pasión: *“Jesús, sabiendo que había llegado su hora de pasar de este mundo al Padre, mostró amor a los suyos, a quienes amó en este mundo hasta el extremo”* (Jn 13,1).

La veneración del Sagrado Corazón de Jesús es un nuevo modo de proclamar este amor de Dios a los hombres. Cuando predijo al Cristo muerto y atravesado por la lanza, el profeta Zacarías no habló de la venganza del Dios-hombre escarnecido, sino que describió una nueva expresión de amistad: un torrente de gracia se derramaría sobre los que abrieran su corazón. *“Sobre la casa de David y los ciudadanos de Jerusalén derramo el espíritu de compasión y súplica. Mirad al que atravesaron”* (Zac 12,10).

En su relato de la Pasión, San Juan recuerda esta profecía de

Las personas que propaguen esta devoción tendrán escrito su nombre en mi Corazón y jamás será borrado de él.

Zacarías señalando que uno de los soldados, viendo que Jesús ya estaba muerto, “le clavó la lanza en el costado, y al instante salió sangre y agua”. Y el evangelista explica explícitamente que esto sucedió para que se cumplieran las palabras de la Escritura, que dice: “Mirarán al que traspasaron” (Jn 19,34-37).

La herida del costado de Jesús y su corazón herido serán objeto de contemplación a lo largo de los siglos. Y al final de los tiempos, cuando Cristo glorificado vuelva sobre las nubes, “*todos los ojos le verán, incluso los que le traspasaron*” (Ap 1,7).

El testimonio de la tradición

No sólo las Sagradas Escrituras hablan del amor del Verbo encarnado al Padre y a los hombres. También hay numerosas referencias a esta devoción en la tradición, es decir, en las enseñanzas orales

de los apóstoles, que más tarde se transmitieron a toda la Iglesia oralmente o por escrito.

Sin embargo, la veneración del Sagrado Corazón de Jesús no se desarrolló aún en su plenitud en la Iglesia durante la época apostólica. Sólo maduró lentamente y alcanzó su primer apogeo en la Edad Media, cuando se convirtió en el refugio de almas particularmente selectas. Fue el inicio de la difusión mundial que sólo alcanzaría su apogeo en la época moderna. En el siglo XIX, ya se consideraba la práctica devocional más extendida e importante de la piedad católica. ■





Sobre el temperamento y las virtudes

MIKEL PANDO (mikelangelpando@gmail.com)

El jugador de golf Bobby Jones, en el Open de 1925, tocó la pelota muy ligeramente sin que nadie se diera cuenta. Quiso ser sincero y se lo dijo a los jueces.



POR este detalle de honradez, perdió el campeonato pero la gente le felicitó por su deportividad. "Eso es como felicitar a alguien por no robar un banco", respondía él. De esta manera, Bobby Jones dio visibilidad

al dicho: "Tu carácter es lo que haces cuando nadie te está mirando". Y es que nuestra forma de actuar "modela" nuestra forma de ser: sinceros o mentirosos, personas dignas de confianza o poco fiables, con buen humor o malhu-

moradas, leales o desleales, que hacen lo correcto más allá de la ganancia de un interés personal o buscan su beneficio. Son nuestras elecciones lo que configura nuestra personalidad en sentido positivo o negativo.

Siguiendo con la línea de exponer los rasgos que distinguen los distintos temperamentos, en esta exposición voy a centrarme en las

personas con temperamento **sanguíneo**. Al igual que las de temperamento colérico son extrovertidas, pero al contrario que éstas, los enfados que tienen no les duran mucho tiempo porque *sus reacciones son inmediatas, espontáneas y efímeras*. Esto hace que no guarden un listado de agravios y perdonen fácilmente.

Fortalezas y debilidades del temperamento sanguíneo

Las personas con temperamento sanguíneo tienden a gozar de la vida. Esto hace que puedan tener como máxima aspiración y única motivación, la diversión y el pasarlo bien.

Si nos fijamos en **sus fortalezas** podríamos describirlas de la siguiente manera:

– Son muy comunicativas, alegres y con buen sentido del

humor: animan las reuniones.

– Las impresiones externas les llegan fácilmente a su corazón.

– Son muy detallistas.

– En el trabajo son creativas y les gusta emprender.

– Debido a que desbordan energía y entusiasmo, animan la convivencia en positivo.

– Proyectan cordialidad. Tienen don de gentes y hacen amigos con facilidad.

Y si ponemos el foco en **sus debilidades** veríamos que:

– Les cuesta madurar porque reflexionan poco.

– Se ríen y hablan en voz alta y les gusta ser el centro de atención.

– Les cuesta terminar los trabajos porque tienden al desorden.

– Toman decisiones llevadas por sus estados emocionales.

– Tienden a interrumpir y les cuesta escuchar.

– Se olvidan encargos y responsabilidades con facilidad y siempre encuentran excusas.

Hecha esta radiografía, conviene recordar que las fortalezas y debilidades son aspectos genéricos y no es aconsejable etiquetar a las personas porque, al hacerlo, se consigue lo contrario de lo que se

Nuestra forma
de actuar
“modela”
nuestra
forma de ser

pretende. Y lo que se pretende es ayudar.

Cada persona es irrepetible y única

Hay una libertad y voluntad personal; unas situaciones familiares y formativas que son diversas y unos matices y tonalidades en cada una de las tendencias, que hace que cada persona sea diferente y genuina. Los rasgos sirven para ver qué aspectos conviene trabajar y tenerlos presente para educar el carácter y facilitar los posibles objetivos que lleven a desarrollar una personalidad más amable.

Recordemos que sobre la base del temperamento, forjamos el carácter mediante la adquisición de las virtudes y, al conseguirlas, estamos en situación de poder superar esas tendencias negativas derivadas de nuestro temperamento y transformarlas en puntos positivos. Pero conseguir las virtudes –y con ellas la mejora– requiere un esfuerzo que es personal e intransferible.

Virtudes que propongo

Las virtudes que propongo trabajar en personas con temperamento sanguíneo son:

La **prudencia**, dado que les gusta lanzarse a la aventura. Por ello, sugiero que se ejerciten en

cambiar el actuar antes de pensar por el pensar antes de actuar para deliberar los pros y los contras que –sin duda– les ayudará a “ver” y a vencer la superficialidad que les amenaza permanentemente: «¡Créeme, esto va a funcionar!», afirman sin haberlo pensado detenidamente. Otro ejercicio que les vendrá bien es enfrentarse a la realidad tal como es.

La **fortaleza**, ya que se aburren si no hay novedades o brillo en el trabajo que están realizando. Les resultará positivo ejercitarse en el autocontrol, el dominio de sí, que implica adquirir más conciencia acerca de cómo son y vencer adversidades emocionales, mentales y anímicas para crecer en madurez. Para conseguir ese dominio de sí, unos objetivos clave a corto, medio y largo plazo pueden ser:

Evitar interrumpir a la persona que está hablando y esforzarse en atender y escuchar respetuosamente hasta que termine de hablar.

Poner las últimas piedras en cada uno de los proyectos y trabajos que tengan entre manos.

Pasar inadvertidos evitando ser el centro de atención.

La templanza para frenar la curiosidad impulsiva que tienen,



“Pequeños pintores”. Franz von Defregger, 1892. Colección privada.

proponiendo ejercicios de auto-control. Por ejemplo, evitar mirar escaparates, vencer la curiosidad de navegar por internet para estar a la última sensación, noticia o novedad del día o de la semana, etc.

Como se trata de dar ideas, esto puede servir de impulso para agilizar la imaginación de las personas interesadas en mejorar su

Poner las últimas piedras en cada uno de los proyectos y trabajos que tengan entre manos.

carácter, sabiendo que –en todo desarrollo– es importante la regularidad, la paciencia y la perseverancia. ■



A escala

GUILLERMO CALLEJO GOENA
gcgoena@gmail.com

Cuando uno toma conciencia de la magnitud del universo, es fácil quedarse sin palabras. Estamos tan absorbidos por un cúmulo razonable de preocupaciones, ansiedades y ocupaciones que dejamos de ver el bosque...

Y nos solo vemos el árbol que tenemos delante.

Hace un par de semanas me enzarqué en una larga discusión con un amigo agnóstico. Él resumía su crítica principal contra el cristianismo –o, más concretamente, el catolicismo– en que “la religión abusa de normas y mandamientos”, y concluía que podía entender la fe en un Dios, pero no en los artificios de un grupo de hombres a los que siempre guían intereses y egoísmos varios. No estaba dispuesto a aceptar las proclamas de unos hombres que se dicen ministros de Dios y que viven predicando cómo debemos comportarnos todos los seres humanos, cuando resulta que luego ellos son los primeros incumplidores.

No era nuevo ni trivial aquel argumento, y la discusión fue eso, una discusión en el mejor sentido de la palabra: procuré aceptar su postura, cuyo principal argumento ciertamente tenía una validez lógica, pero quise complementar-

la con una explicación más amplia de la esencia del catolicismo. Porque opino que resulta enormemente injusto y superficial resumir nuestra fe en un puñado de deberes y responsabilidades, aunque a menudo sólo brillen los preceptos. No sólo es algo más que eso, sino que es “sobre todo, mucho más que eso”.

El cristianismo, en su esencia más pura, es un camino de amor y misericordia. Jesucristo nos enseñó con sus palabras y acciones que el amor es la fuerza transformadora que puede cambiar el mundo. La ley divina, lejos de ser una carga pesada, se convierte en una guía caritativa que nos orienta hacia una vida de plenitud y significado. La famosa frase de San Agustín “Ama y haz lo que quieras”, manipulada en un sinnúmero de ocasiones, apunta a que el corazón del cristianismo no radica en un cumplimiento anodino o mundano de reglas, sino en el amor radical que emana de una relación íntima y personal con Dios.

**Resulta
enormemente injusto
y superficial resumir
nuestra fe en un
puñado de deberes y
responsabilidades**

Mientras reflexiono aún en las palabras de mi amigo, también me recuerdo a mí mismo y a otros cristianos que nuestra fe sobrepasa las normas y las limitaciones propias de cualquier derecho positivo. Es un llamado claro, tangible y sincero a servir a los demás, reflejando así el amor mismo de Dios por toda la creación.

Hacer énfasis en esto ayuda a dar un relieve distinto a nuestro día a día. Podemos entender nuestra fe, pues, como una invitación a elevar nuestra mirada más allá de las preocupaciones terrenales y a encontrar consuelo en la certeza de la presencia amorosa de Dios en nuestras vidas. En lugar de estar constantemente consumidos por la ansiedad y el en-



mismamiento, somos llamados a confiar en la providencia divina y a depositar nuestras inquietudes en las manos de Aquel que siempre está ahí. Ello, además, trae como consecuencia una paz y una alegría difíciles de definir, pero que son sin duda más duraderas y auténticas que cualquier capricho que la sociedad del consumo nos pueda ofrecer. ■



Causa de Canonización de Santiago Masarnau
Fundador de la Sociedad San Vicente de Paúl en España

Para su beatificación sólo falta el reconocimiento de un milagro. Las personas que reciban gracias a través de su intercesión, rogamos las comuniquen a la sede de la Sociedad de San Vicente de Paul, c/ San Pedro, 3 - 2ª planta. 28014 Madrid ó a: postuladora@ssvp.es ■

“El caminante sobre el mar de nubes”. Gaspar David Friedrich, 1817.
Museo de Bellas Artes de Hamburgo (Alemania).

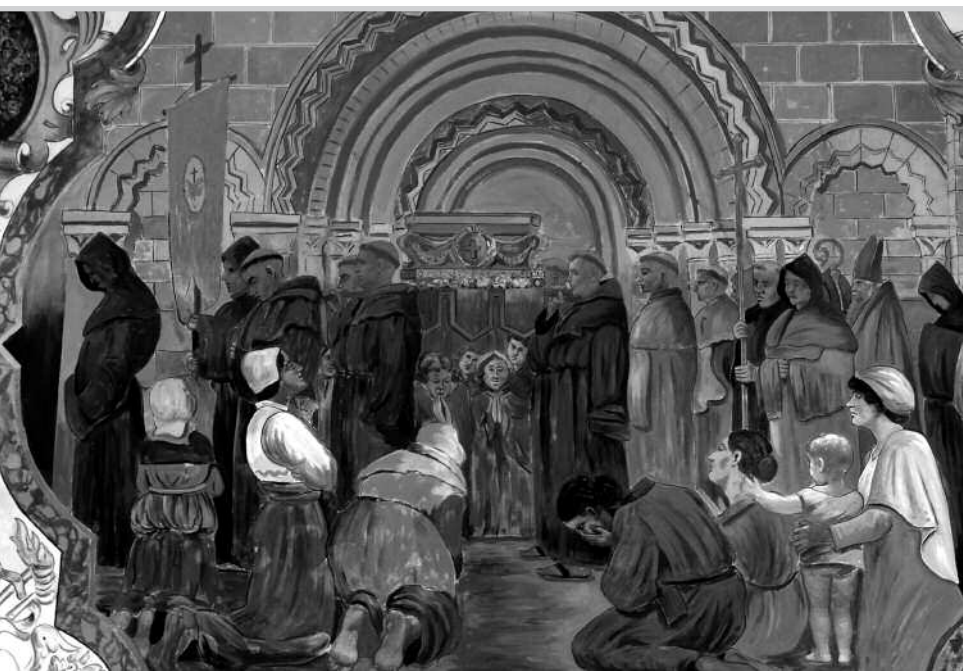
Nunca traicionó la confianza de sus devotos

Pasó la mayor parte de su existencia ignorado por casi todos pero su apostolado, fecundado por una virtud admirable y por milagros portentosos, dejó en la historia trazos indelebles.

A CABABA de ser inhumado San Antonio en Padua, en la iglesia de los Frailes Menores, y ya comenzaban a afluir los fieles junto a su túmulo. De todas partes venían peregrinos para venerar los restos de este hombre tan extraordinario que había entusiasmado a multitudes por la palabra y por los milagros. Tenían tal

respeto ante ese sepulcro glorioso, que se quitaban el calzado para aproximarse; los más nobles caballeros, los mayores personajes invocaban en esta humilde postura a aquel que consideraban su poderosísimo protector.

Las velas ardían sin cesar ante su túmulo. Algunos de esos cirios, cuenta con admiración un



antiguo cronista, eran decorados con delicadas pinturas; otros pesaban tanto que se necesitaban dos juntas de bueyes para arrastrarlos.

Antonio nunca traicionó la confianza de sus devotos: curaba a los enfermos, consolaba a los afligidos, multiplicaba los prodigios. Pormenor digno de nota: para beneficiarse de sus favores era necesario aproximarse previamente a los sacramentos. Tal era la afluencia de penitentes, que los religiosos del convento no daban abasto para atender las confesiones.

El Papa Gregorio IX se conmovió ante estas manifestaciones populares; tras un maduro examen, canonizó solemnemente al Siervo de Dios, el día 30 de mayo de 1232. No había transcurrido todavía un año siquiera de la muerte del nuevo Santo.

Este entusiasmo inicial no disminuyó. La devoción a San Antonio de Lisboa se extendió por toda la cristiandad; muy lejos de declinar con el tiempo, alcanzó durante el siglo XIX un aumento estupendo. En nuestros días encontramos en la mayor parte de las iglesias la imagen del gran taumaturgo con el Niño Jesús en los brazos. Como sus antecesores de la Edad Media, los fieles de nuestra



época imploran la protección de San Antonio y encienden velas en su honor; innumerables ex votos proclaman que fueron atendidos.

San Antonio goza de inmenso crédito ante Dios, porque se elevó a una altísima perfección. Curiosamente, su vida fue corta: murió a los 36 años. Alma privilegiada en la que la fuerza estaba unida a la ternura, alma heroica y encantadora, que en el silencio de la contemplación encontró el secreto de su elocuencia sobrehumana y alcanzó la gloria a través de las humillaciones voluntarias.

Pasó la mayor parte de su existencia ignorado por casi todos; solamente consagró nueve años al ministerio de la predicación; pero su apostolado, fecundado por una virtud admirable y por milagros portentosos, dejó en la historia trazos indelebles. ■

“Vida de San Antonio” Editado por El Pan de los Pobres, 2005, Bilbao.)



¿Cómo controlar el uso del móvil de nuestros hijos?

CARLOS MOYA RAMÍREZ

Ahora ya no se vive sin whatsapp. Los jóvenes lo usan desde temprana edad para comunicarse entre sí, forman grupos de amiguitos de whatsapp...

EL otro día estuve comiendo con un viejo amigo y, entre los muchos asuntos que hablamos, tratamos el tema de la adicción a los móviles y la televisión.

Carlos –me dijo–, cuando yo me casé tomé dos decisiones importantes en mi vida: la primera casarme y formar una familia y la otra no tener televisión en casa.

Sin intentar disimular mi asombro le pregunté cómo había conseguido que lo aceptara su mujer. Ningún problema, me dijo. A ella le parecía estupendo, en la casa de sus padres no se veía.

De esa forma, cuando empezaron a llegar los hijos crecían ya en un ambiente sin televisión, no la echaban en falta.

Pero la batalla de una educación sana no termina ahí. Des-

de hace unos años los móviles están trastornando el ambiente de paz doméstico. Cuando los niños llegan a los 11 ó 12 años empiezan a pedirte un móvil.

Y ahora, ¿qué vas a hacer? –le pregunté–. Pues adelantarme al problema y no dejar que ellos pongan sus condiciones.

¿Queréis un móvil? Vale. ¿Para qué lo queréis? ¿Para hablar con vuestros amigos? ¿Para que os tengamos localizados? Muy bien. Acto seguido mi amigo se fue a una tienda y compró varios aparatos del modelo más antiguo que tenían, de los que sólo sirven para hablar por teléfono, sin acceso a internet.

De esta forma se había adelantado y cortado de raíz las excusas por las que insistentemente me pedían el móvil. Y, también, es verdad, los niños cuando vayan a la casa de algún ami-



Si quieres ganar la batalla del móvil con tus hijos tienes que ir varios pasos por delante y poner tú las condiciones.

go o salgan por ahí, podrá localizarlos o ellos a él con una simple llamada: eso aporta cierta tranquilidad.

Pero la cosa no para ahí, ahora ya no se vive sin whatsapp. Se comunican entre sí, se forman grupos de amiguitos de whatsapp para cualquier evento o hobby en común, y en verdad resulta práctico. ¿Cómo sortear el problema?

Pues con mucho ingenio mi amigo en breve va a comprar un móvil bueno, exclusivo para la casa, que permanezca sobre el aparador del salón. Nadie puede llevárselo. Un móvil de uso común para los hijos, hasta que sean mayores. Al menos habrá retardado el problema y, sobre to-

do, habrá sorteado esas edades tiernas en las que los niños son muy vulnerables.

Si quieres ganar la batalla del móvil con tus hijos tienes que ir varios pasos por delante y poner tú las condiciones. En caso contrario, te exigirán cada vez más y, al final, el móvil, el internet y las redes sociales serán el enemigo que tienes en casa y destruirá la convivencia familiar y, peor todavía, los expondrá a múltiples peligros sin contar con la adicción a que se verán sometidos cada vez más.

No obstante, en el salón de la casa tiene una pantalla grande de ordenador, para que puedan jugar a ciertos videojuegos o para ver todos algún programa de televisión concreto o película. Pero eso de darle al botón del mando y sentarse a “consumir” lo que echen... ini hablar! ■

Cumpleaños de la Madre Superiora

de las Hermanas de San Vicente de Paúl

EL curso está terminando, llega el buen tiempo y el final de las clases. En el internado de las Hermanas de la Caridad se celebra el cumpleaños de la madre superiora. Las niñas acuden a felicitarla. Entran en fila en la amplia estancia, guiadas por las hermanas maestras. La ganadora del concurso de redacción lee un discurso en nombre de todas. La vemos muy aplicada en su declamación. A su lado, una niña más pequeña mantiene con gracia un ramo de flores, aguardando su turno. Luce el mejor de sus vestidos, blanco y azul, recogido con un gran lazo en la cintura. Detrás, avanzan con la imagen del fundador, el gran San Vicente de Paul, seguidas por el resto de

las niñas, algunas aún en el corredor. Todas con flores cortadas esa mañana en los campos del colegio. Otra le lleva una maceta con geranios rojos, probablemente plantados por ella misma en el invierno.

Por su parte, la madre superiora las recibe sentada en un austero butacón de madera torneada, un tanto desgastado, con grandes brazos y respaldo alto, tapizado con un paño floreado que ha perdido el color. Apoya uno de sus pies sobre un pequeño escabel, mantiene el torso erguido con naturalidad, sin tocar el respaldo, y las manos sobre el hábito, junto al rosario, con paciente disposición. La expresión de su rostro parece un tanto indiferente a

BASILE DE LOOSE nació en Zele, (Bélgica) en 1809. Su padre, pintor también, le enseñó el oficio. Sufrió la muerte prematura de su madre, cuando estaba a punto de cumplir 12 años. Era el sexto hijo. Se formó en Amberes y en 1835 estaba activo en París. Sus retratos y pinturas de género, en los que a menudo se idolatra la vida familiar, recuerdan al artista austriaco Ferdinand Georg Waldmüller. De Loose es el representante más importante del sentimiento “Bieder-

Basile De Loose, 1878.
Colección particular



las muestras de devoción que recibe: sabe que le son dirigidas a lo que representa, como superiora, más que a su persona. Pero su actitud es acogedora, amable, amenizando el respeto que impone entre las alumnas su cargo.

Unos pasos por detrás, en pie, le asisten dos religiosas que observan agradadas el filial homenaje. La gran chimenea del centro de la estancia, con un

cuadro de Cristo paciente, como *Ecce Homo*, coronado de espinas y con una caña por centro, recibiendo no homenajes sino insultos y oprobios, aporta un toque solemne y casero a la escena, completado por esa mesa de apoyo cubierta con un colorido paño y la amplia alfombra que realza la dignidad del puesto de superiora.

Autoridad y bondad en la religiosa, mansedumbre y ►►

meier” en los Países Bajos. Sus escenas, a veces consideradas melancólicas, superan el trabajo de sus contemporáneos por su sentido del humor y su superioridad técnica. A partir de 1829, encontramos su nombre entre los participantes y ganadores de salones, tanto en Bélgica, Holanda y Francia. Completó su formación, de 1829 a 1831, realizando cursos en la Academia de Amberes, bajo la dirección del pintor Van Bree. Murió en Bruselas el 24 de octubre de 1885. ■





► sublime majestad en el Cristo ultrajado del cuadro. ■

Felipe Barandiarán

El cisma de Oriente



El largo proceso de distanciamiento entre Roma y Constantinopla, iniciado en el siglo V con el cisma de Acacio, y luego Focio, provocaría la ruptura final de 1054.

En el siglo VII, como consecuencia de la expansión musulmana, tres de los cuatro Patriarcados orientales cayeron en poder del islam: Alejandría, Antioquía y Jerusalén. Por eso, el Oriente cristiano se identificó desde entonces con la Iglesia griega o bizantina, es decir, el Patriarcado de Constantinopla y las iglesias nacidas como fruto de su acción misionera, que le reconocían una primacía de jurisdicción o al menos de honor. Estas cristiandades que giraban en la órbita de Constantinopla integraban la Iglesia greco-oriental.

El cristianismo sufrió la impronta de la contraposición entre Oriente y Occidente, cultura griega y latina. Constantinopla se convirtió en el principal Patriarcado del Oriente cristiano, émulo del Pontificado romano, estrechamente vinculado al Imperio de Bizancio, mientras Roma se alejaba cada vez más de este y buscaba su protección en los emperadores francos o germánicos. En este contexto de creciente frialdad entre las dos Iglesias, las fricciones y enfrentamientos jalonaron un largo proceso de debilitamiento de la



Historia de la Iglesia

comunidad eclesial.

Las relaciones entre Roma y Constantinopla experimentaron ya una primera ruptura en el siglo V: el cisma de Acacio, que estuvo motivado por las proclividades monofisitas de este patriarca (482) y que se prolongó durante treinta años. Más prolongadas fueron las repercusiones del problema de la iconoclastía. Como es sabido, León III Isáurico un gran emperador que salvó a Bizancio de la amenaza árabe dio origen a una grave crisis religiosa, que alteró durante más de un siglo la vida del Oriente cristiano: en 726 prohibió la veneración de las imágenes sagradas y poco después ordenó su destrucción.

El patriarca Focio, a pesar de que sabía que abriría un abismo entre griegos y latinos, convirtió en problema la cuestión de la procedencia de la segunda persona de la Santísima Trinidad. De este modo, las diferencias entre griegos y latinos no serían, en adelante, solamente disciplinares y litúrgicas, sino también dogmáticas, con lo que la unidad de la Iglesia quedaba irremediablemente comprometida. Puede afirmarse, en suma, que Focio, un sabio eminente que personificó el genuino espíritu eclesial de Constantinopla, contribuyó como nadie a preparar los ánimos para el futuro cisma oriental.

El cisma llegó, sin excesivo

dramatismo, en los comienzos de la época gregoriana. Los violentos sentimientos antilatinos del patriarca de Constantinopla Miguel Cerulario y la incomprensión de la mentalidad bizantina por parte de los legados papales enviados para negociar una paz eclesial, fueron los factores inmediatos de la ruptura. El Cisma quedaba así formalmente abierto, aunque cabe pensar que muchos contemporáneos y quizá los propios protagonistas del episodio pudieron creer que se trataba de un incidente más de los muchos registrados hasta entonces en las difíciles relaciones entre Roma y Constantinopla.

Esfuerzo por la unión

La vuelta a la unión constituyó desde entonces un objetivo permanente de la Cristiandad. La promovieron Pontífices, la desearon en Constantinopla emperadores y hombres de Iglesia, se celebraron concilios unionistas y hubo momentos en que pareció que se había logrado. No era realmente así, pero tan sólo la caída de Constantinopla en poder de los turcos y la desaparición del Imperio bizantino (1453) pusieron fin a los deseos y a las esperanzas de poner término al cisma de Oriente y reconstruir la unidad cristiana. ■

"Historia breve de la Iglesia" Concepción Carnevale. Cortesía de www.catholic.net para la Biblioteca Católica Digital



FUNDAMENTOS

ALGUNAS ORIENTACIONES SOBRE LA ORACIÓN

Conocer y amar a Jesucristo

FR. SANTIAGO CANTERA MONTENEGRO O.S.B.

La vida del cristiano debe consistir en gran medida en un proceso consistente en conocer, amar, seguir e imitar a Jesucristo, en un proceso de identificación con Él.

A Sí lo propone el famoso libro de la corriente espiritual de la *devotio moderna* titulado *De la huida del mundo (De contemptu mundi)*, más conocido como *Imitación de Cristo*, atribuido por lo general a Tomás de Kempis, aunque también se han postulado otros posibles autores como el teólogo francés Juan Gersón y el monje benedictino Juan Gersén, abad de Vercelli.

San Ignacio de Loyola, en sus Ejercicios Espirituales, aspira a obtener del ejercitante su identificación y configuración con Cristo, por medio de la ayuda de la gracia divina. Por ejemplo, en el tercer preámbulo de la meditación de la Encarnación propone “demandar lo que quiero: será aquí demandar conocimiento interno del Señor, que por mí se ha hecho hombre, para que más le ame y le siga” (EE, 104). Y el curso de las meditaciones sobre los misterios de la vida de Cristo procuran que el ejercitante recree las escenas contempladas mediante aspectos como la “composición de lugar” y que se intro-

duzca de forma pasiva o incluso activa en ellas. Es algo que ya previamente había deseado para el lector Ludolfo de Sajonia, “el Cartujano”, en la *Vita Christi* (Vida de Cristo), obra que tanto influiría en la “conversión” de San Ignacio durante su recuperación en la casa-torre familiar de Loyola.

Pidamos, como discípulos de Cristo, lo mismo que vivió San Pablo en su propia persona a raíz del cambio profundo que el Redentor obró en su vida: “Estoy crucificado con Cristo (*confixus sum cum Christo in cruce*) y ya no vivo yo, sino que es Cristo quien vive en mí. Y mi vida de ahora en la carne, la vivo en la fe del Hijo de Dios, que me amó y se entregó por mí” (Gal 2,19-20); “Para mí la vida es Cristo y una ganancia el morir” (Flp 1,21). Aspiremos a una identificación total con Cristo, pidiendo esta gracia al Espíritu Santo. Y en la serie de artículos que ahora comenzamos, pidamos esto en concreto con respecto a la oración y la contemplación de Jesús orando.

La oración

Santa Teresa de Jesús, al hablar de la oración mental, ofrece una preciosa definición sobre lo que es la oración; dice ella que es “tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama” (Libro de la vida, cap. 8, 5). Es decir, tratar con un amigo, con el mejor de los amigos, que sabemos que siempre nos ama. Volveremos sobre este aspecto al referirnos al trato de Moisés con el Señor. Pero adelantemos ahora algunas valoraciones, recordando que San Ignacio propone en cierto momento de los Ejercicios hacer un coloquio orante contemplando a Cristo en la Cruz, “hablando así como un amigo habla a otro o un siervo a su señor” (EE, 53-54). Esto se puede extender realmente a muchos momentos de la vida del cristiano. Vemos en la primera propuesta ignaciana la visión de la oración como tratar de amistad, la confianza absoluta en el amigo. Y en la segunda, descubrimos también al Íñigo de Loyola militar que tiene la visión del caballero cristiano medieval, con fidelidad y reverencia hacia su señor, que en este caso es ya el Señor de los señores; es un aspecto del santo temor de Dios, del temor filial, del temor reverencial del hijo hacia el padre (aquí, el Padre celestial), que es una vertiente del amor.



**La oración es
“tratar de amistad,
estando muchas veces
tratando a solas con
quien sabemos nos ama”**

FUNDAMENTOS

La propuesta de San Ignacio contemplando a Jesucristo clavado en la Cruz nos lleva a considerar que ha sido ahí, en la Cruz, donde se nos ha manifestado sobrebundantemente todo el amor de Dios hacia los hombres, hacia cada uno de nosotros, hacia mí en concreto. Porque el amor de Dios es un amor personal que sólo pide en correspondencia mi amor.

Esta idea de la amistad divina en la oración también la tiene otro

gran autor espiritual español del siglo XVI como es San Juan de Ávila. Él la refiere especialmente al sacerdote en la Santa Misa, donde dice con acierto que entre Dios y el sacerdote existe y se establece un “amigable trato y particular familiaridad” (*Tratado sobre el sacerdocio, 10*). Pero podemos hacer extensible esta consideración al resto de cristianos, tanto en la Santa Misa como en la oración. ■

No hagas colas en el banco: domicilia tu suscripción

- ♦ POR FAVOR, si no lo has hecho todavía, domicilia tu suscripción.
- ♦ No tendrás que hacer colas en el banco.
- ♦ Tu dinero nos llegará íntegro, sin comisiones, ni para ti ni para EL PAN DE LOS POBRES.
- ♦ En agradecimiento, te mandaremos de REGALO un bello tríptico de San Antonio.

Llama a nuestras oficinas, de (09:00 a 13:00h)
944 156 920

♦ **Facilitanos los datos de la Cuenta Corriente** en que desees cargar el importe correspondiente.

♦ También puedes enviar un correo electrónico a: panpobres@elpandelospobres.com o a través de nuestra WEB www.elpandelospobres.com. *¡Muchas gracias!*

Puedes usar el código Qr:



Hemos actualizado el precio de la suscripción para 2024

Ordinaria: 18 euros / Benefactor: 25 euros
Extranjero: 35 euros / Gran Benefactor _____

EL VERSALLES ASTURIANO

Palacio de los Selgas

PLINIO ANTONIO RODRÍGUEZ FERREIRA



El Palacio de los Selgas fue construido entre los años 1880 y 1895, en estilo renacentista. Rodeado de tres jardines, un pabellón de los tapices, un museo escolar y un invernadero se ha ganado el sobrenombre del “Versalles Asturiano”.

LA Quinta de Selgas es un conjunto de palacio y finca ajardinada situado en El Pito, pequeña población del concejo de Cudillero (Asturias, España).

Se construyó entre 1880 y 1895 por iniciativa de los hermanos Ezequiel y Fortunato de Selgas Albuérne: el primero, empresario de éxito en Madrid, puso los medios económicos para realizar el proyecto, mientras que el segundo, historiador y aficionado al Arte, fue quien elaboró el trazado, de diseño historicista.

La mansión conserva casi intacta su decoración original, y al-

berga pinturas de grandes maestros como Goya, El Greco, Luca Giordano, Corrado Giaquinto y Vicente Carducho; las arropa un variado muestrario de muebles, textiles, objetos de orfebrería y vidrio, abanicos y porcelana europea y oriental. Un pabellón vecino remozado en fecha reciente exhibe una colección de tapices y acoge exposiciones temporales. Los jardines de 9 hectáreas suponen un compendio del paisajismo europeo y se cuentan entre los más relevantes de España.

La Quinta está cerrada con un muro en todo su perímetro y cuen-



ITINERARIOS

ta con dos puertas monumentales. La principal se orienta al sur y adopta la forma de un arco triunfal de notable altura rematado en semicírculo.

Desde este acceso arranca el llamado jardín francés, de gran longitud, que realza la vista del palacio a lo lejos mediante el efecto de perspectiva, al cual contribuyen las estatuas alineadas y las formas geométricas del césped y de los parterres de flores.

El palacio

Exteriormente, el palacio se asemeja a las mansiones neoclásicas francesas. Es de planta rectangular y consta de planta baja, dos pisos y ático.

Los interiores de la mansión se han comparado con un museo por la calidad y cantidad de sus piezas artísticas, mobiliario y objetos decorativos. Los salones y dormitorios recrean estilos pasados, mayormente franceses; desde el más sobrio de la época de Luis XIII en

el recibidor, hasta el estilo Luis XVI en el Salón de Baile.

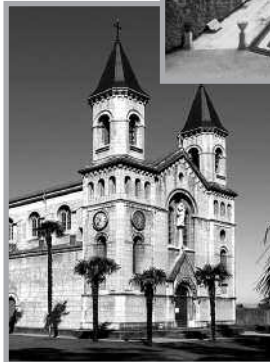
Pero lo que da notoriedad a la Quinta es, junto con sus jardines, la colección de pinturas.

Los planos de la casa fueron ideados por el propio Fortunato Selgas. También él fue el autor de los planos de las escuelas del Pito y de la iglesia de Jesús Nazareno.

A los lados de la fachada pos-



Tocador Luis XV, cumplía las funciones de vestidor para la habitación de Ezequiel y la de su esposa Faustina.



terior, se levantan dos pabellones de un piso sobre zócalo: el pabellón de Tapices y el pabellón de Invitados.

La iglesia

La Iglesia-Panteón Jesús Nazareno se encuentra localizada fuera del recinto de La Quinta. Su construcción data de 1914, fecha en que fue inaugurada por la infanta D^a Isabel de Borbón.

Responde a un revival romántico del siglo XII, con planta de cruz latina y amplia nave de tres tramos en altura y capillas laterales. En el crucero dos tribunas recuerdan el privilegio familiar de seguir la liturgia desde un lugar privado.



Sala Luis XVI, la más amplia del palacio, ofrece una vista panorámica sobre el jardín francés

Los jardines

El jardín se estructura en tres zonas, cada una de ellas desarrollada con los preceptos de los tres principales estilos jardinísticos de época moderna, italiano, francés e inglés, por lo que la finca es un verdadero compendio de la historia de la jardinería en Europa.

El jardín francés se sitúa frente a la fachada sur del palacio, con una amplia avenida versallesca a modo de tapis vert, bordeada de setos de camellia japónica y decorada con fuentes, estatuas y jarrones.

El jardín italiano se encuentra en la parte posterior del palacio, delimitado por cuatro pabellones en los ángulos, con un estanque cuadrilobulado en el centro, y un conjunto de terrazas, escalinatas y balaustradas.

Por último, el jardín inglés se halla en la zona oriental del recinto, con un trazado más irregular y plantaciones de árboles exóticos, como secuías, palmeras, arauca-

rias, cedros del Atlas... junto a amplias praderas; recorre este espacio un río que va formando lagos, y acoge también un templete clásico sobre una gruta de rocalla con acuarios en su interior.

El museo escolar

En él se exhibe una colección de objetos didácticos, usados durante la primera mitad del siglo XX en las Escuelas Selgas. Fundadas en 1915 como institución benéfica y docente, su objetivo era facilitar la educación de niños de ambos sexos de los pueblos de Habana, Aronés, El Pito y Atalaya, aunque, en el caso de contar con plazas suficientes podrían ser admitidos alumnos de otros pueblos del concejo. ■

DATOS ÚTILES:

Visitas: del 04 de junio hasta el 15 de septiembre, de martes a domingo.

El horario: de 10.30 a 21.00 h. durante los meses de junio y julio y de 10.30 a 20.00 h. durante los meses de agosto y septiembre.

MÁS INFORMACIÓN:

<https://www.selgas-fagalde.com/>



Luces de Hispanidad

–*La valiosa huella española en América, un legado fértil*–

Autor: SANTIAGO CANTERA MONTENEGRO / Editorial Sekotia /
Pág: 240 / PVP: 17,05 euros; versión Kindle: 6,17 euros (Amazon)

Luces de la hispanidad reivindica la encomiable obra social y filantrópica de la Madre Patria en la América colonial y desmonta la leyenda negra indigenista sobre la presencia hispana en el Nuevo Mundo, creada por la propaganda anticatólica de las ideologías del odio –desenmascaradas en esta reveladora obra–, que llegaron de la mano de la Modernidad.

¿Sabías que los primeros grandes edificios que construyeron los españoles en América fueron, habitualmente, hospitales?

¿Conocías que fueron los propios españoles los pioneros en dar forma escrita y fijar la gramática de las lenguas autóctonas? Hispanoamérica vive en el corazón de todos los españoles amantes de la historia patria. España,

heredera del sentido universalista romano y católico, se volcó –tras el descubrimiento– en América y hacia América; donde su profunda huella ha quedado impresa de un modo muy singular.

El monje benedictino SANTIAGO CANTERA, doctor en Historia, presenta un fiel retrato del alma mestiza, diversa y rica de esa Nueva España del mar Océano, como la quiso llamar Hernán Cortés.

Un análisis imprescindible sobre la original y prometedora realidad que surgió tras la evangelización e incorporación de los territorios americanos a la Monarquía Católica española.

Un deslumbrante ensayo que recupera la tradición católica española y redescubre la auténtica esencia de Hispanoamérica. ■



La belleza de vivir con menos

–*La senda de santa Teresa de Lisieux*–

Autor: LARAINÉ BENNETT / Ediciones Rialp /
Pág: 166 / PVP: 16,00 euros; eBook: 8,49 euros

Poseer demasiadas cosas es más una tortura que una alegría: perde-

mos armonía y mirada cristiana, y es más difícil vivir el momento presente. En un viaje espiritual de

No gestionamos pedidos en nuestras oficinas.
Los pedidos deben hacerlos en la librería de
su confianza o a la editorial en cuestión

la mano de santa Teresa de Lisieux la autora ofrece un modo de vida donde “menos es más”: un antídoto contra el consumismo y la mercantilización del hogar.

¿Cómo desprenderse de cosas, y crecer en virtudes? ¿Cómo dejar atrás los hábitos poco saludables y el desorden? ¿Cómo simplificar la propia vida y gestionar miedos y ansiedades? ¿Cómo crear belleza en el hogar, centrar

la mirada en el Cielo y encontrar la felicidad y la gratitud? El camino es la humildad, hacerse pequeños, confiar en la misericordia de Dios. Eso enseña Teresa de Lisieux.

LARAINÉ BENNETT es doctora en Filosofía y autora de numerosos libros sobre el carácter, el temperamento y las emociones. Vive con su marido en Virginia (EE. UU.) y es madre de cuatro hijos. ■



TRILOGÍA DEL SACERDOTE ANGOLENÑO
MELCHOR KANDIMBLE

Formato pdf:
2,99 euros cada título

BRISA ÍNTIMA es una obra que nos hace pensar en la brevedad de nuestra vida, en la felicidad que tenemos en vivir con gratitud, y nos recuerda que nada es para siempre, todo es temporal. ...Porque al final todo pasa, apenas Dios permanece para siempre... Una brisa que nos invita a hacer el mejor viaje hasta la vida.

TRILHOS N'AREIA es una obra poética que nos recuerda que la vida es un camino hacia la tierra prometida; por eso tenemos que caminar todos los días para buscar felicidad en nuestro interior como lo hicieron nuestros padres, como nos demuestra la historia de la humanidad. Es necesario el perdón personal y el perdón a los demás. Cantares marianos es la danza y la musicalidad que tenemos en la poesía.

INTIMIDADE es la anotación de vivencias íntimas con el Creador, con la naturaleza, con la humanidad y, sobre todo, en la construcción de nosotros mismos. La superficialidad nos hace hombres comunes, pero teniendo intimidad con nosotros buscaremos la complementariedad que necesitamos. ■

Pueden adquirirse en <https://vivlio.casadellibro.com/>

Gracias obtenidas

Barakaldo (Vizcaya) - Doy gracias a San Antonio, por favores recibidos y nos siga ayudando. Mando donativo. *M.J.V.G.*;

Barakaldo (Vizcaya) - En agradecimiento a San Antonio por un favor recibido envió limosna. *B.G.*; **Barco, O** (Ourense) - Doy gracias a San Antonio, a la Virgen de Umbe y a San José por todos los favores y gracias recibidas.

Deseo nos sigan protegiendo a toda mi familia y a mí en todas las adversidades. Mando donativo prometido. *María Teresa Pérez Manjon*; **Boimorto** (Coruña A) - Doy gracias a San Antonio y santos de mi devoción por los favores de salud recibidos en la familia, amigos y otros bienes materiales y espirituales recibidos. Espero que nos siga prote-

giendo todos los días de nuestra vida. Mando la limosna prometida. *M.D.C.L.A.*; **Burgos** - Gracias

San Antonio por encontrar unas llaves que había perdido y que aparecieron después de rezarte un padre nuestro. *P.B.S.*; **Coruxo** (Pontevedra) - Doy gracias a San Antonio y a la Virgen del Carmen por todos los favores recibidos y me ayude con mi

problema de salud que tengo. Mando donativo ofrecido. *Natividad García Loureiro*; **Cuenca** - Doy las gracias a San Antonio y a la Santísima Virgen por el favor que me han hecho y les pido que me sigan ayudando en mi salud. Envío limosna. *A.B.*; **Gijón** (Asturias) - Doy gracias a

San Antonio, por los favores recibidos y rogándole que mi hija



ORACIÓN

Gloriosísimo

*San Antonio de Padua,
que por vuestro increíble
poder, recibido de Dios
nuestro Señor, obráis
tantos milagros y sois la
admiración del mundo,
a Vos acudo y suplico que
me alcancéis lo que os pido,
si es voluntad del Señor y
de María Santísima,
y lo más conveniente
para mi alma.*

* Conforme al Decreto de Urbano VIII, declaramos que a las gracias que publicamos en nuestra Revista no les damos más valor que el puramente histórico, sujetándonos en todo a las decisiones de la Iglesia.

pueda vender el piso, como ella desea. *Una Suscriptora; León* - Ante el cierre de el periódico “gente” de León, en el que agradecíamos mediante la oración del Espíritu Santo. Los favores alcanzados, agradecemos al el pan de los pobres que nos publique los agradecimientos y devoción al Espíritu Santo. *M.C.M.; León* - Le doy gracias a San Antonio porque me escucha cuando lo necesito y a todos los santos de mi devoción. Envío limosna. *María Lidia Falagan del Rio; Lugo* - Doy gracias a San Antonio, por los favores recibidos. *M.A.G.; Madrid* - En agradecimiento a San Antonio por conseguir que a una amiga no la echaran de su casa. Envío donativo. *Adela López; Madrid* - En agradecimiento a San Antonio por salir bien de una operación de columna, pidiéndole que vaya bien la recuperación. Mando donativo. *Aurora Villar Román; Madrid* - Doy gracias a San Antonio, por las gracias obtenidas y le rogamos nos siga protegiendo. *M.A.G.; Madrid* - En agradecimiento a San Antonio por la feliz terminación de un problema de salud de mi nieta, erróneamente diagnosticado. *Ana María Megia Mansilla; Madrid* - Quiero darle las gracias a San Antonio porque

Si buscas milagros, mira:
muerte y error desterrados,
miseria y demonio huidos,
leprosos y enfermos sanos.

*El mar sosiega su ira,
redimense encarcelados,
miembros y bienes perdidos
recobran mozos y ancianos*

El peligro se retira,
los pobres van remediados;
cuéntenlo los socorridos,
díganlo los paduanos.

*El mar sosiega su ira,
redimense encarcelados,
miembros y bienes perdidos
recobran mozos y ancianos.*

Ruega a Cristo
por nosotros,
Antonio glorioso y santo,
para que dignos así
de sus promesas seamos.

*Amén. Gloria al Padre,
al Hijo y al Espíritu Santo...*

mi hermano Fernando cogió bronquitis y se puso muy fastidiado y le recé a San Antonio para que se recuperara y le prometí una limosnita que ya se la he dado. Mi continuo agradecimiento por tanto y tanto como me ayuda a inter-

¡GRACIAS, SAN ANTONIO!

ceder por mí ante Dios Nuestro Señor. ¡Gracias San Antonio!.
María Ángeles Leal Rodríguez; **Madrid** - Doy gracias a San Antonio, por salir bien de una operación mi hija y para que mejore mi hermano. *P.M.P.;* **Madrigalejo del Monte** (Burgos) - Doy gracias a San Antonio, por haberme concedido un favor muy grande el día de Jueves Santo. *Humildad Álvarez;* **Medina del Campo** (Valladolid) - Doy gracias a San Antonio por todos los favores recibidos, especialmente por haber resuelto problemas de salud de toda la familia. Que nos siga protegiendo y ayudando y en agradecimiento mando donativo. *M.C. García P.;* **Ourense** - En agradecimiento a San Antonio por los favores recibidos, que nos siga cuidando, dándonos salud física y mental a nosotros 4 y al resto de la familia. Pidiéndole ayude a mi marido en sus problemas de trabajo, y que en el mío no nos cierren una unidad. Mando donativo. *Laura Rodríguez Pajarín;* **Palacios de Goda** (Ávila) - Doy gra-

cias al Corazón de Jesús, a la Virgen Santísima y a mi intercesor San Antonio por los favores recibidos, especialmente por la salud. Te pido con confianza que nos sigas ayudando. Gracias Santo mío por estar siempre a mi escucha. Envío limosna para tus pobres. *M.V.M.;* **Portugalete** (Vizcaya) - Doy gracias a San Antonio por todos los favores recibidos. Envío donativo. *Josefa Gómez Pena;* **San Pedro Moreiras** (Ourense) - Doy gracias a San Antonio y a todos los Santos de mi devoción, porque mi sobrino aprobó el examen, y le pido que le siga ayudando y protegiendo en los exámenes que le quedan, y te pido salud para mis sobrinos, hermanos y cuñadas y para mí. Mando donativo ofrecido. *Una suscriptora;* **San Pedro Moreiras** (Ourense) - Doy gracias a San Antonio, por escucharme cuando te pedí que apareciera pronto el técnico para sacar a mi sobrina del ascensor, quien había quedado cerrado, también te pido que nos sigas ayudando y protegiendo a mi familia y a mí.

San Pedro Moreiras (Ourense) - Doy gracias a San Antonio, por escucharme cuando te pedí que apareciera pronto el técnico para sacar a mi sobrina del ascensor, quien había quedado cerrado, también te pido que nos sigas ayudando y protegiendo a mi familia y a mí. Mando donativo ofrecido. *S.F.F.*

Mando donativo ofrecido. *S.F.F. San Sebastián de Los Reyes* (Madrid) - En agradecimiento a San Antonio por salir bien de una prueba médica, y pidiéndole nos siga protegiendo. Mando donativo. Antonio Escribano Saez; **Sueca** (Valencia) - En agradecimiento a San Antonio por los favores recibidos. Mando donativo. *María Eduarda Clari Serra*; **Valdemoro** (Madrid) - Doy gracias a San Antonio por favores recibidos. Envío limosna. *M.A.M.G.*; **Valladolid** - Le pido a San Antonio de Padua que me ayude a recuperar lo que he perdido. *M.L.R.R.*; **Viana Do Bolo** (Ourense) - Mando limosna por los favores recibidos. *Estrella Carracedo*; **Villafranca de los Barros** (Badajoz) - Agradeciendo a San Antonio por un favor recibido envío donativo. Le pido que siga ayudando y protegiendo a mi familia. *M. Mangas*; **Vitoria-Gasteiz** (Álava) - Hace unos meses me tuvieron que operar de urgencia y los médicos no nos lo pu-

Gasteiz (Álava) - Hace unos meses me tuvieron que operar de urgencia y los médicos no nos lo pusieron nada bien, cuando ya me estaban anestesiando me encomendé a San Antonio y me ayudó., cumpla lo prometido y mando donativo. *Goya Domínguez*.

sieron nada bien, cuando ya me estaban anestesiando me encomendé a San Antonio y me ayudó., cumpla lo prometido y mando donativo. *Goya Domínguez*; **Zarza de Tajo** (Cuenca) - Gracias por todos los favores recibidos. Le pido nos de salud y nos siga favoreciendo. Envío donativo. *Francisca Medina Mascaraque*. ■

Suplicamos a nuestros suscriptores que al remitir las gracias EXPRESEN CLARAMENTE LOS FAVORES RECIBIDOS, con todos los detalles que estimen oportuno. Ser suscriptor da derecho preferente a su publicación.



Causa de Canonización de Santiago Masarnau Fundador de la Sociedad San Vicente de Paul en España

Para su beatificación sólo falta el reconocimiento de un milagro. Las personas que reciban gracias a través de su intercesión, rogamos las comuniquen a la sede de la Sociedad de San Vicente de Paul, c/ San Pedro, 3 - 2ª planta. 28014 Madrid ó a: postuladora@ssvp.es ■

MISAS / AYUDA A SACERDOTES



◆ LA IMPORTANCIA DE ORAR POR LOS DIFUNTOS

Desde su fundación, la Obra de EL PAN DE LOS POBRES se ha preocupado de encargar misas por los suscriptores difuntos, al tiempo que ayuda a los sacerdotes, en su labor pastoral, entregándoles estipendios por la celebración de las misas que nos encargan nuestros suscriptores. A todos os agradecemos el apoyo a esta obra de Caridad espiritual (orar por los difuntos) y material (ayudar a nuestros sacerdotes).

Misa ordinaria: 10 euros. Novena: 99 euros / Misas Gregorianas (30 misas en 30 días seguidos): 12 euros/Misa: 360 euros/tanda.

◆ OS INFORMAMOS

• **En el mes de abril 2024**, se han celebrado 249 Misas Ordinarias; 3 Novenas; 4 tandas de Misas Gregorianas. Total Misas encargadas: 396 y se han entregado 4.227 euros.

Alcalá la Real (Jaén): T.T.G. 10; **Alcobendas** (Madrid): C.G.G. 10; **Almería**: S.C.D. 70; **Andoain** (Guipúzcoa): M.U.L. 20; **Arbon** (Asturias): L.F.D.M. 10; **Banyoles** (Girona): M.P.L. 60; **Barakaldo** (Vizcaya): G.F.A. 10; L.A.R. 10; **Barallobre** (Coruña A): M.G.C.C. 10; **Barcelona**: J.C.P. 30; M.D.F.E. 50; **Bañeza La** (León): M.L.A.A. 40; **Bilbao** (Vizcaya): L.O.O. 100; O.D.E.P. 350; **Boal** (Asturias): L.L.G. 30; **Boboras** (Ourense): M.G.G. 140; **Bullas** (Murcia): E.A.M. 100; **Burgos**: M.J.A.M. 10; P.B.S. 10; **Carragoso de Arriba** (Pontevedra): I.R.S. 20; **Cea** (Ourense): J.A.A. 20; **Cee** (Coruña A): D.L.T. 20; **Córdoba**: R.L.D.C. 20; **Corrales de Buelna L**

os (Cantabria): M.E.A.P. 20; **Cuenca**: A.B.L. 50; M.M.B. 20; **Espinaredo** (Asturias): M.A.A.C. 50; **Fao** (Coruña A): M.C.F.M. 20; **Fuenlabrada** (Madrid): M.L.L.M. 20; **Geilenkirchen Nrw** (Alemania): M.D.F.A. 20; **Granada**: D.C.L. 10; **Guadalajara**: R.P.P. 22; **Las Palmas de** (Gran Canarias): F.A.G. 20; **Layas** (Ourense): E.F.R. 20; **León**: M.N.D.C. 60; **Lleida**: M.R.O. 30; **Lugo**: M.O.R.C. 20; **Madrid**: A.M.A. 20; A.P.Z. 20; D.Y.A. 10; J.A.S.S. 20; J.M.S. 10; M.L.C.M. 10; M.L.M. 10; M.N.H.A. 10; M.S.M. 30; N.B.G. 20; **Madridejos** (Toledo): S.P.A. 30; **Mosexos** (Ourense): M.Y.F.C. 10; **Murcia**: A.M.V. 50; **Noia** (Coruña A): J.M.I. 80; **Otura**

(Granada): I.A.L. 100; **Ourense** :M.N.R. 10; **Oviedo** (Asturias): M.D.R.C. 20; **Pola de Allande** (Asturias):E.S.O. 20;**Pola de Siero** (Asturias): M.L.R.L. 30; **Quintanilla de las Torres** (Palencia): J.R.R. 10; **Remesar** (Pontevedra): M.R.S. 70; **Rojales** (Alicante):A.L.S. 20; **Sa Pobla** (Illes Balears): P.M.F. 10; **Salas** (Asturias): M.F.F. 10; **San Adrian** (Navarra): M.C.F.G. 30; **San Agustín del Pozo** (Zamora): G.M.M. 10; M.A.M.M. 10; **San Sebastián de los Reyes** (Madrid):A.P.H. 10; **Santa Cruz de** (Tenerife): C.A.C.M. 30; J.F.D.V. 30; **Taboada** (Ourense): E.S.C. 10; **Ujo** (Asturias): A.A.T. 50; **Valladolid**: I.V.V. 20; **Vegadeo** (Asturias): H.A.C. 40; **Vigo** (Pontevedra): A.B.B. 30; **Zamora**: M.D.C.M. 20; **Zaragoza**: G.C.A. 50.

MISAS GREGORIANAS

Carballiño (Ourense): E.L.R. 360; **Illescas** (Toledo): E.G.O. 360; **Madrid**: M.T.S.T. 360; P.A.A. 360.

NOVENAS

Gijón (Asturias): L.R.G. 99; **Sabadell** (Barcelona): D.P.D. 99; **Sabiñan** (Zaragoza): D.A.S. 99. ■

Rezar por los difuntos y la Comunión de los Santos

Rezar por los difuntos es una **obra de misericordia** y un signo de reconocimiento por el testimonio que nos han dejado y el bien que han hecho. Es un agradecimiento al Señor porque nos los ha donado y por su amor y su amistad. Dice el sacerdote en la misa: *«Acuérdate también, Señor, de tus hijos, que nos han precedido con el signo de la fe y duermen ya el sueño de la paz. A ellos, Señor, y a cuantos descansan en Cristo, concédeles el lugar del consuelo, de la luz y de la paz»* (Canon romano). Un recuerdo simple, eficaz, lleno de significado, porque encomienda a nuestros seres queridos a la misericordia de Dios.

La Comunión de los Santos es la unión espiritual de todos los cristianos vivos y muertos. De acuerdo con el Catecismo de la Iglesia Católica, *“la oración por nuestros difuntos y por las almas del purgatorio puede no solamente ayudarles, sino también hacer eficaz su intercesión en nuestro favor”* (n. 958).

El recuerdo de los fieles difuntos no debe hacernos olvidar también de rezar por los vivos, que junto a nosotros cada día enfrentan las pruebas de la vida. ■

NUESTROS AMIGOS LOS DIFUNTOS

Por el eterno descanso de las almas de los difuntos de la gran familia de EL PAN DE LOS POBRES se celebran más de quince misas diarias. ¡Ellas necesitan nuestros sufragios y nosotros que nos hemos propuesto dejar “vacío” el Purgatorio, acudimos presurosos en su ayuda!

Aguilar de Campoo (Palencia) - Purificación Marcos Cubillo; **Barakaldo** (Vizcaya) - Heliadora de la Varga Rodríguez; **Belmonte** (Cuenca) - Dolores Sevilla Poveda; **Bilbao** (Vizcaya) - Carmen Intxausti Reizabal; **Boecillo** (Valladolid) - Marcos Redondo Fernández; **Cabañas** (Coruña A) - Dulce María Torrente Galego; **Caldas de Montbui** (Barcelona) - María Casas de Ganella; **Caldas de Montbui** (Barcelona) - Mercedes Roca Poch; **Carballiño** (Ourense) - Esther Puza Rodríguez; **Caridad La** (Asturias) - Benedicta Alonso Fernández; **Celles** (Asturias) - Elisa Carriles Rodríguez; **Costean** (Huesca) - Antonia Campo Mur; **Coruña A** - María Rosa Pose Fernández; **Coruña A** - Antonio Fernández Pérez; **Daimiel** (Ciudad Real) - Ángela Giménez-Galanes Álvarez; **Fuente El Sauz** (Ávila) - Eufemia Ayuso; **Gondomar** (Pontevedra) - María Ascensión Alonso García; **Jaca** (Huesca) - Ana María Trigo Pardo; **Lillo** (Toledo) - Juliana Chacón Álvarez; **Logroño** (La Rioja) - Martina

Fernández Gómez; **Lopera** (Jaén) - Antonio Valenzuela Bruna; **Madrid** - Julia Madrid del Amo; **Madrid** - Lorenzo Muñoz Yerón; **Majadahonda** (Madrid) - Belarmina Fernández Fernández; **Málaga** - Isabel Valiente Castilforte; **Nava** (Asturias) - María Teresa del Dago Castro; **Palencia** - José Antonio Garrido Bujo; **Pedro Muñoz** (Ciudad Real) - Rosario Fernández Salido; **Pontevedra** - Concepción Silva Sanmartín; **Recas** (Toledo) - Juana Bravo Torres; **Sentmenat** (Barcelona) - María Antonia Reverter Perich; **Sestao** (Vizcaya) - Emérita San Pedro Vega; **Sevilla** - Francisco Gómez Rabaneda; **Sosas del Cumbrial** (León) - Honorio García García; **Taboada** (Lugo) - Aurora Choren de Cadahia; **Tui** (Pontevedra) - Rafael Álvarez Fernández; **Valladolid** - José María Tome Olmedo; **Villar del Rey** (Badajoz) - Obdulia García. ■



¿Por qué encender una vela?

La Tradición de la Iglesia está llena de gestos profundos, que nos llevan hacia Dios. Encender una vela es uno de ellos.

Las velas son un sacramental utilizado en la liturgia y en la religiosidad popular. Son un signo de la luz que disipa las tinieblas, símbolo de Dios, el dador de vida y la luz del Mundo.

El día de la Candelaria o Purificación de Nuestra Señora, 2 de Febrero, se bendicen solemnemente las velas, y la costumbre

era conservarlas en casa para encenderlas en momentos de necesidad.

Cuando encendemos una vela junto a la imagen de la Virgen o de un santo de nuestra devoción, lo hacemos para pedir o agradecer algo. La vela simboliza nuestra oración, que permanece allí, supliendo nuestra presencia física. Recordando durante el tiempo que se mantiene encendida, que nuestro corazón está allí, latiendo, implorando, dando gracias. ■

Una vela a San Antonio



Tus intenciones estarán inscritas en la **MISA semanal de los martes**, mientras permanezca encendida tu vela.



Accede en: <http://www.elpandelospobres.com/enciende-ahora-tu-vela-san-antonio-de-padua>

o en: www.UnaVelaASanAntonio.com

Las recetas de Lublús

Salpicón de marisco

con pulpo y langostinos



Perfecto como
entrada o
plato principal
en cualquier
ocasión
especial

Preparación

1. En un tazón grande, combina el pulpo, los langostinos, los mejillones y las almejas.

Agrega la cebolla picada, los pimientos rojo, verde y amarillo, los tomates, el pepino, el cilantro y el perejil al tazón. Mezcla bien para combinar todos los ingredientes.

En un tazón pequeño, mezcla el jugo de limón, el aceite de oliva, el ajo picado, la sal y la pimienta. Bate bien la mezcla y viértela sobre la ensalada de mariscos. Mezcla suavemente para que todos los ingredientes se impregnen con el aliño.

Prueba y ajusta el condimento según sea necesario.

Cubre el tazón con papel film y refrigera durante al me-

nos 30 minutos para permitir que los sabores se mezclen.

Una vez refrigerado, retira el papel film y sirve el salpi-

Ingredientes

- 500g de pulpo cocido, cortado en trozos pequeños
- 500g de langostinos cocidos, pelados y cortados en trozos
- 250g de mejillones cocidos, sin concha
- 250g de almejas cocidas, sin concha
- 1 cebolla roja, picada finamente
- 1 pimiento rojo, cortado en cubitos
- 1 pimiento verde, cortado en cubitos
- 1 pimiento amarillo, cortado en cubitos
- 2 tomates maduros, cortados en cubitos
- 1 pepino pequeño, cortado en cubitos
- 1 manojo de cilantro fresco, picado
- 1 manojo de perejil fresco, picado
- 1 diente de ajo, picado finamente
- 1 limón, el jugo
- 4 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- Sal y pimienta al gusto

Canapés de ...aguacate y tomate cherry

Preparación

Corta el aguacate en rodajas finas y colócalas sobre las tostadas o panecillos.

Corta los tomates cherry por la mitad y coloca una mitad sobre cada tostada.

Espolvorea un poco de sal y pimienta sobre los tomates.

Exprime un poco de limón sobre los aguacates si deseas.

Decora con hojas de albahaca fresca si lo deseas.

Sirve y disfruta. ■

... queso crema y salmón ahumado

Preparación

Unta una capa de queso crema sobre cada tostada. Coloca una loncha de salmón ahumado sobre el queso crema. Decora con unas ramitas de eneldo fresco si lo deseas.

Repite el proceso con el resto de los ingredientes.

Sirve y disfruta. ■



Ingredientes:

- Tostadas pequeñas
- Aguacate maduro
- Tomates cherry
- Sal y pimienta
- Limón (opcional)
- Hojas de albahaca fresca (opcional)

Ingredientes:

- Tostadas pequeñas
- Queso crema
- Salmón ahumado
- Eneldo fresco (opcional)



cón de marisco en platos individuales o en una fuente grande para compartir.

Puedes decorar con rodajas de limón y algunas hojas de cilantro fresco antes de servir. ■





Martirio de Manuel, Sabel e Ismael.

MANUEL, SABEL E ISMAEL MÁRTIRES († CALCEDONIA, 362)

17 DE JUNIO. Los hermanos Manuel, Sabel e Ismael, fueron enviados como embajadores por el rey de Persia a Calcedonia para tratar la paz con el emperador Juliano el Apóstata, quien quiso obligarlos a ofrecer incienso a los ídolos; pero rehusando ellos obedecer, y manteniéndose constantes en confesar a Jesucristo, fueron terriblemente torturados y finalmente degollados († 362).

Es común dar por supuesto que con la paz concedida a la Iglesia por el emperador Constantino en 313 por el Edicto de Milán terminaron las persecuciones del Imperio Romano contra los cristianos, pero esto supondría olvidarse de Juliano el Apóstata, que a pesar de haber si-

do educado en la fe cristiana, optó por volver al culto de los antiguos dioses del Imperio.

Los autores del “Acta Sanctorum” dedican siete páginas, en el tomo III de junio, a recoger el texto griego y la versión latina de unas Actas de estos mártires según un manuscrito conservado en la Biblioteca Vaticana.

Terminan las Actas señalando que la intención del perseguidor era quemar los cuerpos sagrados de los mártires para privar a los cristianos de sus reliquias, pero que se produjo un hecho prodigioso que provocó la conversión de muchos paganos: Se abrió la tierra acogiendo en su seno los restos venerados, siendo así preservados de su destrucción y posibilitando que después la comunidad cristiana los recogiera y sepultara reverentemente. Posteriormente, en tiempos del Emperador Teodosio, se edificaría una Iglesia en su honor en dicho lugar. Juliano el Apóstata murió en la guerra contra los persas y es tradición que sus últimas palabras, en referencia a Jesucristo, fueron: “*Venciste, Galileo*”.

Aunque sea común representar juntos a los tres hermanos mártires, en ocasiones encontramos sólo a Manuel, representado con tres clavos, uno en la cabeza y los otros en los hombros. Su figura se ha difundido especialmente en Portugal, por haber llevado su nombre el rey don Manuel I (1469-1521). ■

Santos del mes

Mes del Sagrado Corazón y de San Antonio

1. S - Justino, *1^{er} Sábado de mes*
2. D - Marcelino

3. L - Clotilde
4. M - Noemi, Rut.
5. X - Bonifacio
6. J - Norberto
7. V - **Corazón de Jesús**
1^{er} Viernes de mes
8. S - **Corazón de María**
9. D - Efrén
10. L - Máximo
11. M - Bernabé
12. X - Juan de Sahagún
13. J - **SAN ANTONIO DE PADUA**
14. V - Eliseo
15. S - Micaela
16. D - Aureliano

17. L - Ismael y Samuel
18. M - Ciriaco
19. X - Romualdo
20. J - Silverio
21. V - Luis Gonzaga, Rodolfo
22. S - Tomás Moro,
Paulino
23. D - Alicia
24. L - Juan Bautista
25. M - Guillermo
26. X - Pelayo, Josemaría Escrivá
27. J - Ladislao
28. V - Irineo
29. S - **Pedro y Pablo**
30. D - Protomártires Romanos

JUNIO						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

¿Necesitas hacer un regalo? Sé original: regala una suscripción!



Quiero ayudarte a elegir ese regalo que necesitas hacer y no sabes ya qué comprar... ¡tienen de todo!

Sé original, ofrece la suscripción a **El Pan de los Pobres** por un año (18 euros).

Tu simpatía será recordada todos los meses, al llegarle la revista. ¡Y estarás honrando a San Antonio al promover su devoción!

La persona a quien envías el regalo **recibirá una carta**, explicándole que la suscripción a la revista es un regalo tuyo, **y podrás incluir si quieres una dedicatoria**.

Tu mejor forma de **darle las gracias**
a **San Antonio**: ¡que sea más conocido!

EL PAN DE LOS POBRES

Cuotas de Suscripción

Anual: 18 - euros

Benefactor: 25 - euros

Extranjero anual: 35 - euros

Gran benefactor ____ euros

Medios de Pago:

Domiciliación bancaria

Ingreso en nuestra cuenta corriente:

BBVA: ES10-0182-4700-17-0200332137

Envío Talón Nominativo o por internet:

<https://www.elpandelospobres.com>

Tel: 94 415 69 20

<https://www.elpandelospobres.com/regala-suscripcion>

Nuestra portada

*Si buscas milagros, mira...
El mar sosiega su ira...
miembros y bienes perdidos
recobran mozos y ancianos*



¡Gracias, San Antonio!... por estar siempre dispuesto a escucharme / Gracias por darme ánimos en estos momentos tan difíciles que vivimos / Gracias por consolarme en la aflicción / Gracias por tu compañía, siempre / Gracias por haberme recuperado tan rápido de ese percance / Gracias por encontrarme tan pronto todo lo que pierdo, itengo tan mala cabeza...! / Gracias por haber puesto en mi camino a quien es ya mi marido. Guárdamelo siempre a mi lado / Gracias por ese empujoncito a mi hijo en los exámenes / Gracias por el nacimiento feliz de ese nieto, que nos ha dado cierta preocupación / Gracias por conservarme el puesto de trabajo / Gracias por dar ánimo a mis padres en la enfermedad / Gracias te doy, San Antonio, **gracias, gracias...**



Todos los meses dedicamos varias páginas, con letra apretada, a reseñar los favores recibidos, y la formulación de nuevas súplicas.

Llega su fiesta, el gran día de todos sus devotos. A las puertas de los templos y ermitas dedicados a San Antonio acudiremos con gozosa emoción a lo largo de todo el día, desde primeras horas de la mañana: **itenemos tanto que agradecerle!**

Aprovecha la ocasión y pídele con confianza lo que necesitas. Y, sobre todo, dale las gracias.

Escríbele unas líneas... las llevaremos en tu nombre ante su tumba en Padua, y quedarán allí **en memoria de tu agradecimiento.**

Aún estás a tiempo:

Utiliza el cupón que viene en este número

