



EL PAN DE LOS POBRES

LA REVISTA DE LOS DEVOTOS DE SAN ANTONIO

AÑO CXXIX - Núm. 1.447 - Mayo 2025

Novena a
San Antonio

+ Bilbao, 3 de Mayo de 2025

Querido amigo de San Antonio:

Se aproxima su fiesta, es el momento de darle las gracias y pedirle que te siga protegiendo.

Por eso, te ofrezco el privilegio de participar en la novena que comienza el 5 de Junio (domingo), y termina el 13 (lunes), día del Santo.

Como sabes, todos los días de la novena, EL PAN DE LOS POBRES manda celebrar una misa por las intenciones que tú pongas.

No pierdas la ocasión.

-Es muy sencillo: ¡inscríbete ya!

-¡Haz tus peticiones a San Antonio!

-¡Pon tu nombre y el de tus familiares o amigos (vivos o fallecidos) en la hoja adjunta y benefíciate del valor infinito de la Santa Misa!

¡Dale las
gracias!

(continúa en la contraportada) ⇨⇨



También puedes enviar tus peticiones por Internet

A nuestros lectores

Querido amigo de san Antonio,

El comienzo de la primavera tiene una gran fuerza simbólica. La primavera y el mes de mayo presentan una naturaleza florida, el reverdecimiento de todo lo que había quedado muerto bajo el frío del invierno. Ese reflejo de la belleza de la naturaleza en flor también nos recuerda a María: su belleza y su respuesta a Dios “hágase en mí según tu palabra”. Y con ello, nuestra redención, nuestra vuelta a la vida, nuestra primavera. Por eso, la Iglesia dedica de forma especial este mes a la Virgen. Propongo algunas prácticas de piedad para honrarla:

–El **rosario** es la primera, desde luego.

–El rezo del **ángelus**, esa sencilla interrupción de las tareas del día, tan poéticamente plasmada por Millet o Ignacio Díaz Olano.

–La **flor de cada día**: “*Venid y vamos todos, con flores a María...*”. Tenéis una guía en el oratorio de san Antonio, con la explicación de la virtud que simboliza cada flor. 

–Dedicarle **un lugar especial en el hogar**, un simple jarroncillo o un vasito, con una flor, cogida del campo, sin más, junto a un cuadro o estampa con su imagen sobre una cómoda o estantería.

★ ★ ★

– En este número, en la sección “Educar con garantías”, Mikel Pando aborda el interesantísimo tema de la “Familia y el liderazgo”. En unas se aprecia que hay unión, espíritu de equipo, y en otras se observan rencillas, falta de colaboración y desgana. ¿Cuál es el elemento que proporciona esta diferencia?

– El la sección “Habla el Papa” recuperamos unos pensamientos sobre la amistad, y nuestro trato con Jesús.

– Y el monje benedictino, don Santiago Cantera, nos recuerda en su sección “Fundamentos”, cómo el ángel de la guarda nos acompaña permanentemente. No debemos sentirnos solos.

– Anunciamos ya la inscripción en la **Novena de Misas de la fiesta de San Antonio**. ¡Quién no tiene algo que pedir, alguien por quien pedir, o gracias que dar! Hay que ser agradecido. La falta de agradecimiento seca los ríos de la misericordia de Dios... Por eso, incluye tu nombre y tus intenciones en su Novena de Misas. Las llevaremos en tu nombre ante su tumba en Padua. ■



EDITA:

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

AÑO CXXXVIII

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

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

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
- 7 CULTURA CATÓLICA
- 11 EDUCAR CON GARANTÍAS
- 14 REFLEXIONES
- 16 A VOSOTROS LOS JÓVENES
- 18 VIDA DE SAN ANTONIO
- 22 PINCELADAS
- 26 HISTORIA DE LA IGLESIA
- 28 FUNDAMENTOS
- 31 LIBROS
- 33 ITINERARIOS
- 35 GRACIAS OBTENIDAS
- 40 MISAS / AYUDA A SACERDOTES
- 43 NUESTROS AMIGOS LOS DIFUNTOS
- 44 LAS RECETAS DE LUBLÚS
- 46 SANTOS DEL MES



La amistad no es fruto del cálculo

El Evangelio nos cuenta que Jesús dijo a los Apóstoles: «Ya no os llamo siervos, sino amigos». (cf. Jn 15,15)
¿Qué significa esto?

“**E**N la Biblia, los «siervos» de Dios son personas especiales, a las que Dios confía misiones importantes, como Moisés (cf. Ex 14,31), el rey David (cf. 2 Sam 7,8), el profeta Elías (cf. 1 Re 18,36), hasta la Virgen María (cf. Lc 1,38). Son personas en cuyas manos Dios pone sus tesoros (cf. Mt 25,21). Pero todo esto, según Jesús, no basta para decir quiénes somos para Él, esto no basta, se necesita algo más, algo más grande, que va más allá de los bienes y de los planes mismos: se necesita la amistad.

Ya desde niños aprendemos lo hermosa que es esta experiencia: a los amigos les ofrecemos nuestros juguetes y los regalos más hermosos; luego, al crecer, como adolescentes, les confiamos nuestros primeros secretos; como jóvenes les ofrecemos lealtad; como adultos compartimos satisfacciones y preocupaciones;

como ancianos compartimos los recuerdos, las consideraciones y los silencios de largos días. La Palabra de Dios, en el Libro de los Proverbios, nos dice que «el perfume y el incienso alegran el corazón, y la dulzura de un amigo consuela el alma» (27,9). Pensemos por un momento en nuestros amigos, en nuestras amigas, ¡y demos gracias al Señor! Un espacio para pensar en ellos...

La amistad no es fruto del cálculo, ni de constricción: nace espontáneamente cuando reconocemos algo de nosotros mismos en la otra persona. Y, si es verdadera, la amistad es tan fuerte que no decae ni siquiera ante la traición. «El amigo ama en toda ocasión» (Pr 17,17) —dice el Libro de los Proverbios—, como nos muestra Jesús cuando a Judas, que lo traiciona con un beso, le dice: «¡Amigo, para eso estás aquí!» (Mt 26,50). Un verdadero



amigo no te abandona, ni siquiera cuando cometes un error: te corrige, puede reprenderte, pero te perdona y no te abandona.

Y hoy Jesús, en el Evangelio, nos dice que para Él somos precisamente eso, amigos: personas queridas más allá de todo mérito y expectativa, a las que Él tiende la mano y ofrece su amor, su Gracia, su Palabra; con las que —con nosotros, sus amigos— comparte lo que le es más querido, todo lo que ha escuchado del Padre (cf. Jn 15,15). Hasta el punto de hacerse frágil para nosotros, hasta ponerse en nuestras manos sin defensa ni pretensiones, porque nos ama. El Señor nos quiere, y como amigo quiere nuestro bien y quiere que participemos del suyo.

“El perfume y el incienso alegran el corazón, la dulzura de un amigo consuela el alma”
(Proverbios 27:9)

Preguntémosnos, entonces: ¿qué rostro tiene el Señor para mí? ¿El rostro de un amigo o el de un extraño? ¿Me siento amado por Él como un ser querido? ¿Y cuál es el rostro de Jesús que testimonio a los demás, especialmente a los que cometen errores y necesitan perdón?

Que María nos ayude a crecer en la amistad con su Hijo y a difundirla a nuestro alrededor. ■

(Regina Caeli. Plaza de San Pedro de Roma, Domingo, 5 de mayo de 2024)

La cortesía es hermana de la caridad

La cortesía es una virtud que va más allá de las simples normas de educación. Se trata de una actitud de respeto, amabilidad y consideración hacia los demás, que nace de un corazón generoso.

SAN Francisco de Asís nos recuerda que “la cortesía es hermana de la caridad, que extingue el odio y conserva el amor”. En sus palabras encontramos una enseñanza profunda sobre la importancia de la bondad y el respeto en nuestras relaciones diarias.

La cortesía no es solo un acto superficial de educación, sino una expresión concreta del amor fraterno. Ser cortés implica tratar a los demás con amabilidad, paciencia y comprensión, incluso en momentos de dificultad. Es un gesto que refleja la humildad y el reconocimiento de la dignidad del otro.

Cuando practicamos la cortesía desde el corazón, desarmamos el rencor y construimos puentes en lugar de muros. Un gesto amable puede aliviar el enojo, una palabra respetuosa puede calmar el resentimiento y una actitud atenta puede sanar heridas invisibles. Así, la cortesía se con-



Una actitud atenta puede sanar heridas invisibles

“Primera comunión” Carl Fritthof Smith, 1892. Colección privada.

vierte en un camino que extingue el odio y preserva el amor.

En un mundo donde la prisa y la indiferencia suelen gobernar, recuperar el valor de la cortesía es un acto de resistencia y de esperanza. Siguiendo el ejemplo de San Francisco, podemos hacer de cada pequeño gesto un reflejo de la caridad cristiana, sembrando paz y fraternidad a nuestro alrededor. ■



¿Por qué San Pablo escribe a los Corintios una primera carta?

RVDO. P. JORGE DE JUAN FERNÁNDEZ
PROFESOR EN LA UNIVERSIDAD DE LEÓN Y EN EL ISTAL

Corinto era la capital de la provincia romana de Acaya y una de las ciudades más importantes del mundo antiguo, situada estratégicamente entre dos mares y con un comercio floreciente.

SU posición privilegiada convirtió a Corinto en un centro de intercambio cultural y económico, lo que influyó también en la diversidad de su población y en la formación de una comunidad cristiana con características particulares.

La Iglesia de Corinto fue fundada por Silas y Timoteo durante el segundo viaje misionero de Pablo. Este llegó a la ciudad “con temor y mucho temblor” (1 Cor 2,3) después de su dura experiencia en Atenas. Allí, en el Areópago, intentó dialogar con los filósofos estoicos y epicúreos, presentando a Cristo como el “Dios desconocido” que ellos adoraban sin saberlo. Sin embargo, su mensaje sobre la resurrección de los muertos fue recibido con burla y poco interés, lo que lo llevó a abandonar la ciudad con desánimo.



Templo de Júpiter, en Corinto



Gracias a las relaciones comerciales entre Éfeso y Corinto, Pablo estaba bien informado sobre la comunidad corintia.

En Corinto, Pablo encontró refugio en casa de Aquila y Priscila, un matrimonio cristiano que había sido expulsado de Roma por el edicto de Claudio, promulgado alrededor del año 49 d.C. Este decreto ordenaba la expulsión de los judíos debido a disturbios relacionados con un tal “Cresto”, nombre que algunos historiadores asocian con Cristo. Allí, Pablo vivió y trabajó como fabricante de tiendas, su oficio, mientras continuaba su predicación, evitando así ser una carga económica para la comunidad.

Al llegar a la ciudad, como era su costumbre, comenzó anunciando el Evangelio en la sinagoga. Entre los pocos conversos se encontraba Crispo, jefe de la sinagoga. Sin embargo, al encontrar poco éxito entre los judíos, Pablo centró su predicación en los gentiles, quienes respondieron con mayor apertura a su mensaje.

Su labor en Corinto no estuvo exenta de dificultades. Pablo enfrentó persecuciones y desafíos que le causaron gran aflicción, hasta el punto de que, según nos relata el texto bíblico, Jesús se le apareció en una visión para animarlo: “No temas, sino habla y no calles; yo estoy contigo y nadie se atreverá a hacerte mal, porque tengo yo en esta ciudad un pueblo

numeroso” (Hch 18,9-10). A pesar de la oposición, Pablo perseveró y la comunidad cristiana de Corinto creció.

Los judíos lo denunciaron ante el procónsul romano Galión, hermano del filósofo Séneca, quien gobernó Acaya entre los años 51 y 52 d.C. La acusación contra Pablo era que persuadía a la gente a adorar a Dios de una manera contraria a la Ley judía (Hch 18,13). Sin embargo, Galión desestimó la acusación, considerándola un asunto interno del judaísmo y no un crimen contra Roma. Esto permitió que Pablo continuara su labor evangelizadora sin interferencias oficiales. Finalmente, abandonó Corinto y se embarcó hacia Siria, acompañado de Aquila y Priscila.

Sabemos que Pablo escribió la Primera Carta a los Corintios estando en Éfeso, donde planeaba permanecer hasta Pentecostés antes de dirigirse a Corinto a través de Macedonia (1Cor 16,5-8). Esta carta habría sido redactada hacia la primavera del año 57 d.C., probablemente en torno a la Pascua. Este dato lo deducimos porque se menciona la Fiesta de los Ázimos y se compara la vida cristiana con la de los corredores en el estadio (1Cor 9,24-27), en alusión a los Juegos Ístmicos, celebrados cada dos años en primavera.



Gracias a las relaciones comerciales entre Éfeso y Corinto, Pablo estaba bien informado sobre la comunidad corintia. En la carta menciona haber recibido noticias de “los de Cloe” (1Cor 1,11) sobre abusos y divisiones dentro de la comunidad: existían distintas facciones en la iglesia, una laxitud respecto a la castidad, e incluso un caso de incesto. Además, algunos cristianos llevaban sus pleitos ante tribunales paganos, y en las reuniones litúrgicas se producían desórdenes, incluyendo la falta de decoro de algunas mujeres y la celebración des-

Pablo escribió esta carta con la intención de corregir ciertos abusos e insistir en la cruz de Cristo como la verdadera fuerza y sabiduría de Dios.

ordenada de la Eucaristía. Ante esta situación, Pablo escribió esta carta con la intención de corregir estos abusos e insistir en la cruz de Cristo como la verdadera fuerza y sabiduría de Dios.

A pesar del título “Primera Carta a los Corintios”, esta epís-

tola no fue la primera que Pablo escribió a la iglesia de Corinto, sino la primera que ha sido preservada en el canon bíblico. En 1Cor 5,9, el apóstol menciona una carta anterior que no se ha conservado. En total, se sabe que escribió al menos cuatro cartas a los corintios: la carta mencionada en 1Cor 5,9, la Primera Carta a los Corintios, una carta “lacrimógena y severa” (2Cor 2,3-4) y la Segunda Carta a los Corintios.

Ante las situaciones desordenadas que hemos mencionado, además de la carta, Pablo envió a Timoteo a Corinto con el propósito de recordarles sus enseñanzas y reafirmar su camino en Cristo (1Cor 4,17). No está claro si el envío de Timoteo fue planeado antes de escribir la carta o si fue una de-

cisión tomada simultáneamente con la redacción de la misma.

En cuanto a la estructura, esta carta comienza con una introducción en la que Pablo dirige un saludo a la comunidad y expresa una acción de gracias por los dones que Dios les ha concedido. A continuación, entra en el cuerpo principal de la carta, donde aborda dos grandes temas. En primer lugar, corrige una serie de abusos que habían surgido en la comunidad. Después, responde a diversas consultas que los corintios le habían hecho llegar. La carta concluye con algunas instrucciones finales, en las que Pablo menciona la colecta para los santos de Jerusalén y sus planes de viaje, antes de cerrar con saludos y bendiciones para la comunidad. ■

La vida y tú, sois importantes

¡Nunca estarás sola!



Atención a la mujer: 900 500 505
 Pro-Vida (Vizcaya) 685 516 935 / 944 793 876
 ADEVIDA: 915 482 526

REDMADRE: 902 188 988

SOBRE LA FORMACIÓN DE LA PERSONALIDAD

Familia y liderazgo

MIKEL PANDO (mikelangelpando@gmail.com)



Un requisito de la educación personalizada es dar a cada uno lo que necesita. Y es un hecho palpable el comportamiento diferente que hay entre las familias ya sean de un barrio o de una comunidad.

EN unas familias se aprecia que hay unión, espíritu de equipo, y en otras se observan rencillas, falta de colaboración y desgana. ¿Cuál es el elemento que proporciona esta dife-

rencia? La influencia. El líder, el líder, orienta –consciente o inconscientemente– el comportamiento de los componentes del grupo. Por eso, en la familia es muy deseable que papá y mamá sean líderes por-



Retrato de la familia Hirschsprung, 1881. P.S. Kroyer. Hirschsprung Collection, Copenhagen.

que la forma en que interactúan atrae a hijas e hijos.

Las cualidades que acompañan al jefe/jefa son el poder, la costumbre y que es una persona impuesta, no elegida. Y las que identifican al líder son la autoridad moral, el poder de convencimiento que tiene, sus conocimientos y la habilidad que sustenta para lograr los distintos objetivos que se propone. Cuando las cualidades del líder las tienen papá y mamá, el éxito en la educación está asegurado.

Y si nos preguntamos ¿qué es lo que caracteriza las relaciones que hay entre la persona líder y el grupo? Diríamos:

1.- La confianza porque el grupo la ve como una brújula dado que sabe donde está el norte y acierta a la hora de orientarse y orientar a los demás.

2.- No cambia constantemente de opinión. Escucha, pero no se deja influir por las opiniones de los demás a menos que estas tengan consistencia.

3.- Fomenta la lealtad entre los componentes del grupo y genera un espíritu de equipo.

4.- Propone normas claras y señala lo que conviene o no en las distintas propuestas de elección que se pueden tomar. Sabe que cuando no se establecen con claridad las normas, los componentes del grupo dedican demasiado tiem-

po a imaginar cómo hacerlo y se pierde eficacia.

5.- Es coherente. Vive lo que propone y esto le da autoridad moral.

6.- Delega responsabilidades sabiendo:

– Explicar en qué consiste el trabajo que propone a cada miembro del grupo.

– Aceptar la forma en que cada una/uno lo lleve a cabo.

– Corregir en privado -y de buenas formas- los errores que se hayan cometido evitando, así, que la persona pueda sentirse humillada.

– No guardar rencores porque estos minan las energías, desgastan y confunden.

– Reconocer los méritos de cada cual reforzando de esta forma la autoestima y el espíritu de trabajo de cada componente del grupo.

Dos consideraciones

Qué bueno es que papá y mamá tengan presente estas características y apunten a ser líderes ante sus hijas/hijos y que tengan en la cabeza estas dos consideraciones:

– Toda persona se valora a sí misma por la forma en que ha sido valorada. Por eso, es importante cuidar el estilo educativo del hogar y el tono en que se convive dado que trasciende en la forja de la personalidad de las hijas y los hijos.

– La espontaneidad como norma es el peor de los criterios

para educar. Por eso, hay que tener claro que hijas e hijos, para ser felices, necesitan el consejo adecuado de los padres para conseguir madurar como personas. Y la posibilidad de ofrecer consejos adecuados no descansa en la espontaneidad, sino en el poso que dejan las lecturas de libros sobre educación y la asistencia a algún curso o conferencias sobre Orientación familiar.

En la vida hay tantos intereses creados que si los padres desatienden su labor educativa, habrá otras personas que ocuparán su lugar y estas lo harán por un interés que no proviene del amor, sino de la intención de conseguir algo a cambio.

Termino, la tarea de educar puede dar pereza porque cansa. Pero el cansancio cuando hay amor se convierte en alegría y gratificación. ■

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

♦ **Facilítanos 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:



No hemos subido el precio de la suscripción para 2025 si puedes, ayudamos haciéndote **benefactor:**

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



¿Qué es el trastorno bipolar?

MARÍA JOSÉ LABAJOS LÓPEZ

DRA. PSICOLOGÍA DE LA SALUD (mlabajos1@gmail.com)

Cuando el contexto familiar es conocedor de la afección y todo lo que la rodea, se reduce el estrés y disminuyen los conflictos

A veces observamos en personas de nuestro entorno una alternancia de estados de ánimo que despiertan nuestra atención: tendencia a la depresión unos días, y otros, excesiva exaltación sin causa aparente. Los especialistas lo catalogamos como posible trastorno bipolar.

En el Trastorno Bipolar son característicos los cambios de humor drásticos y breves. En su fase de exaltación se puede dar una disminución significativa en la necesidad de dormir, así como una necesidad de locuacidad y jovialidad intensa en los discursos y conversaciones sociales. También se puede observar impulsividad en la toma de peligrosas decisiones.

Durante las fases depresivas se puede observar un estado de ánimo triste, deprimido y desesperanzado la mayor parte de la jornada y casi todos los días durante al menos una o dos semanas

consecutivas.

Los trastornos depresivos en general figuran entre las 10 causas más frecuentes de discapacidad a nivel mundial por tener un gran impacto en la funcionalidad, calidad de vida de las personas, y por eso se recomienda un adecuado tratamiento y seguimiento.

No existen diferencias entre hombres o mujeres en la prevalencia de esta dolencia y, aunque es de inicio algo tardío entre los 20 y 30 años, puede tener su aparición durante todo el ciclo vital. Una vez que el trastorno se manifiesta existe el riesgo, ya para toda la vida, de tener recaídas.

Por eso es de suma importancia el diagnóstico precoz para proporcionar un tratamiento oportuno a los pacientes, teniendo en cuenta la severidad de los síntomas y las complicaciones multiformes que conlleva esta afección que, aunque no tiene cu-



Edvard Munch trató de reflejar desde fecha muy temprana en su obra la ansiedad y soledad del hombre contemporáneo.

ra, un seguimiento y tratamiento adecuado permite a la mayoría de los pacientes llevar una vida normal en los ámbitos laboral, social y familiar.

Tratamiento

Es uno de los males psiquiátricos que cuenta con mayores recursos para su tratamiento.

El tratamiento más habitual es el farmacológico. Los medicamentos ayudan tanto a frenar las fases de euforia como a superar la fase de depresión, así como a reducir la frecuencia e intensidad de las recaídas.

Otra de las estrategias es vigilar los hábitos alimentarios y de sueño, estrategias de aprendizaje de rutinas cotidianas para el establecimiento de la regulación del sueño que reduzcan el impacto a situaciones estresantes, practicando algún tipo de deporte o ejerci-

Es capital vigilar los hábitos alimentarios y de sueño y fomentar las interacciones familiares

cio, para la prevención de las recaídas tanto maníacas como depresivas de este trastorno.

Y, desde luego, un factor determinante son las interacciones familiares. Cuando el contexto familiar es conocedor de la afección y todo lo que la rodea, se reduce el estrés y disminuyen los conflictos, la normalización y aceptación de determinadas emociones, así como el aprendizaje e incorporación de nuevas estrategias de afrontamiento, contribuye a ampliar la red social y el apoyo entre los familiares, potenciando la desestigmatización de la enfermedad. ■



Cuando el alma aprende a respirar

GUILLERMO CALLEJO GOENA
gcgoena@gmail.com

**Ruido, contaminación acústica y visual, bulla, jaleo...
llamémoslo como queramos, pero el hecho es que
vivimos rodeados de alteraciones de todo tipo.**

LAS notificaciones del teléfono, las exigencias del estudio, las preocupaciones diarias... todo parece conspirar para mantenernos en un estado de distracción perpetua. En medio de ese caos, la oración aparece como un oasis, un espacio donde el alma puede respirar y reencontrarse con lo esencial. Ante ese panorama, últimamente me he preguntado: ¿somos conscientes del poder transformador que tiene la oración en nuestra vida cotidiana?

Cuando oramos, no sólo estamos dirigiéndonos a Dios con nuestras palabras o pensamientos; estamos abriendo nuestra vida para que Él actúe en nosotros. Como decía San Juan Pablo II: “La oración transforma el corazón de piedra en corazón de carne”. Es un proceso silencioso, pero poderoso, que nos va modelando poco a poco, cambiando nues-

tras actitudes y fortaleciendo nuestra voluntad.

En la rutina diaria, la oración puede convertirse en un motor de cambio. Un joven que se siente desbordado por los estudios y el estrés, al detenerse unos minutos a rezar, puede encontrar serenidad. Alguien que lucha contra el desánimo o la desesperanza, al entregarle su carga a Dios en la oración, descubre una luz que antes no veía. Porque orar no significa solo pedir; significa confiar, soltar el control y permitir que Dios nos sostenga en cada paso.

La historia de la Iglesia está llena de testigos que encontraron en la oración la fuerza para transformar sus vidas y la de los demás. Santa Teresa de Jesús, gran maestra española de la oración, lo resumía así: “La oración es el trato de amistad con Dios, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama”.



**La oración
transforma el
corazón de piedra
en corazón de carne**

¿No es hermoso pensar que, al rezar, nos encontramos con Alguien que nos escucha y nos ama incondicionalmente?

Si queremos que nuestra vida tenga una verdadera dirección, no podemos prescindir de la oración. No hace falta esperar momentos especiales ni lugares concretos: podemos hablar con Dios en cualquier instante, en la tranquilidad de la mañana o en medio del jaleo de la ciudad. Lo importante es hacer de la oración un hábito, un refugio donde nuestro corazón se despeje y encuentre su verdadera paz.

La oración, lejos de ser un simple ritual o una costumbre más, es una fuerza viva que nos renueva, nos fortalece y nos impulsa a amar mejor. No es magia ni evasión; es encuentro, trans-

formación y misión. Quizás hoy sea un buen día para probarlo: detente un momento, reza con sinceridad, y deja que Dios haga el resto.

Quizá nunca sabremos hasta qué punto una oración puede cambiar el curso de nuestra historia. ¿Cuántos milagros han ocurrido en el silencio de un corazón que reza? Tal vez la mayor transformación no sea la de nuestras circunstancias externas, sino la de nuestra propia mirada. Porque quien aprende a orar, aprende también a ver el mundo con los ojos de Dios. ■

Milagros del Santo mientras era custodio en Limoges

De cómo fue visto simultáneamente en dos lugares

El cronista Pietro Coral, abad de San Martín de Limoges, da fe que Antonio recorría aquella región en 1226.

Por tanto, es en este año donde probablemente se sitúa esta bilocación. En el lenguaje franciscano “custodio” significa el superior de un grupo de conventos.

CUANDO el beato Antonio era custodio de los frailes en Limoges, la noche del jueves santo se encontraba en la iglesia de San Pedro en el Cuadrivio, ocupado en difundir al pueblo allí reunido la palabra de

vida, en el oficio de maitines. En aquella misma hora, a eso de la medianoche, los frailes menores cantaban las alabanzas del Señor en la iglesia de su convento. Y el custodio, Antonio, estaba designado para cantar una lección duran-

te la oración litúrgica de los maitines. Llegó el momento entonces en que los frailes, celebrando el oficio, llegaron a la lección que tocaba a san Antonio, de improvisto éste apareció en medio del coro y cantó solemnemente la lección. Todos los frailes allí presentes quedaron con toda razón asombrados, porque sabían que a esa hora él estaba predicando en la ciudad. El poder de Dios hizo que al mismo tiempo se encontrara con sus hermanos en el coro, donde cantó la lección, y en la iglesia de San Pedro con el pueblo al que anunciaba la palabra de vida. Una vez que hubo cantado, desapareció. Sin embargo, aun permaneciendo en la iglesia, mantuvo silencio ante el pueblo mientras duró su canto de la lección en el coro.

Bilocación de Montpellier

En otra leyenda del santo¹⁰ encontramos que le ocurrió algo similar de este modo. Mientras san Antonio enseñaba teología en Montpellier, tuvo ocasión de predicar una vez durante una solemne fiesta en una iglesia donde es-

Los frailes allí presentes quedaron con toda razón asombrados, porque sabían que a esa hora él estaba predicando en la ciudad.

taba reunido el clero y el pueblo todo. Iniciado el sermón, se acordó que había olvidado designar a otro, por descuido, para un encargo a él confiado. Estaba en vigencia allí la costumbre de que, en las principales solemnidades, dos frailes insignes cantaran el Aleluya durante la misa comunitaria. Y ese día tal encargo incumbía al siervo de Dios.

Doliéndose mucho de aquel olvido, se inclinó, sobre el atril, cubriéndose la cabeza con la capucha, como si tuviera la intención de dormir. En el mismo momento se vio al hombre de Dios en la iglesia de los frailes cantando el Aleluya. En tanto, por largo tiempo su cuerpo permaneció en el pulpito ante toda la multitud.



Bilocación en Limoges. Sacristía del convento de los Olivares, Cóiombra.



No hay duda que Dios omnipotente, así como quiso transferir al beato Ambrosio, doctor sacro, a las exequias del beato Martín¹, y transportar al beato padre Francisco al capítulo de Arles, mientras nuestro santo predicaba allí sobre el tema de la Cruz, concedió admirablemente el mismo prodigio a este hombre venerable, demostrando así que de algún modo era igual en méritos a los santos anteriormente mencionados.

Cumplido con diligencia el deber antes recordado, el santo volvió inmediatamente en sí mismo y continuo egregiamente el sermón antes comenzado.

Libera a un novicio de la tentación

Mientras era custodio en Limoges, había un novicio, de nombre Pedro, gravemente tentado de abandonar la Orden. Entonces el hombre de Dios, iluminado por una revelación divina, solícito corno era en el cuidado de las ovejas encomendadas a él, apropiándose la crisis del joven derrotado e inflamado del Espíritu divino, sopló en la boca del novicio, después de haberla abierto con las manos, y dijo: “¡Recibe el Espíritu Santo!”. Cosa admirable, no bien el joven hubo recibido el aliento del padre santo, cayó de improviso en tierra, exhalando el

último respiro. Pero san Antonio, en presencia de los frailes que habían acudido, lo levantó de tierra con su mano. Y éste, volviendo a respirar, narró haber estado arrebatado entre los coros angélicos y haber contemplado los estupendos misterios de Dios.

Sin embargo, el santo, deseando que tal milagro se atribuyese a la potencia de Dios, y no a él, ordenó al novicio que no procurase manifestar más de lo que le había sido revelado. Desde ese momento toda tentación se alejó del fraile; antes bien, como él mismo confiaba, mientras vivió en la Orden, nunca más fue alcanzado por el dardo de tentación alguna. Y revestido de fortaleza proveniente de lo alto, progresando en una vida santa, llegó a ser un ejemplo para los otros.



Abadía de Solignac (Limoges, Francia)

Libera a un monje tentado de concupiscencia

En aquel mismo tiempo el beato padre, conducido por Dios, se detuvo en la abadía Solignac en la diócesis de Limoges². Y aquí un monje de ese monasterio se debatía con una prolongada tentación de concupiscencia carnal, y no tema descanso en ese tormentoso, turbio impulso, a pesar de que afligiese su cuerpo con ayunos, vigiliyas y oraciones. Dios reservaba al beato Antonio la cura y recuperación de ese mal.

Habiéndose informado de la santidad del beato Antonio, este monje se apartó con él y, en confesión, le expuso sinceramente todos sus pecados, así corno aquella tentación, pidiendo su ayuda y suplicándole con humildad. El hombre santo y compasivo, conduciendo

aparte al monje, se quitó la malla y se la entregó al monje en peligro para que se la pusiera.

En cuanto se la puso, como si de ésta se liberase una fuerza misteriosa, proveniente del cuerpo y del corazón castísimo del santo, el ardor de la lujuria se extinguió bajo la presión de una pureza tan intensa. Y desde aquel momento el monje no sufrió más la molestia de la carnalidad, corno él mismo testificó seguidamente en varias ocasiones y a varias personas. ■

1) Los dos grandes obispos Martín de Tours y Ambrosio de Milán murieron ambos en 397.

2) El episodio proviene de la Rigaldina 8,23-28, con notables divergencias. Pertenece a nuestro autor la información que el evento tuvo lugar en la abadía benedictina de Solignac, en las cercanías de Limoges. Este omite sin embargo que el santo se refugió allí debido a que cayó enfermo, y que el monje favorecido con el milagro estaba asignado al huésped, prestándole las atenciones del caso.

Retablo de María Auxiliadora

Tommaso Lorenzone, 1865.

Santuario de María Auxiliadora de Turín

LA gran basílica salesiana de María Auxiliadora, en Turín, se remonta a finales de la década de 1860, deseada por Don Juan Bosco para disponer de un templo más amplio que diera cabida a la multitud de jóvenes que llegaban a su oratorio, fundado en 1846.

El altar mayor de la Basílica lo preside el enorme y famoso cuadro de María Auxilia-

dora, que exhiben tantos calendarios en bares y puestos de nuestros mercados.

Don Bosco encargó el proyecto al pintor Piamontés Tommaso Lorenzone, describiéndole la escena como un espectáculo que ya había visto:

“En lo alto, María Santísima entre los coros angélicos; en torno a Ella y más cerca los apóstoles, después los márti-



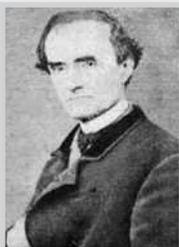
res, los profetas, las vírgenes y los confesores. En tierra, los emblemas de las grandes victorias de María y los pueblos de las distintas partes del mundo con las manos levantadas pidiendo auxilio”.

Lorenzone quedó pasmado, imaginando el tamaño que tendría que tener el lienzo para que se vieran todas las figuras indicadas por el Santo, y le hizo ver que no era viable desde el punto de vista artístico.

Aunque un poco contrariado, don Bosco no tuvo más remedio que reconocer que el pintor llevaba razón.

Se alquiló un amplísimo salón del palacio Madama y el pintor empezó inmediatamente su trabajo; este le ocuparía casi tres años.

“Cierta día —cuenta un sacerdote del Oratorio— entré en el estudio del pintor para ver el cuadro. Era la primera vez que yo me tropezaba con Lorenzone. Estaba él sobre una escalerilla dando los últimos toques al rostro de la imagen de la Virgen. No se volvió al ruido de mi entrada, continuó su trabajo. ▶▶



TOMMASO ANDREA LORENZONE (Pancalieri, 1824 – Turín, 1902) estudió en la Academia Albertina de Turín y era parte de la corte de María Adelaida de Habsburgo-Lorena, reina consorte de Cerdeña. Creó algunos de los retratos de los miembros de la familia real, entre los cuales destacan los retratos de María Teresa de Austria y de Víctor Manuel I.

Fue también pintor de arte sacro, y por ello fue llamado por Don Bosco para realizar el retablo de María Auxiliadora (1865) del Santuario de María Auxiliadora. Luego se le encargó continuar con una obra complementaria en el ala oeste; el retablo de la Sagrada Familia (1873) en el mismo templo en el barrio de Valdocco en Turín.

En los años siguientes, Lorenzone continuó su actividad como artista al servicio de los clientes eclesiásticos, creando valiosas obras, entre las que recordamos el retablo ejecutado en 1870 para la iglesia de San Filippo Neri en Turín, que representa al beato Sebastiano Valfrè en el acto de ayudar a un soldado herido en el asedio de Turín en 1706, obra elogiada por la crítica por la capacidad demostrada por el autor para llevar el tema sagrado a la concreción de la realidad histórica, suscitando sentimientos devocionales, pero también humanos y patrióticos. ■

► Después de un rato descendió y se puso a contemplar el efecto que daban los últimos retoques. De pronto se percató de mi presencia: me agarró de un brazo y me llevó a un punto desde donde pudiera apreciar mejor el cuadro y, una vez allí, me dijo:

—¡Mire qué hermosa es! No es obra mía; no soy yo quien pinta, hay otra mano que guía la mía. Y esta, a mi parecer, pertenece al Oratorio. Diga, pues, a Don Bosco que el cuadro saldrá como él lo quiere.

Estaba locamente entusiasmado. Después se puso nuevamente a su trabajo” ⁽¹⁾

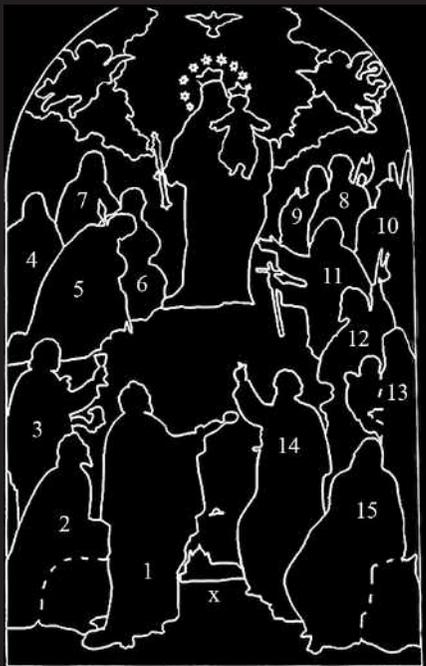
★ ★ ★

En la parte inferior del cuadro se encuentra la ciudad de Turín, con el santuario de Valdocco en primer plano y Superga al fondo.

Según la descripción de Don Bosco, el cuadro es una representación eficaz del título “María, Madre de la Iglesia”. ■

Felipe Barandiarán

1) “Memorias biográficas de Juan Bosco”. G.B. Lemoyne, 1898 (Vol. VIII).



- 1 - s. Pedro, apóstol.
- 2 - s. Marcos, evangelista.
- 3 - s. Juan, apóstol y evangelista.
- 4 - s. Bartolomé apóstol.
- 5 - s. Tomás, apóstol.
- 6 - s. Simón, apóstol.
- 7 - s. Matías, apóstol.
- 8 - s. Judas Tadeo, apóstol y pariente de Jesús.
- 9 - s. Santiago el Menor, apóstol y pariente de Jesús.
- 10 - s. Andrés apóstol, hermano de s. Pedro.
- 11 - s. Felipe, apóstol.
- 12 - s. Tiago el mayor, apóstol y hermano de s. Juan.
- 13 - s. Mateo, apóstol y evangelista.
- 14 - s. Pablo, apóstol.
- 15 - s. Lucas, evangelista.
- x - Basílica de Turín

Descubrimiento del Brasil.
Llegada de Pedro Álvares Cabral
a la región de Porto Seguro.



Óleo de Oscar Pereira da Silva, 1904. Museo de Ipiranga, São Paulo (Brasil)

Los descubrimientos

A mediados del siglo xv comienzan los grandes descubrimientos de las Canarias, las regiones occidentales africanas del Congo, Angola, etc.

Bartolomé Díaz dobló el Cabo de Buena Esperanza; Vasco de Gama, Cabral, Albuquerque, Da Cunha y Almeida y otros hicieron nuevos descubrimientos.

Al mismo tiempo, Cristóbal Colón, apoyado por los Reyes Católicos, descubría en 1492 América, en la isla de Guanahamí o San Salvador, y luego la de Haití, que llamaron la Española. Pos-

teriormente hizo Colón otros tres viajes, en los cuales llegó al continente americano y se descubrieron muchos territorios.

Trabajo y evangelización

Los reyes de Portugal Alfonso V y Juan II pusieron todo su empeño desde un principio en la cristianización de todos los territorios descubiertos. Por esto entraron los misioneros en el Congo, en Angola y en todas las nuevas colonias. Sabemos que Vasco de Gama iba a la India en 1517 acompañado de padres trinitarios; Cabral llevaba franciscanos y sacerdotes seculares; Albuquerque, en 1503, conducía a la India al Vicario general Domingo de Sousa. Luego siguieron los dominicos, agustinos y otros misioneros.

Al mismo tiempo, Colón, al menos desde su segundo viaje, en 1493, llevaba por orden del rey, misioneros jerónimos y franciscano, con los que inició la misión en la Española y los otros territorios descubiertos.

Prescindiendo de otras expediciones y misioneros, podemos citar concretamente una de

diecisiete franciscanos en 1502, otra de dominicos en 1510, capitaneados por fray Pedro de Córdoba, y otras a continuación, de los mercedarios, agustinos, jerónimos y otros religiosos. Así pues, ya en 1504 se erigieron tres diócesis en la Española, y en 1511 se completó la jerarquía.

La intervención del papa Alejandro VI, en 1493, con su bula *Inter caetera*, para señalar la línea de demarcación de las colonias españolas y portuguesas, sirvió de norma para sus conquistas y misiones, y éstas, en realidad, fueron consolidándose y creciendo rápidamente con el apoyo de los reyes y gobernadores.

Santos insignes

San Pedro Regalado (+ 1450), franciscano insigne por su espíritu de penitencia; santa Isabel de Portugal (+ 1336), gran limosnera y amiga de los pobres; san Juan de Sahagún, insigne por su austeridad. ■

Extraído de "Compendio de Historia de la Iglesia" Bernardino Lorca S.J)



FUNDAMENTOS

ALGUNAS ORIENTACIONES SOBRE LA ORACIÓN

Relación orante con el ángel de la guarda

FR. SANTIAGO CANTERA MONTENEGRO O.S.B.

Todos hemos recibido un ángel custodio que nos acompaña en el camino de nuestra vida para poder llegar al Cielo, evitando los peligros morales y muchas veces también los físicos, y orientándonos a obrar el bien.

HOY son muchas las personas que viven solas en sus casas, sin compañía alguna. A veces, esa soledad u otras formas de carencia de consuelos humanos pueden hacerse duras e incluso muy duras. Sin embargo, un pensamiento que nos puede ayudar mucho en las ocasiones de soledad en nuestra vida para sacar provecho espiritual de ellas y además encontrar alivio es el que propongo a continuación.



Aunque no haya otra persona humana con nosotros, siempre estamos en compañía de nuestro ángel de la guarda, tal como nos enseña la Iglesia: todos hemos recibido un ángel custodio que nos acompaña en el camino de

nuestra vida para poder llegar al Cielo, evitando los peligros morales y muchas veces también los físicos, y orientándonos a obrar el bien. Sabemos que nuestro ángel de la guarda siempre está viendo el rostro de Dios, según lo expresó también Jesús al referirse especialmente al de los niños y al de todos los pequeños espirituales que “están viendo siempre en los cielos el rostro de mi Padre celestial” (Mt 18,10). Y además, Jesús ha dicho: “Donde dos o tres están reunidos en mi nombre, allí estoy yo en medio de ellos” (Mt 18,20).

En consecuencia, si me pongo en relación orante con mi ángel de la guarda y los dos estamos reunidos así por amor a Cristo,



Cristo está en medio de nosotros. Y si está Cristo, con Él están también el Padre y el Espíritu Santo. Y si está la Santísima Trinidad, con ella está la Santísima Virgen. Y si están la Santísima Trinidad y la Santísima Virgen, también está presente allí toda la corte celestial de ángeles y santos del Cielo. Por lo tanto, la soledad resulta ser en realidad una compañía espiritual enormemente poblada.

Rezarse con los ángeles

El papa Benedicto XVI enseñó que debemos recalcar en el hecho de que los ángeles han de constituir una parte no poco importante en nuestra vida espiritual. El 29 de sep-

En el Apocalipsis san Juan saluda al ángel y éste le responde: ‘Mira, no hagas esto, pues soy consiervo tuyo, como también de tus hermanos’ (Ap 22,9)

tiembre de 2008, con ocasión de la fiesta de los Santos Arcángeles, dijo que “la presencia invisible de estos espíritus bienaventurados nos ayuda y consuela: ellos caminan a nuestro lado y nos protegen en toda circunstancia, nos defienden de los peligros y podemos recurrir a ellos en todo momento”; por eso debe-

“San Juan y el ángel, del Tapiz del Apocalipsis”. Nicolas Bataille 1373-87. Museo de Tapices de Angers (Francia).

FUNDAMENTOS

mos “invocar con confianza su ayuda, así como la protección de los ángeles custodios”; “muchos santos mantenían con los ángeles una relación de verdadera amistad y hay muchos episodios que testimonian su asistencia en particulares ocasiones. Los ángeles son [...] un válido auxilio en la peregrinación terrena hacia la patria celestial”. Por otra parte, el 1 de marzo de 2009 exhortó: “Invoquémosles a menudo para que nos sostengan en el empeño de seguir a Jesús hasta identificarnos con Él”.

En efecto, ellos son intercesores nuestros ante Dios y Él los ha creado para que nos ayuden en el camino hacia la vida eterna. De ahí la importancia de rezar a los ángeles, de pedir su asistencia y de tenerlos también por modelos de fidelidad a Dios. De ahí ocupar un

lugar importante en nuestra vida espiritual, más aún si tenemos en cuenta una realidad como aquella en la que incide San Isidoro de Sevilla al decir que, “gracias a la encarnación de Cristo, no sólo se reconcilió el hombre con Dios, sino que se restableció también la paz entre los ángeles y los hombres. [...] Cuando la humanidad es asumida por Dios, también el ángel la saluda con respeto, pues leemos que el ángel Gabriel saludó a María, y, cuando Juan saludó al ángel [en el Apocalipsis], éste mismo le dijo: ‘Mira, no hagas esto, pues soy consiervo tuyo, como también de tus hermanos’ (Ap 22,9). Por donde conocemos que, en virtud de la encarnación del Señor, fue devuelta la paz a los hombres y a los ángeles” (Los tres libros de las Sentencias, I, 10, 26 y 29). ■



“Anunciación” (detalle). Jean Bourdichon, 1503-1508

Poesía

JUAN DE LA ENCINA

¡Da remedio a nuestros males!

Tú, Virgen, que mereciste ser Madre de tal Señor, le pariste sin dolor; pues con nuestro Salvador tanto vales, ida remedio a nuestros males!

Tú, que del parto quedaste tan virgen como primero; tú, Virgen, que te empeñaste siendo virgen por entero; pues que con Dios verdadero tanto vales, ida remedio a nuestros males!

Tú, que te dicen bendita todas las generaciones; tú, que estás por tal escrita entre todas las naciones; pues en las tribulaciones tanto vales, ida remedio a nuestros males!

Tú, que tienes por oficio consolar desconsolados; tú, que gastas tu ejercicio en librarnos de pecados; tú, que guías los errados y los vales, ida remedio a nuestros males!

Tú, que estabas ya criada cuando el mundo se crió; tú, que estabas muy guardada para quien de ti nació, pues por tí nos conoció, si nos vales, fenecerán nuestros males.

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



La Biblia para niños

—En imágenes—

Autor: JEAN-FRANÇOIS KIEFFER, CHRISTINE PONSARD Y GEERT DE SUTTER / Editorial Rialp / Pág: 256 / PVP: 24,95 euros

Una Biblia completa en imágenes (desde la Creación a los Hechos de los Apóstoles), contada con talento por Jean-François Kieffer, Christine Ponsard y Geert De Sutter.

Palabras sencillas, con preciosas ilustraciones de vivos colores que gustarán a los niños. Para leer a solas o en familia.

CHRISTINE PONSARD es madre de familia y periodista francesa, colaboró durante diecisiete años con el semanario *Famille Chrétienne*, donde firmaba una crónica titulada “La Fe en familia”.

GEERT DE SUTTER es ilustrador. En sus inicios, asistió a Bob de Moor, gran diseñador bruselese y brazo derecho de Hergé. ■



El poder oculto del silencio en la misa

—Una guía para encontrar a Cristo en la liturgia—

Autor: BONIFACE HICKS / Ediciones Rialp / Pág: 310 / PVP: 15,99 euros; Ebook: 9,99 euros

El autor propone modos para escuchar activamente y abrirse así al amor personal de Dios por nosotros durante la Misa. Basándose en la sabiduría de los santos y de grandes autores modernos, aprenderás a calmar tu mente y tu corazón y a fomentar el asombro ante lo sagrado.

Los períodos de silencio en Misa no son espacios vacíos. Aprender a sintonizar con estos

silencios físicos nos hará descubrir el silencio espiritual, hará disfrutar el corazón y volverá más fructífera y activa la participación en la liturgia cristiana.

BONIFACE HICKS, OSB., es monje benedictino en la archiabadía de San Vicente en Latrobe, Pensilvania. Desde su ordenación en 2004, ha proporcionado dirección espiritual a muchos hombres y mujeres. Es doctor en ciencias de

la computación en la Universidad Estatal de Pensilvania. Ha grabado miles de programas de radio sobre

teología y la vida espiritual, y dirige retiros para laicos, religiosos consagrados y sacerdotes. ■



Biografía del Sáhara español

—Entre la épica y la tragedia—

Autor: ANDRÉS LÓPEZ-COVARRUBIAS / Ediciones Rialp / Pág: 504 / PVP: 25,95 euros; Ebook: 12,99 euros.

España se establece en el Sahara Occidental en 1884 y permanecerá allí casi un siglo. La época de la colonización y de las grandes gestas se entrelaza aquí con la tragedia de vidas segadas y sueños rotos, tejiendo una de las historias más fascinantes y dramáticas del siglo XX.

El autor ofrece una mirada casi definitiva a ese territorio inhóspito y majestuoso a través de sus protagonistas: militares profesionales y soldados de reemplazo; funcionarios, periodistas y políti-

cos; trabajadores canarios y nativos saharauis. Sus testimonios ayudan a enmarcar los acontecimientos bélicos, políticos, jurídicos y administrativos que allí se produjeron con gran precisión documental y solvencia histórica.

ANDRÉS LÓPEZ-COVARRUBIAS es licenciado en Psicología y profesor en la Academia de Infantería de Toledo. Es también académico correspondiente de la Real Academia de Bellas Artes y Ciencias Históricas de Toledo y autor de varios libros sobre la historia de Toledo. ■



Ética para la felicidad

—El juego de la razón, la libertad y las pasiones—

Autor: RAFAEL GÓMEZ PÉREZ / Ediciones Rialp / Pág: 188 / PVP: 16,00 euros; Ebook: 7,99 euros.

Buscamos libros de desarrollo personal. Buscamos consejos, guías, atajos que nos mejoren, que nos hagan más felices. Pero ¿qué significa eso realmente?

El autor ofrece grandes tex-

tos, que atraviesan los siglos en busca de la felicidad, un anhelo del corazón en el que intervienen la razón, la libertad y las pasiones.

RAFAEL GÓMEZ PÉREZ es profesor de Antropología y doctor en Filosofía y en Derecho. ■

SILENCIO Y LA REFLEXIÓN

Monasterio de La Vid

PLINIO ANTONIO RODRÍGUEZ FERREIRA



El Monasterio de Santa María de La Vid se encuentra en la localidad burgalesa de La Vid a escasos 18 kilómetros de Aranda de Duero. Su fundación se remonta al siglo XII.

EL primitivo monasterio, edificado según los cánones del románico, se vio favorecido desde su fundación por la protección de los monarcas castellanos Alfonso VII, Alfonso VIII y sus inmediatos sucesores. En 1288 Sancho IV concedió a la comunidad premonstratense los medios necesarios para renovar y ampliar el monasterio, adecuando las primeras construcciones a las necesidades de la abadía, de la que dependían entonces otras quince y que poseía ya un patrimonio territorial importante. Los siglos medievales vieron alternar el románico con el gótico.

Al llegar el siglo XVI se inició otro capítulo de la historia del monasterio. Don Íñigo López de Mendoza, miembro de la familia condal de Miranda, consiguió en 1516 que el Papa le concediese el nombramiento de abad comendatario. Se levantó entonces un nue-



El origen del monasterio se remonta a tiempos de Alfonso VII al ser encontrada una imagen de la Virgen de época de los godos debajo de una parra o Vid.

vo claustro, sustituto del anterior románico, y se construyó la actual iglesia.

Durante los siglos XVII y XVIII el monasterio se completó hasta adquirir las proporciones que hoy conserva. En esos doscientos años se construyeron nuevos claustros, tres cuerpos de la Iglesia, el coro, el refectorio y, finalmente, en 1798, la impresionante biblioteca. Treinta y siete años después las leyes desamortizadoras de 1835 ponían punto final a la presencia pre-





Claustro bajo



Biblioteca

monstratense. Terminaban bruscamente setecientos años de fecunda historia.

Tras treinta años de desolación y abandono, durante los cuales el monasterio se vio sometido a un auténtico expolio perdiendo los fondos seculares de su biblioteca y gran parte de las numerosas obras de arte conservadas por la comunidad premonstratense, la abadía fue adquirida por la Provincia de Filipinas de la Orden de San Agustín, que la destinó a casa de estudio y formación de sus religiosos. De la Vid salieron centenares de misioneros que realizaron una tarea apostólica grandiosa en Filipinas,



Hospedería

donde fundaron y administraron pueblos, parroquias, iglesias, capellanías, escuelas, colegios y una universidad.

Aunque todo el monasterio de La Vid puede considerarse un museo, en 1992 se acondicionó la antigua despensa, obra arquitectónica del siglo XVIII, como museo específico dentro del monasterio. Se trata de una gran sala rectangular cruzada en sentido longitudinal por tres arcos de medio punto, en la que se ha introducido una estructura metálica que conforma una segunda planta sin alterar en ningún momento el diseño original del edificio. ■

DATOS ÚTILES

Las visitas al monasterio son acompañadas por agustinos de la comunidad que viven en él.

Visitas: de martes a sábado:

Octubre – Marzo: 11:30h.; 12:30h.; 16:30h.; 17:30h.

Abril – Septiembre: 11:30h.; 12:30h.; 17:00h.; 18:00h.

Visitas a la Biblioteca y museo de numismática: todos los días, de 10 a 11 de la mañana (previa inscripción 24 horas antes en el teléfono 947 530 545 o en reservas@hmlvid.es)

Reservas en la hospedería:
<https://monasteriodelavid.org/hospederia/>

PARA SABER MÁS:

<https://monasteriodelavid.org/>

Gracias obtenidas

Alcobendas (Madrid) - Gracias con la operación de mi hija. San Antonio por recuperar mi bolso que olvidé en una estación de cercanías. Apareció en la oficina de objetos perdidos con todo menos el cargador de el móvil. Envió limosna para los pobres porque como mi madre, gran devota, decía siempre: “Rezad a San Antonio y os aparece, pero dadle limosna para sus pobres porque si no otra vez no aparecerá” **María Isabel Torres Piles;** **Barcelona** - Doy gracias a San Antonio por los favores recibidos, por su ayuda y encontrar trabajo a mi nieta. **Amparo. E.T.;** **Barcelona** - En agradecimiento al Santo por los favores recibidos y ayudarme

con la operación de mi hija. **C.A.G.;** **Barcelona** - Doy las gracias a San Antonio por los favores recibidos. **M.D.D.;** **Basauri** (Vizcaya) - San Antonio muchas gracias por la lianza 2025 y sigan rezando por nuestros jóvenes, para que San Antonio interceda, para que se den cuenta a tiempo, abracen a Jesús en la Eucaristía y bauticen al niño. San Antonio bendito, ruega por nosotros. **Ana Mari Aizarna Arrizabalaga;** **Belcaire D’urgel** (Lleida) - San Antonio ayúdanos y protégenos en unas pruebas medicas el día 5 de Marzo, para que nos ayude en la salud y la ilusión. Mando limosna. **Celia Bertrán;** **Belcaire**



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.

D'urgel (Lleida) - San Antonio glorioso intercede por mi curación. Que todo salga bien. Mando limosna. *Celia Bertrán*; **Bilbao** (Vizcaya) - Doy gracias a San Antonio por haberme escuchado siempre, mis peticiones y les pido no siga protegiendo mis hijos, nietas y demás familia. Se solucionen todos nuestros problemas la salud de mi marido, dale fuerza para llevarla con paciencia cada día y no te olvides de mi. Te necesito. *J.A.G.*; **Boimorto** (Coruña A) - Doy gracias a San Antonio y santos de mi devoción por los favores de salud recibido en la familia, amigos y otros bienes materiales y espirituales que nos ha concedido. Espero que nos siga protegiendo todos los días de nuestra vida. Mando la limosna prometida. *M.M.S.R.*; **Boimorto** (Coruña A) - Doy gracias a San Antonio y santos de mi devoción por los favores de salud recibido y otros bienes materiales y espirituales que ha concedido. Espero que nos siga protegiendo todos los días de nuestra vida. Mando la limosna

prometida. *A.M.A.S.*; **Capdesaso** (Huesca) - Doy gracias a San Antonio, cuando estaba pasando un momento un poco complicado, le prometí este donativo en acción de gracias. *G.P.P.*; **Carballiño, O** (Ourense) - Por favores recibidos. *F.O.R.*; **Corese** (Zamora) - Doy gracias a San Antonio a San José a la Virgen del Carmen y a todos los Santos de mi devoción, por todos los favores recibidos u en especial para que le ayude a mi nieta Laura a mejorarse. y que nos proteja a toda la familia. Mando limosna. *Una suscriptora.*; **Coruña A** - En agradecimiento a San Antonio por salir bien de una operación de la vista. Mando donativo. *María Carmen Frojan Blanco*; **Cuenca** - En agradecimiento a San Antonio y a la Virgen Milagrosa por los favores recibidos, y pidiendo me sigan protegiendo. Mando donativo. *Angustias Relinchón Loeches*; **Esterra D'aneu** (Lleida) - Doy gracias a San Antonio y a la Virgen María por todos los favores recibidos. Te ruego nos sigas protegiendo a mis hijos y

familia en todos los momentos difíciles de nuestra vida. Te mando limosna prometida. *Una suscriptora.*; **Gijón** (Asturias) - Doy las gracias a San Antonio, por los favores recibidos. *Oliva González*; **Gordaliza del Pino** (León) - En agradecimiento a San Antonio por los muchos favores y ayudas recibidas, Mando donativo. *L.G.A.*; **Graus** (Huesca) - Doy gracias a San Antonio por haber localizan una cosa que era imposible. Doy mi limosna. *María Antonia Casas*; **Guarda A** (Pontevedra) - En agradecimiento a San Antonio por favores recibidos por yernos, hijos y nietos. Mando donativo. *Josefa González Alonso*; **Kreuzlingen T.g.** (Suiza) - San Antonio síguenos protegiendo a toda mi familia. *Elisa López*; **Leioa** (Vizcaya) - Muchas gracias a San Antonio, para que me ayude con la salud y el ánimo. *Marisa Bello*; **Leioa** (Vizcaya) - San Antonio dame mucha fuerza y ayuda. Mando limosna.

Graus (Huesca) - Gracias a San Antonio por localizar una cosa que era imposible. Doy mi limosna. *M. Antonia Casas*

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...*

Marisa Bello; **León** - Mando la limosna prometida a la Santísima Virgen, al Bendito San Antonio y al Sagrado Corazón de

Jesús. Gracias, mil gracias por ayudarme en lo que te he pedido y confío y espero que me siga ayudando con lo que le pido, para mi familia y para mí. Gracias por anticipado y espero que sigan protegiéndonos y ayudándonos en todo y siempre y, sobre todo, en la salud. *R. Juárez;* **Lleida** - Por las gracias obtenidas, por todo lo que nos ayudas. *Antonio Escudero Cantalapie-dra;* **L'alcudia** (Valencia) - Gracias San Antonio por los favores recibidos que tan ardentemente te pedía. *J.T.;* **Madrid** - Quiero dar las gracias a San Antonio, por favores recibidos. *M.T.R.Z.;* **Madrid** - Doy gracias a San Antonio por los favores recibidos y le pido que nos siga protegiendo. *M.A.G.;* **Madrid** - Ruego a la Virgen Milagrosa y a San Antonio que interceda ante Nuestro Señor Jesucristo para que salga bien la operación de mi pie izquierdo que va a tener lugar próximamente. Envío donativo. *G.R.M.V.;* **Madrid** - Perdón San Antonio creía que me habías

Madrid - Perdón San Antonio creía que me habías abandonado, pero no ha sido así. Mando limosna. *E.A.Y.E.G.G.*

abandonado, pero no ha sido así. Mando limosna. *E.A.Y.E.G.G.;* **Oria** (Almería) - Queremos dar las gracias a San Antonio por su ayuda y para que siga cuidándonos y protegiéndonos. *R.C.C.;* **Palencia** - Doy gracias a San Antonio y a la Santísima Virgen del Carmen por los favores recibidos y para que nos siga protegiendo. *H. González;* **Pinto** (Madrid) - Quiero dar las gracias a San Antonio Bendito porque escuchó mis súplicas y mi hijo ha pasado el reconocimiento médico. *José Prada;* **Pinto** (Madrid) - En agradecimiento a San Antonio por atender mis súplicas y por haber superado mi hijo el reconocimiento médico. Mando donativo. *José Prada Centeno;* **Portugalete** (Vizcaya) - Doy gracias a San Antonio por todos los favores recibidos. Envío donativo. *Josefa Gómez Pena;* **Pradoluengo** (Burgos) - Gracias San Antonio por todos los favores recibidos y le pido otro favor. Estoy muy agradecida. *Mª Carmen;* **Puzol** (Valen-

cia) - Doy gracias a San Antonio por todos los favores recibidos. Mando mi limosna. *A.V.C.;* **Robla La** (León) - San Antonio bendito te doy las gracias por la ayuda que me das protege a mis hijos y a mí quítame los dolores y que me salga bien la operación. Envío donativo. *Candelas de Manuel;* **Sant Vicente dels Horts** (Barcelona) - En agradecimiento a San Antonio y a Jesús de la divina Misericordia, por los favores recibidos, y pidiéndole por la salud de mi nuera, y por mi nieta y biznieta. *María del Carmen Paune Casasampere;* **Turis** (Valencia) - Por favores prometidos. *P.A.;* **Turis** (Valencia) - Por favores recibidos mando limosna prometida. *Consuelo Ibáñez;* **Turis** (Valencia) - Por favores recibidos cumplo lo prometido. *Vicenta.;* **Valdemoro** (Madrid) - Gracias San Antonio por haber conseguido mi hijo trabajo, y te pido que mi marido mejore de salud. Mando donativo. *M.A.P.A.;* **Vegadeo** (Asturias) - Doy las gracias a las Animas y a San Antonio por aprobar un examen muy importante. Man-

Villarrubia de los Ojos (Ciudad Real) - Gracias por atender mi suplica para la curación de una amiga. Mando donativo. *María Felipa Román Ramírez*

do la limosna ofrecida y espero que me sigan ayudando. *A.G.;* **Vich** (Barcelona) - En agradecimiento a San Antonio por todos los favores recibidos envío donativo. *Carmen;* **Villarrubia de los Ojos** (Ciudad Real) - En agradecimiento a San Antonio por atender mi suplica para la curación de una amiga, así como por seguir cuidando y guiando a toda mi familia. Mando donativo. *María Felipa Román Ramírez;* **Vivinera** (Zamora) - Envío donativo en agradecimiento a S. Antonio de Padua, al Sagrado Corazón de Jesús y a la Santísima Virgen por los favores recibidos y pidiendo que me siga ayudando con mis peticiones. *X.X. ■*

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.

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 marzo 2025**, se han celebrado 235 Misas; 2 Novenas; 2 tandas de Misas Gregorianas. Total Misas encargadas: 313 y se han entregado 2.941 euros.

Lalin (Pontevedra): M.P.V. 100; **Coruña A**:M.A.L. 100; **Ainzon** (Zaragoza): M.P.G. 10; **Alcobendas** (Madrid): C.G.G. 10; **Alcorcón** (Madrid): M.S.R. 60; **Almería**: S.C.D. 30; **Arbon** (Asturias): L.F.D. 10; **Arzua** (Coruña A): M.L.S. 10; **Barakaldo** (Vizcaya): A.F.M. 20; G.F.A. 10; L.A.R. 10; **Barallobre** (Coruña A): M.G.C. 10; **Barbastro** (Huesca): A.C.L. 10; **Barbera del Valles** (Barcelona): A.M.N. 10; **Barco de Valdeorras, O** (Ourense): T.R.F. 10; **Bilbao** (Vizcaya): R.E.P. 340; **Cáceres**: L.A.S. 20; **Campo** (León): M.B.V. 20; **Castropol** (Asturias): A.R.N. 20;

Cea (Ourense): A.I.A. 20; J.A.A. 20; **Coreses** (Zamora): E.M.M. 10; **Cuenca**: M.M.B. 20; **Donostia-San Sebastián** (Guipúzcoa): M.C.A. 10; **Encinas** (Segovia): C.P.S. 20; **Espinaredo** (Asturias): M.A.A. 10; **Getafe** (Madrid): B.M.J. 20; **Gijón** (Asturias): L.R.G. 40; **Gomezerracin** (Segovia): M.P.N. 20; **Granada**: D.C.L. 30; **Lagartera** (Toledo): M.G.G. 20; **Leioa** (Vizcaya): M.B.P. 10; **Lleida**: M.R.O. 40; **Lucena** (Córdoba): C.F.A. 70 ; **L'alcudia** (Valencia): J.T.E. 10; **Madrid**: A.M.A. 20; A.P.Z. 30; C.P.F. 10; D.Y.A. 10; F.S.G. 10; J.M.S. 10; M.A.M. 100; M.L.M. 10;

N.B.G. 20; S.C.R. 10; **Manlleu** (Barcelona): N.V.F. 50; **Navia** (Asturias): E.F.G. 20; R.A.I. 20; **Navianos de la Vega** (León): S.F.R. 30; **Ossa de Montiel** (Albacete): C.O.G. 20; **Ourense**: E.G.G. 30; M.M.G. 30; **Pontenova A** (Lugo): A.B.A. 20; **Pueyo de Fañanas** (Huesca): E.B.B. 100; **San Adrian** (Navarra): M.C.F. 30; **San Juan de Torres** (León): M.A.A. 30; **San Martin de Oscos** (Asturias): P.M.M. 20; **San Sebastián de los Reyes** (Madrid): A.P.H. 10; **Santa María del Berrocal** (Ávila): A.H.G. 10; **Santa María del Tiétar** (Ávila): J.M.C. 50; **Santander** (Cantabria): A.M.B. 20; **Tabeaio** (Coruña A): M.T.V. 10; **Valls** (Tarragona): E.B.F. 90; **Vegadeo** (Asturias): H.A.C. 40; **Vilariño** (Pontevedra): J.V.B. 20; **Villatobas** (Toledo): L.V.D. 20; **Villaveza del Agua** (Zamora): M.I.P. 200; **Villaviciosa** (Asturias): C.M.L. 10; **Villayon** (Asturias): O.L.S. 60.

MISAS GREGORIANAS

Puerto de Vega (Asturias):M.L.G. 360; Torrejon del Rey (Guadalajara):M.L.F. 360; Chantada (Lugo): A.F.G.

NOVENAS

Madrid: M.Z.P. 99; **Santiago de Compostela** (Coruña A): J.L.C. 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!

Alboraya (Valencia) - Josefa Belloch Albiach; **Almería** - Angelines Arquillos Cabo; **Aran-da de Duero** (Burgos) - Pilar García de la Puente; **Aran-da de Duero** (Burgos) - Eleuterio Navalón Martín; **Arens de Lledo** (Teruel) - Genoveva Jordán Malras; **Ávila** - Matilde Ubeda Martín; **Barcelona** - Irene Miñambres Ramos; Pilar Villarino Sánchez; **Barco de Valdeorras** (Ourense) - Eugenio Delgado Garelá; **Bañeza La** (León) - Laura Pérez Martínez; **Besalu** (Girona) - Ana María Gamero I Fauro; **Bilbao** (Vizcaya) - Rosa Suárez de Endeiza; María Franco Muñiz; Alfonso Pérez Pérez; **Brion** (Coruña A) - Susana García Antelo; **Bueño** (Asturias) - Selna Tresguerres; **Cambados** (Pontevedra) - Elena Meijon Mouriño; María Carmen Padín Vda.de Meijon; **Campaspero** (Valladolid) - Francisco Diez

García.; **Cubelas** (Lugo) - Oliva Rodríguez Soto; **Cuenca** - María Ángeles Nielfa López; **Falset** (Tarragona) - Teresa Pedret Rull; **Fontiveros** (Ávila) - Isidora Ruiz Gutiérrez; **Grandas de Salime** (Asturias) - Nicolasa Álvarez Linera Martínez; **Guadalajara** - Teresa Blanco López; **Hospitalet de Llobregat** (Barcelona) - Aurora Izquierdo Asensio; **León** - Pedro Agustín Díez Fernández; **Lora del Río** (Sevilla) - Ana María Valencia Briz; **Lugo** - Rafael Vázquez Bargados; **Madrid** - Manuel Zorrilla Paredes; María Magdalena Martín Vargas; **Manresa** (Barcelona) - Concepción Pujola de Viros; **Melgar de Abajo** (Valladolid) - Elvira Alonso Villalba; **Melida** (Navarra) - Carmen Esparza; **Mislata** (Valencia) - Concepción Lozano Ferrer; **Mohernando** (Guadalajara) - Carmen Simón Díaz; **Mu-**

ruzabal (Navarra) - José Martínez San Juan; **Nava** (Asturias) - Evangelina García Lafuente; **Oviedo** (Asturias) - Florentina Fernández Hueges; **Pardo El** (Madrid) - Susana Martínez García; **Parla** (Madrid) - Antonio Sacristán García-Patos; **Penelles** (Lleida) - Francisca Bol-du Aumedes; **Pola de Laviana** (Asturias) - Manolita Sanzo de Vázquez; **Ponte de Mera** (Coruña A) - Marisol Fraga; **Ponte Sampaio** (Pontevedra) - Concepción Martínez Fernández; **Pozoblanco** (Córdoba) - Juan Escribano Cabrera; **Puzol** (Valencia) - Josefina Esteve Polo; Enrique Sauquillo; Amparo Se-bastia Esteve; **Puzol** (Valencia)

- Asunción Soriano Sabater; Familia Pérez Estelles; **Riera La** (Tarragona) - María Teresa Recasens Rull; **Santurtzi** (Vizcaya) - María del Carmen Angulo Aguado; **Selva del Campo** (Tarragona) - Carme Cañellas Borrás; **Sevilla** - María Antonia Jurado Blanco; **Tabeaio** (Coruña A) - Luis Barral Mallo; **Trubia** (Asturias) - José María Álvarez González; **Vega** (Asturias) - Pili de Antón Llamazares; **Vigo** (Pontevedra) - Ana Cruz Seijo; Fernanda Fernández Guerreiro; **Vilariño** (Coruña A) - Manuela Platas. ■



Una vela a San Antonio



Vela de 30 días		Soy San Antonio, el compañero en tus necesidades. Tu gran protector".
Vela para amigos		"Tú sabes que siempre que recurras a mi intercesión eres atendido".
Libro de Súplicas a San Antonio	Hace mucho tiempo que yo te esperaba, porque conozco las necesidades en que te encuentras y tuyo socorro desear obtener del Señor por mi intercesión.	
GRACIAS ALCANZADAS	Estoy preparado para dispensarte, manifiéstame sinceramente lo que necesitas, tranquilízame tu corazón afligido; yo derramaré sobre ti una gota del bálsamo celestial, que cure todas tus flagras y haga desaparecer tus dolores	

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

Revuelto de judías verdes con setas y langostinos

Un plato saludable, sabroso y fácil de preparar

Preparación

1. Preparar las judías verdes. Lava y corta las judías en tiras finas o en trozos pequeños.

Cuécelas en agua con sal durante unos 5-7 minutos, hasta que estén tiernas pero aún crujientes. Escurre y reserva.

2. Saltear las setas y los langostinos. En una sartén grande, calienta el aceite de oliva a fuego medio.

Añade los ajos picados y sofríe durante 1 minuto.

Incorpora las setas troceadas y cocina hasta que suelten su agua y se doren ligeramente (unos 5 minutos).

Agrega los langostinos y saltéalos hasta que cambien de color (2-3 minutos).

Ingredientes
(para 2-3 personas)

- 200 g de judías verdes
- 150 g de setas variadas (champiñones, boletus...)
- 150 g de langostinos (pelados y limpios)
- 4 huevos
- 2 dientes de ajo
- 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- Sal y pimienta al gusto
- Perejil fresco picado (opcional)

3. Añadir las judías verdes y el huevo. Incorpora las judías verdes cocidas a la sartén y mezcla bien.

Bate los huevos en un bol con una pizca de sal y pimienta, y agrégales a la sartén. Remueve suavemente hasta que el huevo esté cuajado pero jugoso (unos 2-3 minutos).

Ingredientes
(piña caramelizada)

- 1/2 piña natural (cortada en rodajas)
- 2 cucharadas de azúcar moreno
- 1 cucharada de mantequilla
- 1 cucharadita de canela en polvo
- 1 cucharada de ron o licor de naranja (opcional)

Piña caramelizada con crema de mascarpone

Ingredientes
(crema de mascarpone)

- 200 g de queso mascarpone
- 100 ml de nata para montar (mínimo 35% MG)
- 2 cucharadas de azúcar glas
- 1 cucharadita de esencia de vainilla

Preparación

Caramelizar la piña. En una sartén grande, derrite la mantequilla a fuego medio. Añade el azúcar moreno y remueve hasta que empiece a derretirse. Incorpora la piña y espolvorea con canela. Cocina durante 3-4 minutos por cada lado hasta que esté dorada. Agrega el ron (si lo usas) y el zumo de naranja. Cocina 1-2 minutos más, hasta que la salsa espese un poco. Retira del fuego y deja enfriar ligeramente.

Crema de mascarpone. En un bol, bate la nata bien fría con el azúcar glas hasta que tenga una textura semi-montada. Añade el queso mascarpone y la vainilla. Bate suavemente hasta obtener una crema homogénea y firme.

Montar el postre. Sirve la piña caramelizada en platos o copas. Añade una buena cucharada de crema de mascarpone por encima. Decora con ralladura de naranja y un poco de canela espolvoreada. ■

4. Servir y disfrutar. Espolvorea con perejil fresco picado si lo deseas. Sirve caliente y acompaña con pan tostado o una ensalada ligera.

* * *

Opciones para potenciar el sabor

• **Un toque de ajo y guindilla:** Añade una guindilla seca o una pizca de pimentón pican-

te cuando sofrías el ajo para darle un punto de intensidad.

• **Un toque cítrico y fresco:** Ralla un poco de piel de limón o lima sobre el revuelto antes de servir para darle frescura.

• **Queso para un extra de cremosidad:** Añade queso parmesano rallado o un toque de queso de cabra desmenuzado al final para darle más profundidad al sabor. ■





IVO DE BRETAÑA
PRESBITERO,
ABOGADO Y
JUEZ

19 DE MAYO — Nació en Kermartin, en Bretaña, donde su padre era señor feudal. A los 14 años fue

enviado a la Universidad de París, donde se graduó en derecho. De París pasó a Orleans en 1277 para estudiar Derecho canónico. A su retorno a la Bretaña y habiendo recibido las órdenes menores fue designado juez eclesiástico del archidecanato de Rennes. Mostró gran celo y rectitud en el desempeño de sus deberes y no desistió en la resistencia a la injusta fiscalidad del rey, que consideraba una violación de los derechos de la Santa Iglesia. Por su caridad, se ganó pronto el título de abogado de los pobres. Ya ordenado sacerdote, fue designado a la parroquia de Tredrez en el año 1285 y ocho años más tarde a Louannec, donde

El cráneo de san Ivo de Bretaña, sale en procesión de la catedral de Tréguier cada 19 de mayo. A los lados, algunos abogados acompañan el cortejo sosteniendo unas cintas unidas al relicario.

construyó un hospital asistiendo personalmente a los enfermos.

Falleció de muerte natural a los 50 años de edad. Fue enterrado en Tréguier, y canonizado en junio de 1347 por Clemente VI. Es patrón de los abogados y de los niños abandonados en la Bretaña. El epitafio de su tumba reza así: “San Ivo era bretón, abogado y no ladrón, maravilla para el pueblo.” (En la época los abogados tenían fama de “ladrones”). Sus reliquias se veneran en la catedral de Tréguier y todos los años sus reliquias salen en procesión por las calles de la ciudad junto con las de san Tugdual, santo y monje bretón fallecido hacia el año 564.

Poéticamente se le conoce como “el abogado de los pobres”. Se le suele representar con una bolsa en su mano derecha (representando el dinero que repartió entre los pobres en vida) y un rollo de papel en la otra por su cargo de juez. ■



Santos del mes

MAYO						
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	31	

1. J - San José Obrero
2. V - Atanasio. 1^{er} Viernes de mes
3. S - Felipe y Santiago el Menor, Apóstoles. 1^{er} Sábado de mes
4. D - Porfirio. Día de la MADRE

5. L - Eutimio.
6. M - Judit
7. X - Augusto
8. J - Ntra. Señora de Luján
9. V - Gregorio
10. S - Juan de Ávila
11. D - Anastasio

12. L - Domitila
13. M - Ntra. Sra. de Fátima
14. X - Alba, Matías
15. J - Isidro Labrador
16. V - Honorato, Gema Galgani
17. S - Pascual
18. D - Félix de Cantalicio

19. L - Ivo de Bretaña
20. M - Bernardino de Siena
21. X - Virginia
22. J - Rita de Casia
23. V - Desiderio
24. S - María Auxiliadora. Esther
25. D - Urbano I

26. L - Felipe Neri
27. M - Agustín de Canterbury
28. X - Emilio
29. J - LA ASCENSIÓN
30. V - Fernando III
31. S - La Visitación

¿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

(viene de la portada)

Tus peticiones serán colocadas durante la NOVENA DE MISAS junto al altar, a los pies de la imagen del Santo. Y después, terminada la novena, serán llevadas ante su tumba, en Padua.

¡San Antonio no hará oídos sordos a tus súplicas! ¿Quién no necesita algo, un consuelo, una gracia, una ayuda, material o espiritual?

Por otra parte, yo también quiero pedir tu ayuda, como miembro que eres de la gran familia de EL PAN DE LOS POBRES.

Si puedes, manda una colaboración para promover la devoción a San Antonio y la difusión de EL PAN DE LOS POBRES. ¡Dale las gracias!

Tu ayuda económica nos permite continuar con esta obra de Apostolado y Caridad.

IMPORTANTE: hay una fecha límite para garantizar que tu nombre y tus intenciones sean incluidas en la novena de misas. Debes enviarla antes del 3 de junio.

Rellena hoy mismo el cupón formulando tus peticiones a San Antonio, pliégalo formando un sobre por donde indican las marcas y deposítalo en un buzón de correos. No necesita sello. ¡No lo dejes para mañana!

Espero tu respuesta.

Gracias por tu fidelidad y esfuerzo generoso.

Te saluda afectuosamente,



Felipe Barandiarán
Director Editorial



P.S.: ¡Inscríbete ya en la Novena de Misas de la fiesta de San Antonio!



GRACIAS
S. ANTONIO