



EL PAN DE LOS POBRES

LA REVISTA DE LOS DEVOTOS DE SAN ANTONIO

AÑO CXXVIII -

Núm. 1.435 - Febrero/Marzo 2024

Gracias por tu
ayuda generosa
en 2023

Quien da
a los pobres
presta a Dios



www.elpandelospobres.com



A nuestros lectores

Querido lector y amigo de San Antonio,

Gracias a **tu aprecio y ayuda generosa** hemos conseguido hacer juntos muchas cosas a lo largo de 2023.

Nos ha estimulado saber que estabas del otro lado, mes a mes, leyéndonos y, como miembro activo, participando en la novena de San Antonio, en las misas de Lisboa por tus difuntos, enviando tu vela de Navidad para el Niño Jesús, o haciendo tus pedidos del calendario para ti y tus conocidos.

Como símbolo de nuestro agradecimiento, junto con este número, te enviamos tu tarjeta de miembro, con el “lema” o “**carta de San Antonio**” escrita por detrás, tan poderosa como protección contra el desánimo y las tentaciones.

Es un regalo sencillo, pero lleno de significado. Simboliza el estrecho lazo que nos une en torno a nuestro gran protector.

La labor que hace EL PAN DE LOS POBRES no sería posible sin tu generosa ayuda, sumada a la de cada uno de los demás miembros de esta gran familia.

Ahora, más que nunca, te necesitamos. **Difundir la devoción a San Antonio** es la forma de agradecer su protección y auxilio permanente.

Eres un miembro especial en la gran familia de EL PAN DE LOS POBRES. El hecho de mantenernos unidos, bajo su protección, tiene mucho valor.

Has visto el elenco de obras de caridad que juntos hemos conseguido hacer en 2023. Además de las acciones habituales, tenemos nuevos retos para este año. ¡Ayúdanos! Recuerda que **quien da a los pobres, presta a Dios**.

Una vez más, muchas gracias y que sepas que estás presente en nuestras oraciones y en las Misas que mandamos celebrar todos los meses por los miembros de esta gran familia de EL PAN DE LOS POBRES. ■



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 - 2ªA

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

Vía Vieja de Lezama, 65 - 48007 Bilbao

Depósito Legal: BI-34-1958

ISSN: 1885 - 4680

EL PAN DE LOS POBRES

REVISTA DE CULTURA CATÓLICA

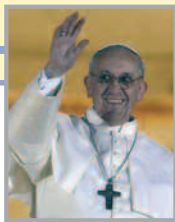
BENDECIDA POR

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**
- 11 **EDUCAR CON GARANTÍAS**
- 14 **A VOSOTROS LOS JÓVENES**
- 16 **VIDA DE SAN ANTONIO**
- 18 **ACTUALIDAD**
- 20 **REFLEXIONES**
- 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**





Librarnos de las “cadenas” que sofocan nuestra libertad

El Evangelio de San Marcos nos relata un episodio en el que Jesús libra a una persona poseída por un “espíritu maligno”. El diablo quiere encadenar nuestras almas, nos quita la libertad, siempre. (cf. Mc 1,21-28)

JESÚS libra a una persona poseída por un “espíritu maligno” (cf. Mc 1,21-28), que la destrozaba y la hacía gritar sin cesar (cf. vv. 23.26). Esto es lo que hace el demonio: quiere poseer para “encadenar nuestras almas”. Encadenar nuestras almas: esto es lo que quiere el diablo. Y debemos cuidarnos de las “cadenas” que sofocan nuestra libertad. Porque el diablo te quita la libertad, siempre. Intentemos, pues, poner nombre a algunas de estas cadenas que pueden apresar nuestro corazón.

Pienso en las adicciones, que nos hacen esclavos, siempre insatisfechos, y devoran energía, bienes y afectos; pienso en las modas dominantes, que nos empujan al perfeccionismo imposible, al consumismo y al hedonismo, que mercantilizan a las personas y desvirtúan sus relaciones. Y otras cadenas: están las tentaciones y los condicionamientos que socavan la autoestima, la serenidad y la capacidad de elegir y amar la vida; otra

cadena: el miedo, que hace mirar al futuro con pesimismo, y la intolerancia, que siempre echa la culpa a los demás; y luego hay una cadena muy fea: la idolatría del poder, que genera conflictos y recurre a las armas que matan o se sirve de la injusticia económica y de la manipulación del pensamiento. Hay tantas cadenas en nuestras vidas.

Y Jesús vino a librarnos de todas estas cadenas. Y hoy, al desafío del diablo que le grita: “¿Qué quieres [...]? ¿has venido a arruinarnos?” (v. 24), responde: “¡Cállate, sal de él!” (v. 25). Jesús tiene el poder de expulsar al diablo. Jesús libera del poder del mal. Y estemos atentos: ¡ahuyenta al diablo, pero no dialoga con él! Jesús nunca dialogó con el diablo; y cuando fue tentado en el desierto, sus respuestas eran palabras de la Biblia, nunca un diálogo. Hermanos y hermanas, ¡con el diablo no se dialoga! Estén atentos: con el diablo no se dialoga, porque si entras en diálogo con él, él gana, siempre. Estén atentos.



Jesús libera a un hombre de los espíritus malignos que le tenían atormentado. Éstos se meten en el cuerpo de unos cerdos, precipitándose al avismo

¿Qué podemos hacer entonces cuando nos sentimos tentados y oprimidos? ¿Negociar con el diablo? No, no se negocia con él. Debemos invocar a Jesús: invocarlo allí, donde sentimos que las cadenas del mal y del miedo aprietan con más intensidad. El Señor, con la fuerza de su Espíritu, quiere repetir al maligno también hoy: “Vete, deja en paz ese corazón, no dividas el mundo, las familias, las comunidades; déjalas vivir en paz, para que florezcan allí los frutos de mi Espíritu, no los del tuyo -así dice Jesús-. Para que reine entre ellos el amor, la alegría, la mansedumbre, y en lugar de la violencia y los gritos de odio, haya libertad y paz”.

Preguntémonos entonces: ¿quiero realmente liberarme de

“Pienso en las adicciones, que nos hacen esclavos, siempre insatisfechos, y devoran energía, bienes y afectos”

esas cadenas que aprisionan mi corazón? Y también, ¿sé decir que “no” a las tentaciones del mal, antes de que se apoderen de mi alma? Por último, ¿invoco a Jesús, le permito que actúe en mí, que me sane por dentro?

Que la Santísima Virgen nos proteja del mal. ■

(Ángelus. Plaza de San Pedro de Roma, Domingo, 28 de enero de 2024)

“El endemoniado de Gerasene” Sebastien Bourdon, 1653



TEMAS PARA PENSAR

El poder de la escritura... en la era del whatsapp

MILAGROS BALBIANI

LICENCIADA EN PUBLICIDAD Y MADRE DE TRES HIJOS

Vuelvo con uno de los temas tratados por la psicoterapeuta italiana Mariolina Ceriotti en su libro “El alfabeto de los afectos” que conservo apilado junto con otros en la mesilla de noche: el poder de la escritura.

MARIOLINA Ceriotti trata en este artículo —el libro en cuestión es una recopilación de artículos— del origen del problema de aprendizaje que acusan cada vez más niños y... no tan niños. Lo veo en mi entorno, con mis propios hijos. Esto de usar el *WhatsApp* para todo les está cercenando la capacidad de expresarse.

«Es cierto que poner en palabras un pensamiento, una emoción, un sentimiento o una idea, no es cosa fácil o inmediata —observa en su artículo la psicoterapeuta italiana—. Es necesario tener un vocabulario, una sintaxis, pero también capacidad para tolerar una lentitud de la comunicación que hoy parece especialmente desagradable.

»Una de las experiencias que siempre han facilitado el desarrollo del pensamiento es el ejercicio inevitablemente lento de la escritura. Aprender a escribir es una habilidad muy refinada y compleja: el niño

tiene que realizar secuencias motoras precisas para poder trazar las letras de un modo comprensible; tiene que usar la memoria de un modo preciso, rápido y sincronizado para asociar un sonido —«fonema»— a un signo —«grafema»—; tiene que desarrollar una coordinación suficiente entre el ojo y la mano, para que su escritura sea fluida. Para aprender a escribir es necesaria una gran atención y un entrenamiento notable. Hacen falta paciencia y constancia. Solo cuando el procedimiento se ha vuelto suficientemente automático, es posible usar la escritura para expresar pensamientos: un texto bien escrito requiere concentración sobre el contenido.

»Pero, una vez aprendida, la escritura es uno de los instrumentos más potentes a nuestra disposición para enriquecer y refinar la reflexión y el pensamiento. Favorece la capacidad de organizar las ideas, de establecer prioridades sobre lo que se quiere decir, y de encontrar



“La carta”. Edmund Blair Leighton, 1921. Colección privada

las palabras más eficaces. Ayuda a contener el flujo caótico de las intuiciones, las emociones y las ideas, dando a todos ellos un orden para que el texto sea comprensible. La escritura se dirige siempre y en todo caso a un interlocutor, incluso cuando una persona escribe solo para sí misma, como por ejemplo en la escritura de un diario. En este caso, se hace todavía más evidente su capacidad para favorecer la articulación del pensamiento, pero también manifiesta otra no menos importante: la de funcionar como un autorregulador eficaz del

**La escritura
enriquece y
refina la
reflexión y el
pensamiento**

sistema emocional. Si una persona enfadada, excitada o confusa se pone a escribir de golpe, percibe cómo, a medida que vierte sus propias emociones libremente sobre el papel, estas se van haciendo progresivamente más tranquilas y claras: el mismo gesto de escribir —sobre todo cuando se usan papel y lápiz— funciona como «contenedor» y aporta una especie de canalización al flujo caótico de lo interior.

(...) »La escritura, en cambio, es un acto que contiene y controla. Si se empieza, bajo la guía del adulto, a entrenarla y a descubrir su riqueza antes de la adolescencia, más adelante se puede revelar como una ayuda realmente valiosa a disposición de los jóvenes: un recurso invaluable para conocer y expresar su mundo interior, trabajando con las palabras y los pensamientos en torno al tema apasionante de su propia identidad.» ■

“El alfabeto de los afectos”
Mariolina Ceriotti Migliarese.
Editorial Rialp.

Restaurar el alma

—El beneficio de los ejercicios espirituales—

Detenernos de vez en cuando, mirar hacia nuestro interior, con calma, pausadamente durante unos días, puede ser de mucho provecho. Es lo que propone la Iglesia con la práctica de los ejercicios espirituales, tan propios del tiempo de Cuaresma.

VIVIMOS inmersos en un mundo que no deja de dar vueltas, y cada vez más aceleradamente. Las noticias nos bombardean constantemente, nos invaden, nos asustan y en poco tiempo desaparecen ya de nuestra vista bajo el peso de más noticias. Todo sucede demasiado deprisa a nuestro alrededor.

La Iglesia nos propone hacer una pausa en nuestro día a día, medir nuestro estado de espíritu, levantar la vista al Cielo, meditar en lo que más nos importa: el destino eterno.

Elige el que más te convenga

Ejercicios, charlas cuaresmales, retiros... todo un abanico donde elegir la forma de poner a punto nuestro espíritu, como hacen los deportistas.

Los clásicos son los ejercicios de San Ignacio. Es el método que ha marcado la pauta a todos los demás retiros. En Manresa, donde escribió la mayor parte del libro, Dios “enseñó” a Ignacio los ejercicios. “En este tiempo —escribe el Santo— le trataba Dios de la misma manera que

trata un maestro de escuela a un niño, enseñándole”. Por tanto, los ejercicios que escribió San Ignacio en la gruta de Manresa fueron como que “dictados” por Dios. De ahí el gran provecho que ha traído su práctica desde entonces.

Por otra parte, recordando que en Manresa fue San Ignacio agraciado repetidas veces con la vista de la Santísima Virgen y que, mientras redactaba las Constituciones, le asistió también la Virgen con su reiterada presencia, no parece temerario suponer una amorosa y providencial asistencia de la Madre de Dios en el origen de los Ejercicios.

Fin y método de los ejercicios espirituales

San Ignacio quiere la perfección del alma, su “salud”, que pueda desarrollarse la semilla de la gracia mediante el recto y normal desenvolvimiento de sus funciones espirituales, de modo que el alma pueda “en todo amar y servir a su Divina Majestad”.

Los Ejercicios son “un método práctico para saber vivir la santidad



en su grado más perfecto, enseña la santidad pura y total, sacándola de la doctrina y de los ejemplos de Nuestro Señor Jesucristo...”

Lo que procura San Ignacio en todo el libro de los Ejercicios es que el hombre se esfuerce en ordenar su propia vida según el proyecto de Dios. Para lo cual es indispensable librarse de toda “afección desordenada”, es decir, de todos aquellos amores que no están ordenados a Dios como fin. Ya que es muy difícil conocer y hacer la voluntad de Dios si uno no está dispuesto a renunciar a la suya en todo aquello que ésta tenga de malo o desordenado.

Eficacia e influjo de los ejercicios de San Ignacio

“Las páginas inefablemente simples” de los Ejercicios Espirituales pertenecen a la categoría de los pocos libros que, como la Imitación de Cristo y las Visitas de San Alfonso María de Liguori, han trascendido a toda clase de fieles y siguen influyendo continuamente en la spi-

Lo que procura San Ignacio con los Ejercicios es que el hombre se esfuerce en ordenar su propia vida según el proyecto de Dios.

ritualidad de millones de almas.

El eminente historiador alemán Janssen afirma: “Este pequeño libro, considerado por los mismos protestantes como una obra maestra de psicología de primer orden, ha sido para el pueblo alemán, para la historia de su fe y de su civilización, uno de los escritos más importantes de los tiempos modernos... Ha ejercido una influencia tan extraordinaria sobre las almas, que ningún otro libro se le puede comparar”.

Motivos para hacer los ejercicios

He aquí cuatro de los motivos que expone el padre Enrique Martín Baena, director de la Casa “Cristo

Rey”, para hacer ejercicios espirituales de mes.

1) Retomar el control sobre nosotros mismos. Porque en una sociedad de prisas, plazos y tan cortoplacista como es la nuestra, necesitamos experiencias espirituales de hondo calado que nos permitan volver a retomar el control y el dominio sobre nosotros mismos. Tenemos relojes pero nos falta el tiempo y este es un modo de recuperarlo.

2) Necesitamos discernimiento espiritual. Necesitamos descender a ciertos niveles de mirada y asentarnos en la experiencia del discernimiento espiritual. Hoy se considera que no se necesita reflexionar sobre la vida, basta con vivirla. Necesitamos detectar y asimilar lo que nos llega de todos lados, y para que nuestra respuesta pueda ser adecuada necesitamos pararnos y mirar en profundidad.

3) Recuperar la atención por lo que realmente importa. La atención es consecuencia de la atracción. Los ejercicios de mes son un tiempo y un espacio providencial para ser atraído y recuperar esa atención por lo que realmente importa.

4) Recuperar el sentido del gusto. Nunca solemos darnos tiempo de calidad profundidad y densidad para tomar las decisiones im-

portantes y trascendentales de la vida. Este puede ser un buen momento para recuperar el sentido y el gusto. Los ejercicios nos ayudan a recuperar la seriedad del sentido y la alegría del gusto genuinamente cristiano.

Realizando la experiencia del mes que él tanto conocía y estimaba, revivimos y actualizamos en nosotros esa gracia de los ejercicios que transformó no solo su vida, sino la de tantos a lo largo de cinco siglos hasta nuestros días.

Duración de un retiro

La duración de un retiro es muy variable, puede ser de tres días, una semana, un mes o simplemente unas charlas continuadas durante un cierto periodo, como las que se imparten en cuaresma en casi todas las parroquias. Recientemente han calado a fondo en España los “Retiros Emaus”, por ejemplo, que se ofrecen generalmente los fines de semana. De hecho, es tal la demanda de estos retiros que hasta existe lista de espera.

Tenemos también las casas específicas de ejercicios, como los que organizan durante todo el año los Cooperadores Parroquiales de Cristo Rey en Pozuelo de Alarcón, en Madrid, con sus retiros de fin de semana o de domingo. ■



Casa de ejercicios “Cristo Rey”
(Pozuelo, Madrid)
Agenda de ejercicios y retiros:
<https://cpcr.es/agenda.html>



¿Qué son los
“Retiros de Emaús”:

Sobre el temperamento y las virtudes



MIKEL PANDO (mikelangelpando@gmail.com)

El temperamento es una predisposición natural e innata que nos inclina a reaccionar de una determinada manera en el día a día. De hecho, moriremos con esas tendencias con que nacemos.

DICHAS tendencias se pueden integrar y aprender a reconducir con la adquisición de las virtudes. Podemos decir que, aunque el temperamento nos inclina en una dirección o en otra, con las virtudes logramos –en mayor o menor medida– la mejora de esos puntos débiles que derivan de ese temperamento.



“La siesta”. Vincent van Gogh, 1889-1890. Museo de Orsay, París.

En otros artículos he escrito sobre la importancia que tienen los planteamientos éticos que deben tener los padres para educar con éxito a los hijos; de la eficacia que tiene el cuidado de las formas a la hora de transmitir los valores que serán los pilares sobre los que se asiente la construcción de la personalidad de cada hija/hijo; de la fuerza que tiene el ejemplo que se ofrece a los hijos o de las razones por las que vale la pena proponerse metas que nos faciliten madurar y alcanzar la excelencia. Con este artículo pretendo abordar la importancia que tiene conocerse para mejorar.

Metas prácticas y matices

Desde la antigüedad clásica se estudian cuatro temperamentos que facilitan este conocimiento que hace más fácil la posibilidad de ponerse metas prácticas con el fin de mejorar y poder acertar en la orientación que se da a los hijos en la construcción de su personalidad. Pensemos que los aspectos negativos de cada temperamento pueden arruinar la felicidad de la persona, si no trabaja sobre esas tendencias negativas que tiene, ya que provocan disgustos internos y tensan la convivencia, tanto en casa como en el trabajo.

Antes de seguir hago una aclaración: aunque se hable de cuatro tipos de temperamentos, cada uno de ellos tiene sus matices. Es como los colores. Si nos fijamos en el color azul, por ejemplo, hay toda una gama de azules. Desde el más claro al más oscuro. Pero hay un denominador común que está en toda la gama. Para eso sirve el conocimiento que aporta la tipología de los temperamentos. Y luego tendremos que descubrir la influencia del color blanco o del negro que aclara u oscurece el color.

Los 4 temperamentos

Los cuatro temperamentos mencionados son:

El colérico, que se distingue porque su reacción suele ser enérgica, de forma inmediata y duradera. La persona colérica está orientada a la acción.

El melancólico cuya característica es que, al girar su día en torno a las ideas que le vienen a la cabeza, se dedica mucho tiempo a pensar en ellas y le cuesta pasar a la acción, por eso, su reacción es retardada aunque duradera.

El sanguíneo se distingue porque su reacción es inmediata pero efímera. Es muy espontáneo y centra su atención en la relación con las personas.

Los aspectos negativos de cada temperamento pueden arruinar la felicidad de la persona

El flemático se distingue porque su reacción es retardada y efímera. Por ser comedido, busca por encima de todo la paz.

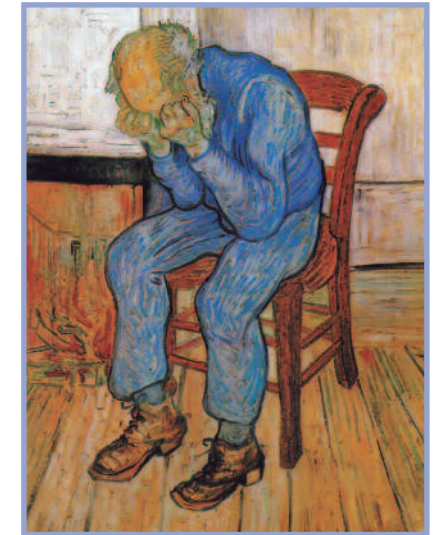
Con este esquema, podríamos decir que...

Como el colérico está inclinado a la acción (enfoca su atención en hacer muchas cosas) le cuesta preocuparse por las personas.

Como el melancólico está inclinado a pensar y darle vueltas a las ideas que le vienen a la imaginación, le cuesta pasar a la acción para ponerlas en práctica (ponerse las pilas).

Como el sanguíneo está inclinado a relacionarse con los demás, le cuesta acabar sus proyectos a corto, medio y largo plazo.

Como el flemático tiende a analizar procesos y es comedido, se siente seguro con los procesos que conoce por lo que se le hace difícil innovar y pasar a planteamientos que conlleven novedad.



Clave para mejorar los puntos débiles

¿Dónde está la clave para mejorar en los puntos débiles que se derivan de cada temperamento? En adquirir las virtudes, dado que con ellas se consigue minimizar los defectos de nuestro temperamento. Y por eso, es importante descubrir el temperamento que se tiene, ya que facilitará el acierto en las metas que se propongan para adquirir esas virtudes que harán posible escalar hacia la cima de la excelencia por una pendiente (toda pendiente conlleva esfuerzo) que le viene bien a esa persona porque su temperamento la inclina a una tendencia que tiene unos tintes negativos determinados. ■ (Continuará)

“En la puerta de la eternidad”. Vincent van Gogh, 1890. Museo Kröller-Müller, Otterlo (Países Bajos)



Rutinas, hábitos, felicidad

GUILLERMO CALLEJO GOENA
gcgoena@gmail.com

Es curioso cómo el ser humano necesita rutinas de todo tipo. Cuando salimos de los hábitos a los que nos hemos acostumbrado, ya sean alimenticios, deportivos, laborales o de ocio, es probable que nos invada una cierta sensación de ansiedad o incomodidad.

LO que conocemos como virtudes no son más que “hábitos operativos buenos”. La persona que de forma constante es generosa en pequeños detalles, es probable que lo sea también cuando le toque serlo a lo grande; y quien continuamente llega impuntual a las citas, muy seguramente lo sea cuando deba llegar a tiempo a un compromiso de particular importancia. Lo que llamamos vicio, en sentido, se opone a la virtud, por ser una acción negativa que se come una y otra vez.

Detrás de cada una de nuestras acciones hay, en el fondo, un deseo de obtener felicidad. O sea, nuestra libertad no se entiende sin nuestra capacidad de ser felices. Por eso, cuando acertamos estamos siendo responsables y estamos encaminándonos hacia la felicidad, y cuando nos equivocamos incurrimos en irresponsabilidades y nos vamos haciendo, a ve-

ces sin darnos cuenta, en personas más infelices.

La gran pregunta ahora es, sin duda, descifrar en qué consiste ser feliz. O sea, ¿cómo somos verdaderamente felices? Quizá no haya una única respuesta, sino tantas como individuos. Pero sí es significativo el hecho de que personas que han estado al borde de la muerte, y apenas tenían unos segundos para completar sus acciones, optaron por llamar a sus seres queridos, expresarles de alguna forma el amor que les profesan. Los momentos más valiosos queremos dedicarlos al amor, porque el amor es lo que mueve nuestras vidas.

Me encanta la figura de San Agustín, porque toda su vida constituye un ejemplo claro, gráfico y vivencial del camino que implica la felicidad. Él fue un buscador incansable de ésta, como prueba, entre otros, el lúcido texto *“De la vida feliz”*, dedicado a su

Detrás de cada una de nuestras acciones hay, en el fondo, un deseo de obtener felicidad.

amigo Teodoro hace mil quinientos años. En él anota ideas muy suculentas en forma de diálogos, como ésta breve y directa: “Luego es feliz el que posee a Dios”.

A la auténtica alegría se llega recorriendo el camino de la virtud. Y ese camino puede estar plagado de errores, de caídas y recaídas. El primer escalón de la felicidad consiste en vivir contento y satisfecho con lo que de facto poseemos. El segundo, en preocuparnos por obtener bienes permanentes, no efímeros... y ahí es cuando llegamos a Dios, porque Él es lo más trascendente y libre de accidentes y vaivenes que existe. De ahí que San Agustín lo resuma así: “la felicidad verdadera y segura en sumo grado la alcanzan, ante todo, los hombres



de bien que honran a Dios, el único que la puede conceder”.

Preocupados como estamos de encontrar la felicidad, vale la pena pausar la cabeza y el corazón y volver a lo importante, lo permanente, que no es otro que Dios, y al camino que estamos llamados a recorrer para llegar a Él, que nos otro que la virtud. ■



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 ■

“La confesión” Giuseppe Molteni, 1838. (1800–1867).
Gallerie di Piazza Scala (Milán)

Muriendo a sí mismo se llega a la plenitud

Tras su fracasado intento de ser misionero en Marruecos y alcanzar el martirio si Dios así lo quisiera...

... el navío que le traía de regreso a la Península fue desviado por una tempestad y arribó a las costas de Italia en el preciso momento en el que el bienaventurado fundador franciscano había convocado un gran capítulo en Asís.

Tres mil religiosos respondieron a la convocación del bienaventurado fundador. Llegados de las regiones más diversas. Francisco se sentaba humildemente a los pies de fray Elías, al que había escogido como vicario general, y se limitaba a sugerirle algunas observaciones.

Habituado a la regular ordenación de la vida monacal, Antonio contemplaba con admiración este espectáculo nuevo para él. Respiraba en silencio el purísimo perfume del Evangelio, con el que el Patriarca seráfico impregnaba su obra.

Habiendo ingresado hacía poco tiempo en los frailes menores, habló poco. Nadie lo conocía; nada había en él que despertase la atención de los hermanos. El propio San Francisco pareció no percatarse del joven religioso, que debería en breve hacer resplandecer en su Or-

den nuevos rayos de gloria. Si, como algunos biógrafos sustentaron, San Francisco fue esclarecido sobrenaturalmente, nada dejó entrever; estaba muy al par de las vías interiores para sacar prematuramente a nuestro Santo de la oscuridad en que Dios modela sus grandes obreros antes de darlos a conocer al mundo.

Antonio no procuró ponerse en destaque. Mantuvo escondidos su origen, su ciencia, la sed de apostolado. Comprendía bien la heroica paradoja: muriendo a sí mismo se llega a la plenitud de la vida.

El Capítulo General llegaba a su fin. Los religiosos se dispersaron, dirigiéndose cada uno al puesto que le designara la obediencia. Antonio permanecía sin tarea. Se dirigió a fray Graciano, provincial de Romanía, y le pidió que le llevara consigo, si el vicario general lo consentía. El asunto fue rápidamente decidido. El provincial partió, pues, con Antonio, sin saber exactamente qué misión le debería confiar; pero al darse cuenta durante el viaje que su compañero era sacerdote, le dio como residencia el pequeño cenobio de Montepaulo, cerca de Forlívio. Antonio debía servir de capellán a los religiosos, que allí se preparaban en la soledad para las labores del ministerio apostólico.

En este piadoso retiro, el Santo llevó durante varios meses una vida puramente contemplativa. Pasó gran parte de los días en una gruta próxima al convento, absorto en

oración. Al caer la noche, salía de tal modo fatigado de sus largas conversaciones con el Cielo, que se tambaleaba a veces al volver al monasterio. Las llamas de amor ya le consumían, porque nuestro Dios es un fuego devorador.

Antonio unía a la oración el trabajo manual. Se ofrecía de buena voluntad para los más humildes trabajos domésticos. Le veían silencioso y sonriente barriendo la casa y lavando los platos. Desempeñaba este servicio con tal facilidad y alegría, que a sus espaldas pensaban que no era capaz de hacer otras cosas.

Hasta que un acontecimiento imprevisto interrumpió bruscamente esta existencia de recogimiento y humildad, mostrándole como un maestro incomparable.

No se sabía qué admirar más en él: si la erudición tan amplia y segura, o la humildad prodigiosa con la que había escondido durante tanto tiempo estos inestimables tesoros. ■

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



“Capítulo de las Esteras” Atribuido al taller de Murillo y pintado para el convento de San Francisco de Guadalajara. Museo Regional de Guadalajara, Méjico.

Perú aprueba una ley que reconoce a los niños no nacidos como seres humanos

El Congreso peruano dio un paso significativo el 9 de noviembre al aprobar la Ley n° 785, que reconoce la vida desde la concepción y establece que el niño por

nacer es protegido por la ley, otorgándole identidad propia e independiente de su madre. ■

(InfoCatolica, 13/01/2024)



Más de 130 sacerdotes y religiosos católicos detenidos, secuestrados o asesinados en 2023

Durante el año 2023, la persecución contra la Iglesia Católica alcanzó cifras alarmantes, con más de 130 sacerdotes y religiosos detenidos, secuestrados o asesinados, según un nuevo informe de *Ayuda a la Iglesia Ne-*

cesitada. China, India, Nigeria y Nicaragua son algunos de los países en los que la Iglesia sufre la persecución que Jesús «aseguró» a los miembros de su cuerpo místico. ■

(InfoCatolica, 13/01/2024)

“Fiducia supplicans” socava gravemente a la Iglesia, contraria a la fe y la Tradición

El cardenal Robert Sarah, prefecto emérito del Dicasterio para el Culto Divino y la

Disciplina de los Sacramentos, declaró a Settimo Cielo una reflexión sobre el actual estado de confusión en la Iglesia, la cual considera un «escándalo para los

pequeños» agravado por la reciente publicación de *Fiducia supplicans* por parte del Dicasterio para la Doctrina de la Fe. El cardenal apoya a las conferencias episcopales africanas que se oponen a la declaración vaticana, lo cual, asegura, no significa oponerse al Papa. ■

(InfoCatolica, 13/01/2024)



Los trapenses regresan a Noruega más de medio milenio después de salir por la «Reforma»

Más de 500 años después de que la mayoría de las abadías y monasterios en Noruega fueran disueltos y destruidos en la Reforma Protestante, el pasado 5 de diciembre fue consagrada la iglesia del monasterio trapense más septentrional del mundo, en la ciudad de Munkeby, en Noruega por el obispo trapense Erik Varden de Trondheim.

Las ruinas de la Abadía de Munkeby no son una excepción. Ubicadas a poco más de 60 millas al norte del Santuario de San Olav en Trondheim, el lugar de descanso de los restos terrenales

de San Olav, patrón de Noruega, las piedras desgastadas del antiguo monasterio cisterciense han perdurado a través del duro clima nórdico y continúan contando una historia que la naturaleza se ha negado a dejar desvanecer.

Gracias a generosas donaciones de amigos de la Abadía de Cîteaux, en Francia, se pudo iniciar la construcción del monasterio de Munkeby. Y ahora, la Orden envía desde Francia a cuatro de sus monjes para restaurar la vida monástica y suscitar nuevas vocaciones. ■

(InfoCatolica, 15/01/2024)



Radio María España cumple 25 años

Radio María cumple veinticinco años en España. Veinticinco años en los que, sin cesar, ha transmitido el mensaje de esperanza del Evangelio cambiando infinitud de vidas.

El P. Luis Fernando de Prada celebró una misa de acción de gracias, en la Parroquia Santa María de la Dehesa, retransmitida en directo y a seguir se hizo un



balance de estos 25 años de Radio María en España, con la colaboración telefónica y testimonios de voluntarios y oyentes. ■

(InfoCatolica, 13/01/2024)



La lectura es importante

TEÓFILO MARCO ESTELLA

EN cierta ocasión le preguntaron a Benjamín Franklin ¿cuál es el hombre digno de mayor compasión? Franklin respondió: El solitario que no sepa leer en un día de lluvia.

Si, es un placer leer porque estimula la imaginación, educa y ayuda al crecimiento personal, y forma un buen criterio profesional y doctrinal. Un buen libro puede hacer mucho bien y uno malo mucho mal, pues con razones aparentes, con sofismas y a veces con auténticas falsedades pueden destruir los fundamentos de nuestras razones de vivir cristianamente y honradamente.

El primer libro impreso por Gutenberg al inventar la imprenta fue la Biblia. La Iglesia recomienda a todos los fieles la lectura de la Sagrada Escritura, para que adquieran “la ciencia suprema de Jesucristo, pues desconocer la Escritura es desconocer a Cristo” (San Jerónimo)

Es conveniente en la familia cristiana la lectura de la Palabra de Dios; y la oración, porque fortalece entre sus miembros la caridad y la esperanza. Hace años hubo una campaña por la radio con el lema: “Familia que reza unida permanece unida. “Tal vez hoy en día esto no se haga mucho, y por ello haya tan-

tos divorcios y separaciones y violencia machista, ¿Eh?

Séneca decía de los libros que no cantidad sino calidad. Un libro clásico entre ellos, pues merece ser



leído porque enriquece la personalidad y multiplica la experiencia humana de quien más horas a la tarea dedica. Rubén Darío, en una poesía empieza así: “El libro es fuerza, es valor, es poder, es alimento, antorcha del pensamiento y manantial del amor.”

Dicen que es escaso el número de libros que se leen al año.

Y bueno es las actividades e iniciativas de animación a la lectura, para así engrosar las filas de los buenos lectores. Y si son personas propensas al tedio, al aburrimiento, la depresión y hasta las ganas de suicidio, los que se decidan a leer buenos libros hallarán motivos para seguir viviendo con alegría y paz. ■

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 este bello tríptico de San Antonio.



Manda el CUPÓN-RESPUESTA que viene con esta revista o si no, 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:



Hemos actualizado el precio de la suscripción para 2024



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

Una investigación

Joaquín Sorolla y Bastida, 1896. Museo Sorolla, Madrid

A lo largo de su vida Sorolla estuvo en estrecho contacto con un amplio número de personas cultas, entre ellas el Dr. Simarro, sobresaliente científico comprometido con la renovación de la medicina en España. Su laboratorio, en el número 5 de la calle General Oraa de Madrid, era verdadero centro de formación de investigadores, como Santiago Ramón y Cajal, y también punto de encuentro de escritores, artistas y hasta políticos. El interés que la investigación del doctor suscitaba en su laboratorio absorbía por completo la atención de los concurrentes, sus discípulos. Sorolla fue testigo de ello al acudir al laboratorio para retratarle en un par de ocasiones y contagiado de aquel clima apasionado por el trabajo, decidió pintarlo en plena tarea.

La descripción es del mismo Sorolla:

«Una noche el doctor, rodeado de sus compañeros, hacía ante el microscopio delicados estudios de embriogenia. Había partido varios huevos de gallina sin encontrar en su interior los fenómenos que buscaba, cuando de pronto llamó la atención de sus discípulos y camaradas, que se agruparon ansiosamente para observar la función o el fenómeno, encontrados al fin.

»Aquel grupo de cabezas inteligentes, ansiosas de saber, reunidas sobre el microscopio y heridas por la luz artificial, que iluminaba al propio tiempo todo un arsenal de aparatos, frascos y reactivos, me impresionó agradablemente, sugiriéndome la idea del cuadro, que empecé a pintar enseguida.

»Y no hubo más. Terminado el retrato del doctor, seguí yendo a su laboratorio para pintar el grupo de noche y a la

luz de un mechero Auer sobre un aparato de gas. Todos trabajábamos en el laboratorio: ellos, abstraídos en sus investigaciones, sin preocuparse poco ni mucho de mi persona; yo, ajeno por mi parte a sus trabajos científicos, y sólo preocu-

pado de las líneas, luces y colores de sus rostros, y en general de sus figuras.

»Del efecto que el cuadro hiciera a la luz del sol, no quería ocuparme hasta el final. El lienzo no salía del laboratorio; y le hacía mi acostumbrada visita nocturna, y puede decirse que desde casa del Dr. Simarro ha ido a la sala de la Exposición donde hoy figura.»

★ ★ ★

Aplicación, esfuerzo, y mucha perseverancia, es lo que le dio fama y destaque al Dr. Simarro con sus investigaciones y descubrimientos sobre los tejidos y fisiología ►►

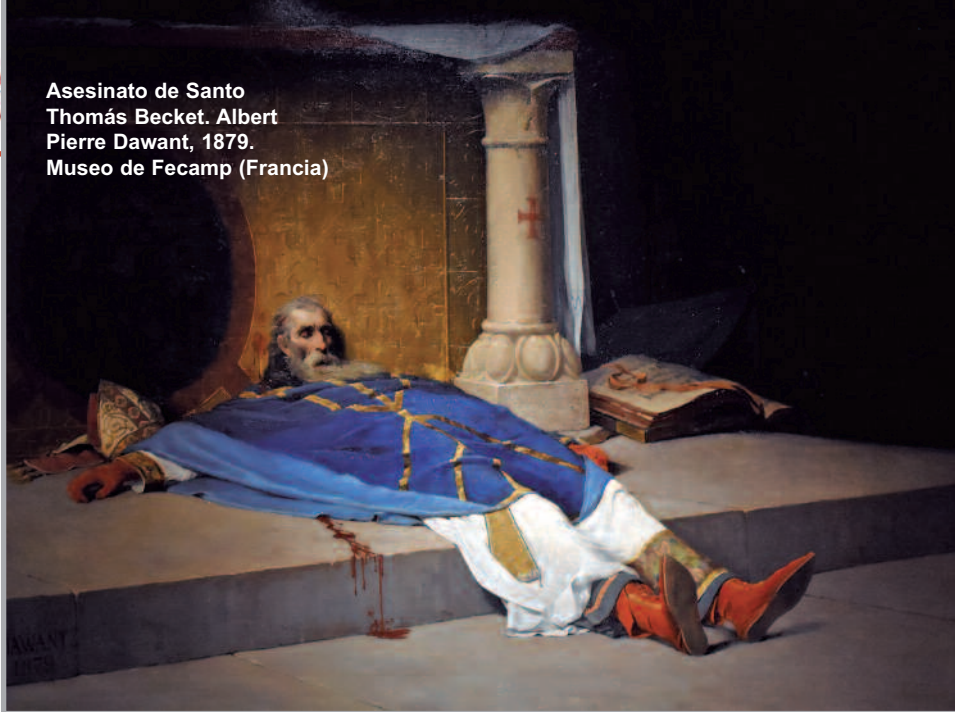


» del sistema nervioso. Dedicación y entrega en un mundo real, sin alucinaciones virtuales. Inteligencia natural y observación, valores que la invasión de la llamada “inteligencia artificial” pretende suplantar rumbo a un mundo quimérico. ■

Felipe Barandiarán



Asesinato de Santo
Tomás Becket. Albert
Pierre Dawant, 1879.
Museo de Fecamp (Francia)



Trascendencia de la reforma gregoriana

El asesinato de Tomás Becket en los peldaños del altar de la Catedral de Canterbury perpetrado por cuatro caballeros a petición del rey Enrique II de Inglaterra, el 29 de diciembre de 1170, despertó una inmensa emoción. También San Estanislao de Cracovia pagó con su vida defender la independencia de la Iglesia.

En apariencia, el triunfo del emperador Enrique IV de Alemania era estrepitoso y la derrota de Gregorio VII evidente; pero la obra de ciertos espíritus no se puede juzgar por los éxitos de la política, ni por los golpes capri-

chosos de la Historia. Gregorio, abatido y muriendo: en el destierro por “haber amado la justicia y odiado la iniquidad”, permanece como el gran vencedor.

La reforma gregoriana renovó las costumbres del clero y mo-

Historia de la Iglesia

dificó completamente la naturaleza de las instituciones establecidas. En adelante, la Iglesia, la Iglesia divina, se hallará libre del engranaje imperial. Gregorio salvó su libertad; él conquistó para ella y para el papado esta “exención” total que constituía la gloria de todos los monasterios, y fijó con caracteres indelebles la autoridad de San Pedro.

Conmoción por el asesinato de Tomás Becket

Casi en el mismo tiempo, Santo Tomás Becket, antiguo Canciller de Inglaterra, arzobispo de Cantorbery, San Estanislao de Cracovia, víctima del rey de Polonia Boleslao II, pagaron con su vida la resistencia que oponían a los príncipes.

Ampliación de los dominios de la Iglesia

Después de Gregorio VII, pero sobre todo después de Inocencio III, la Iglesia, libre de la tutela imperial, había llegado a ser en el mundo occidental una alta potencia política y una fuerza rectora.

Inocencio III amplió los dominios de San Pedro en Italia: el “patrimonio” tradicional que habían constituido las donaciones de Carlomagno o de Otón I fue alargado al norte, en Toscana, por la adquisición de los bienes de la condesa Matilde (legados a Gregorio VII); al oeste y al sur,

por el notorio afianzamiento del poder pontificio sobre “la marca” de Ancona, Espoleto, Benevento y sobre la Campania; Córcega y Sicilia sustituyen igualmente a sus gobernantes o legados nombrados por Roma.

Así, el Estado pontificio llega a ser una monarquía que, toma ya un carácter nacional cuyos recursos económicos y militares no

son despreciables. En torno a este reino puramente italiano se desarrolla, sobre todo en el circuito de Europa, una verdadera constelación de Estados vasallos. ■



Vestimenta
ensangrentada de
Sto. Tomás Becket

Historia Ilustrada de la Iglesia. Georges de Pinval y Romain Pittet. EPESA, Madrid, 1956.



La escala de la humildad

FR. SANTIAGO CANTERA MONTENEGRO O.S.B.

San Benito, en el capítulo VII de su Regla de monjes, presenta una escala con doce grados para ir ascendiendo en esta virtud. Humildad y obediencia van de la mano en la espiritualidad monástica.

EL Beato Columba Marmion, abad benedictino irlandés del monasterio de Maredsous (Bélgica) advierte que “la ascesis de San Benito se reduce por entero a hacer al alma humilde y después a hacerla vivir bajo la obediencia, que es la extensión práctica de la humildad: tal es para ella el secreto de la unión con Dios” (Jesucristo, ideal del monje). Y es que San Benito, en el capítulo VII de su Regla de monjes, presenta una escala con doce grados para ir ascendiendo en esta virtud; además, en el capítulo V aborda el tema de la obediencia, que también toca de forma muy importante en el VII y en otros. Humildad y obediencia van de la mano en la espiritualidad monástica.

Dom Marmion también incide en que Santo Tomás de Aquino, en la Summa Theologiae, comenta el capítulo VII de la Regla de San Benito, pues consti-

tuye un verdadero tratado sobre la humildad, y se fundamenta en gran medida aquí para desarrollar la virtud de la humildad (S. Th., II-II, q. 161). El propio Santo Tomás recuerda que San Anselmo, abad benedictino y arzobispo de Canterbury, había resumido la escala de San Benito en siete grados. Y a su vez, Santo Tomás resume los doce de San Benito y los siete de San Anselmo en tres escalones mayores, pero que a su vez se pueden subdividir, de tal forma que tanto los doce como los siete son correctos, aunque se agrupen más globalmente.

En el capítulo VII de la Regla de San Benito se detecta una clara influencia de Juan Casiano, si bien San Benito la enriquece mucho con un recurso constante a la Sagrada Escritura, de tal modo que es la Palabra de Dios la que dirige al monje en su ascensión. Además, el santo abad atribuye a Cristo, por obra del Espíritu San-



“La observancia cartujana más allá de la muerte” Vicente Carducho, 1632. Monasterio de El Pualar (Museo del Prado)

Observancia cartujana más allá de la muerte

El 29 de agosto de 1626, Vicente Carducho (c. 1576-1638), pintor del rey Felipe IV, firmó el contrato por el que se comprometía a realizar el ciclo pictórico que celebraba la fundación de la Orden de los cartujos por san Bruno y sus principales miembros. Se trataba del encargo más completo jamás realizado sobre la orden: una serie de cincuenta y cuatro lienzos de grandes dimensiones.

En esta escena Lancelino, prior de la cartuja entre 1180 y 1233, ordenó a un hermano difunto que cesara los milagros sanadores que este ofrecía desde su tumba a cuantos enfermos la visitaban. Buscaba con ello que la comunidad recuperara la antigua tranquilidad de la Grande Chartreuse (Francia).

to, los efectos transformantes de la caridad. La llamada de Dios invita al monje a subir la escala. Y estos grados tienen categoría de directrices de vida ascética.

Grados de la humildad

El primer grado es el temor de Dios, que es un elemento intrínseco y el fundamento de la humildad. En líneas generales, la

escala va del temor de Dios al amor perfecto mediante el mismo temor de Dios (grado 1º), la obediencia (grados 2º-4º), el abajamiento (grados 5º-7º), la taciturnidad (grados 9º-11º) y el comportamiento exterior total, impregnado de verdadera y profunda humildad (grado 12º). Así, los siete primeros grados se refieren a la conducta interior del monje humilde, mientras que los cinco últimos tocan a su conducta exterior.

En un próximo número veremos estos doce grados comparados con los doce grados de soberbia que San Bernardo establece como opuestos.

También en el Oriente ortodoxo (pues Occidente y Oriente beben en realidad de las mismas fuentes esenciales para la vida monástica y participamos de una Tradición común de origen bíblico y patrístico y de los Padres del Desierto), la humildad y la obediencia son el fundamento de la vida monástica. Uno de los biógrafos de Paisio Velichkovski, importante impulsor de la espiritualidad monástica en el siglo XVIII y venerado como santo por los

ortodoxos, dice que entendía que “de la verdadera obediencia nace la verdadera humildad, por la cual el monje puede hacer morir su voluntad propia”.

Santo Tomás de Aquino y la soberbia

El Aquinate define la soberbia como un pecado y “apetito desordenado de la propia excelencia” y señala que destruye la

vida moral (S. Th., II-II, q. 162). Sostiene que se alimenta de un cuádruple engaño: atribuirse a sí mismo los bienes que posee; creer que los ha recibido en atención a sus propios méritos; jactarse de bienes que no po-

see; y desear aparecer como único poseedor de los mismos. Recuerda que San Gregorio Magno hablaba de estas cuatro especies de soberbia. “La soberbia se opone a la humildad, que busca directamente la sumisión del hombre a Dios; y se opone tratando de suprimir esa sujeción, en cuanto que se eleva sobre las propias fuerzas y sobre la línea señalada por la ley de Dios” (S. Th., II-II, q. 162, resp.). Dice que, conforme a la Escritura y a la razón, es el primero de todos los pecados. ■

La llamada de Dios invita al monje a subir la escala. Y estos grados tienen categoría de directrices de vida ascética.

La Santa Cueva de Cádiz

PLINIO ANTONIO RODRÍGUEZ FERREIRA



La Santa Cueva de Cádiz es sin lugar a dudas uno de los espacios más singulares de la arquitectura religiosa de la España de finales del siglo XVIII, en la línea de grandes obras representativas de la época.

LA historia de la Santa Cueva está vinculada a la cofradía de la Madre Antigua, que tuvo su origen en las reuniones que todos los jueves, al anochecer, tenía un grupo de varones en una casa particular para meditar en la Pasión del Señor.

Pasado algún tiempo, las autoridades eclesásticas recomendaron que tales reuniones, oraciones y ejercicios espirituales por más de tres horas, debían ejecutarse en el ámbito del espacio sagrado, por lo que comenzarían a reunirse en la iglesia auxiliar de El Rosario.

Al poco, durante la reforma de los sótanos de la iglesia, en 1756, se descubre una amplia cavidad, que los cofrades adecentan para continuar sus ejercicios de piedad en ella, y adoptan el nombre de Hermandad de la Santa Cueva.

En 1771, el venerable sacerdote don José Sáenz de Santamaría, hombre ilustrado y con una profunda dedicación al ascetismo religioso en el más estricto sentido teológico, se hace cargo de la dirección espiritual de la cofradía. Había



El Oratorio de la Santa Cueva, en la calle Rosario



nacido en Vera Cruz (México), y era el segundo hijo del marqués de Valde-lño. Había realizado sus

estudios eclesiásticos en la Compañía de Jesús.

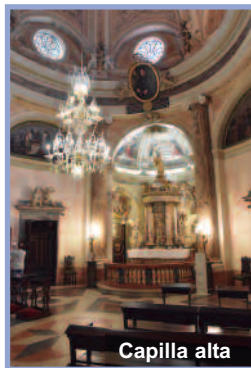
En 1781, con la ayuda del conde de Reparaz, amplía la primitiva cueva y reforma la aneja iglesia del Rosario. Y cuando cuatro años más tarde muere el marqués de Valde-Inígo, y al poco tiempo también fallece su hijo primogénito, el Padre Santamaría hereda el título nobiliario y la cuantiosa fortuna familiar. Entonces decide añadir a la primitiva edificación la capilla alta, dedicada al culto del Santísimo Sacramento. Joseph Haydn recibe el encargo de componer “El sermón de las Siete Palabras” para su inauguración.

La Santa Cueva

El Oratorio de la Santa Cueva se encuentra en la calle Rosario, en plena trama urbana del antiguo recinto de Cádiz, junto a la iglesia de Nuestra Señora del Rosario. Su arquitectura pasa totalmente inadvertida al viandante si no fuera por una pequeña hornacina con una pintura de Nuestra Señora del Refugio y dos vitrinas de exvotos.

Se accede a la Santa Cueva a través de un pequeño vestíbulo que sirve al mismo tiempo de rellano de la artística escalera de ascenso a la capilla alta, situada por encima del nivel de la calle, y de descenso a la capilla penitencial.

La capilla baja o de la Pasión, es un espacio destinado a la oración



Capilla alta

en silencio, a la práctica de los ejercicios de la Pasión del Señor y de las siete últimas palabras de Jesucristo en la Cruz. Tiene planta basilical de tres naves separadas por pilares cruciformes y cubiertas por bóvedas vaídas la central y de arista las laterales. Al fondo de la capilla se encuentra un estrado con la cátedra desde la que el director espiritual dirigía las meditaciones. El rigor del espacio, con los muros blancos y desnudos acentúa la dramática presencia en el frontal del Calvario, tallado por Gandulfo y Vaccaro, iluminado sólo por la luz cenital proveniente de la linterna, con Jesucristo en el centro, rodeado por su madre la Santísima Virgen María, San Juan Evangelista y las santas mujeres: María Magdalena, María Cleofás y María Salomé. Es un espacio íntimo de recogimiento, casi ascético en composición que contrasta con la planta alta.

La capilla alta

La capilla alta o del Santísimo Sacramento, es de planta oval, está construida sobre la iglesia subterránea y, en contraste con el rigor ascético y penitencial de la anterior, destaca por la riqueza de sus materiales y por la excelencia de su decoración pictórica y escultórica.

La cúpula fue pintada por el italiano Antonio Cavallini, que logró el efecto óptico de relieves en



Cada Viernes Santo de proclama el “Sermón de las Siete Palabras” con la música que Haydn compuso para el Oratorio de la Santa Cueva.

escayola. Bajo el arquitrabe, en los lunetos de los intercolumnios, se disponen cinco lienzos, tres de ellos obra de Francisco de Goya: “La multiplicación de los panes y los peces”, “El convite real”, y “La última cena”; y de Zacarías González Velázquez y de José Camarón: “Las bodas de Caná” y “El rocío del maná”, respectivamente. ■

DATOS DE INTERÉS:

Calle Rosario, 10 (Cádiz)

Horarios de visita:

de martes a viernes

de 10,30 a 14,00 y de 16,30 a 20,00 h.

(Junio, Julio, Agosto y Septiembre de 10,30 a 14,00 y de 17,30 a 20,30 h.)

Sábados de 10,30 a 14,00 y

Domingos de 10,00 a 13,00 h.

Lunes y Festivos cerrado.



Joseph Haydn y el “Sermón de las Siete Palabras”

Según recuerda el Obispado de Cádiz, estas fueron palabras literales del compositor austriaco respecto a sus Siete Palabras:

“En aquella época era habitual celebrar un oratorio en la iglesia principal de Cádiz durante la Cuaresma. Los muros, ventanas y columnas se cubrían de tela negra, y sólo una única lámpara iluminaba la sagrada oscuridad. A mediodía se cerraban las puertas y la música comenzaba. Tras una introducción adecuada, el obispo subía al púlpito y pronunciaba las Siete Palabras y desarrollaba una homilía sobre ellas. Una vez finalizada, descendía del púlpito y se arrodillaba delante del altar. En este intervalo sonaba música. El obispo subía y bajaba del púlpito después de cada palabra y la orquesta intervenía al final de su alocución. Mi composición tenía que adaptarse a esos preparativos. La tarea de escribir siete adagios con una duración de diez minutos cada uno y que no cansaran a los oyentes, no era fácil...”

“Joseph Haydn”. Johann Zitterer, 1795. Museo Histórico del Estado, Viena, Austria.

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



Invitados a un banquete

—La alegría de la vocación cristiana—

Autor: DAMIAN FERNÁNDEZ PEDEMONTE / Ediciones Rialp /
Pág: 150 / PVP: 14 euros; eBook: 7,49 euros

Dios mandó solemnemente que santificáramos las fiestas. En los Evangelios son numerosas las referencias a banquetes y celebraciones, también en las parábolas. En la Iglesia, la fiesta es el centro de la liturgia. Sin embargo, el cristiano corre el riesgo de ver solo un futuro sombrío, de impacientarse con sus defectos, o de

ver a Dios como un ser estricto y distante. Envidia entonces la felicidad de quienes carecen de fe y parecen gozar con su estilo de vida. La verdadera vida cristiana es una fiesta llena de alegría.

Y su itinerario, como muestra el autor, tiene tres etapas: prepararse, vivir la fiesta y salir enriquecido de ella, con la alegría de los hijos de Dios. ■



El móvil y las RRSS

—Una amenaza para nuestros hijos—

Autor: CARLOS MOYA RAMÍREZ / Edita “Ayuda Solidaria a los más necesitados” / Págs: 102 / Distribución gratuita bajo pedido a:
info@ayudasolidaria.org – Tel.: 613 000 174

A los peligros del abuso televisivo se suman ahora los del mal uso del móvil y las redes sociales por parte de los niños. Esta publicación quiere ser un grito de alerta para muchos padres y educadores y, sobre todo, para los propios niños para que sean conscientes de los efectos dañinos que de los que pueden ser víctimas.

Al final del libro, se incluye una Guía práctica para padres y educadores para prevenir los efectos nocivos del móvil y las RRSS en los niños.

CARLOS MOYA RAMÍREZ es especialista en temas de educación y familia y preside la “Asociación Ayuda Solidaria a los más Necesitados”, con sede en Madrid. ■



Orgullo de madre

Autor: MARÍA CALVO CHARRO / Ediciones Rialp /
Pág: 224 / PVP: 15 euros; eBook: 7,99 euros

Ser madre nunca ha sido fácil. Los hijos casi siempre son inoportunos y llegan para desbaratar y poner patas arriba nuestra planificada vida personal y profesional. Convivir con una criatura así no es fácil, por mucho amor que se ponga. Además, tener hijos y cuidarlos con amor “colisiona” con el desarrollo personal y la autorrealización que exige nuestra sociedad enferma.

Nada prepara para ser madre, pero ser madre prepara para todo. Urge “maternizar” esta sociedad

tan erosionada, y solo pueden hacerlo las mujeres. Pero para ello deben amarse a sí mismas, amar la vida y convertir la “culpa” de ser madre en el “orgullo” de serlo.

MARÍA CALVO CHARRO es profesora universitaria y autora de diversos libros sobre temas educativos y defensa de la equidad entre el hombre y la mujer. No rehúye el debate, y la claridad de sus intervenciones la ha convertido en una de las voces españolas más reconocidas en torno a la masculinidad y la feminidad. Vive en Madrid, con su marido y sus cuatro hijos. ■



Ramón Llull

—El hombre que demostró el cristianismo—

Autor: SANTIAGO MATA ALONSO-LASHERAS / Ediciones Rialp /
Pág: 222 / PVP: 15,00 euros; eBook: 7,99 euros

El filósofo hispano de mayor renombre mundial, todavía no contaba con una biografía que explicara su vida y su pensamiento a un público general.

El autor aborda la biografía, los avatares históricos de una época densa y agitada: el maremágnum de la filosofía, de la teología, de las ciencias nacientes, de la política: Dios y el mundo, la mística

y la sociología, la psicología (incluso patológica) y la metafísica; las disputas de los pensadores más diversos, el choque cultural y religioso del Occidente cristiano y el islam.

Las cuestiones filosóficas, teológicas y místicas quedan al alcance de la mano y se presentan vivas, entramadas en una biografía tan rica en aventuras como la del gran mallorquín. ■

Gracias obtenidas

Algeciras (Cádiz) - Gracias San Antonio, por estar siempre a mi lado especialmente cuando más lo necesito.

Mercedes Díaz; Altafulla (Tarragona) - Por favores recibidos y que me siga protegiendo.

Mercedes del Palacio;

Avilés (Asturias) - Doy gracias a San Antonio y a todos los santos de mi devoción por la mejoría de mi marido y le pido por la salud de esta familia, que nos siga ayudando como hasta ahora y nos libre de desgracias.

Una suscriptora.;

Barbastro (Huesca) - En agradecimiento a San Antonio porque siempre puedo contar con él. Envío limosna.

M.J.F.S.; Barcelona - Doy gracias a San Antonio por los favores recibidos y que nos siga su protección. Mando donativo.

M.M.F.M.; Barcelona - Gracias a San Antonio y a los santos de mi devoción por los siguientes favores recibidos: porque ha salido bien la operación de mi hermana, porque se arregló el trabajo de mi hijo en Gijón, por haberse arreglado lo del pi-

so de mi nieta, por conseguir mis sobrinos los colegios que querían y por tener a mi hija Maribel que me ayuda en todo lo que necesito. Envío donativo y pido que me siga cuidando y protegiendo.

Carmen Andrés González; Barcelona - En agradecimiento a San Antonio por los favores recibidos, Mando donativo.

M.D.C.B.M.; Barcelona - Envío donativo en acción de gracias a San Antonio por todos los favores recibidos y le pido que nos siga ayudando.

María Domínguez Diéguez;

Barco, O (Ourense) - Doy gracias a San Antonio, a la Virgen de Umbe, por todos los favores recibidos para mí y para mi familia, deseando que nos protejan siempre de todo mal e intercedan ante Dios nuestro Señor por nosotros en todo momento. Mando donativo.

María Teresa Pérez Manjon;

Barredos (Asturias) - Doy gracias a San Antonio, por las gracias recibidas, mando limosna prometida.

Laurentino Álvarez; Basauri (Vizcaya) - Gracias a San Antonio ben-

dito, por todas las gracias concedidas, envío limosna.

María Luisa; Basauri (Vizcaya) - Doy gracias a San Antonio, por los favores recibidos N.U.;

Basauri (Vizcaya) - Doy gracias a San Antonio por haber vendido el piso y porque el hijo de unos amigos salió bien de un accidente, le pido nos siga protegiendo y ayudando. Mando limosna prometida.

María del Carmen León; Bilbao (Vizcaya) - Envío donativo a San Antonio, por ayudarme en un problema de salud y dándole las gracias porque en los momentos difíciles me ha escuchado siempre.

A.S.; Bilbao (Vizcaya) - Doy gracias a San Antonio, por la protección y favores obtenidos y esperando me siga protegiendo, doy donativo.

M.D.R.G.; Bilbao (Vizcaya) - Doy gracias a San Antonio, por ayudarme y le pido que siga ayudándonos y nos proteja, mando donativo.

Fortunato Morquecho; Bilbao (Vizcaya) - San Antonio, te doy gracias porque siempre has escuchado mis suplicas y puedo decir que he sentido tus milagros, te pido me ayudes ahora en este difícil problema de salud. Envío donativo y espero atiendas este ruego tan especial.

A.S.; Burgos - Doy gracias a San Antonio y a San José para que siga ayudando a mis hijos en la salud y en el trabajo.

P.C.M. Burgos - Doy gracias a San Antonio, por el resultado satisfactorio de los análisis de mi mujer y por los favores recibidos.

P.B.; Burgos - En agradecimiento a San Antonio por recuperarse de su enfermedad grave. Mando donativo.

P.B.S.; Camarma de Esteruelas (Madrid) - En agradecimiento a San Antonio por los favores



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.

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...

recibidos, pidiendo nos siga protegiendo. Mando donativo. **Vicente Sáenz de Santa María Gredilla; Coruña A** - Doy gracias a San Antonio, a San Judas Tadeo y demás Santos de mi devoción, por una operación de una nieta mía y que salió muy bien, y pidiendo nos siga protegiendo. Mando donativo.

* 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.

¡GRACIAS, SAN ANTONIO!

B.P.A.; **Esterri D'aneu** (Lleida) - Doy gracias a San Antonio y Santos de mi devoción, para que tengamos salud y suerte toda la familia, y que mi hija encuentre personas buenas para el trabajo que tiene. *María Teresa*; **Graus** (Huesca) - Doy gracias a San Antonio por un favor recibido. Doy mi limosna. *María Antonia Casas*; **Guardo** (Palencia) - Doy gracias a San Antonio bendito, por todas las gracias obtenidas, por cuanto me ha ayudado a lo largo de mi vida, mando mi limosna y que siga ayudándome. *Pilar Doce*; **Hospitalet de Llobregat** (Barcelona) - Agradezco a San Antonio que me haya ayudado con un problema de salud y le pido que siga cuidando a mi familia. Envío donativo. *Inés Ferreira*; **León** - Mi hijo mayor aprobó los exámenes del máster de derecho. Mi hijo mediano encontró trabajo, está pagando sus deudas y encaminando su vida. Mi hijo pequeño hace su vida en Canadá, no encontraba piso cerca de su trabajo, se lo pedía al Santo y enseguida lo encontró. Por estos y otros favores recibidos doy gracias a San Antonio. Muy agradecida. *Rosa María Carro*; **Madrid** - En agradecimiento a San Antonio por la terminación de una compra largamente diferida y el buen resultado de una caída, ambos casos relativos a un mismo fa-

Barbastro (Huesca) - En agradecimiento a San Antonio porque siempre puedo contar con él. Envío limosna. *M.J.F.S*

miliar. *Ana María Megia Mansilla*; **Miranda de Ebro** (Burgos) - Rogamos a San Antonio, interceda ante Dios por la salud de la familia, en especial de Sara y Miguel y para que salgan bien todas las pruebas médicas. Mando limosna prometida. *M.Y.S.B.L.*; **Montblanc** (Tarragona) - Agradezco a San Antonio que mis nietos hayan aprobado la carrera. Mando limosna. Una devota.; **Ondara** (Alicante) - En agradecimiento a San Antonio y a la Virgen de la Soledad por los favores recibidos. Mando donativo. *M.V.R.*; **Pola de Laviana** (Asturias) - Doy gracias a San Antonio por la salud y trabajo de mis familiares. Mando donativo. *Una devota*; **Pradoluengo** (Burgos) - Doy gracias a San Antonio por todos los favores recibidos y le pido que nos siga ayudándonos. Mando donativo. *M.C.I.T.*; **Sevilla** - Doy gracias a San Antonio Por unos favores recibidos. Mando mi limosna. *Lucia*; **Sevilla** - Doy gracias a San Antonio por haber salido bien Jonatán de una operación. Mando limos. *Antonia Ballesteros*; **Socuellamos** (Ciudad Real) - Doy gracias a San Antonio por todos los favores recibidos. *Carmen*; **Sot de Ferrer** (Castellón) - Doy gracias a San Antonio por haber encontrado un anillo perdido, rece el responsorio y apareció. Mando limosna. *Vicenta Zagala*; **Toledo** - En agradecimiento a San Antonio y a San judas Tadeo por favores recibidos y por el nacimiento de mi nieta Ana para que la proteja durante toda su vida. Envío limosna. *María Carmen Torres Ruiz*; **Valladolid** - En agradecimiento a San Antonio por to-

dos los favores recibidos. Mando donativo. *Conchita Andrés*; **Viana do Boló** (Ourense) - Doy gracias a San Antonio y a la Virgen de los Dolores por los favores recibidos y pido que nos siga ayudando. Envío limosna. *Dolores Fariñas Domínguez*; **Vigo** (Pontevedra) - Envío donativo y doy las gracias a San Antonio por los favores recibidos y para que nos siga protegiendo y cuidando de mis hijos como lo hizo hasta ahora. *J.L.P.*; **Villapadierna** (León) - Doy gracias a la Virgen Santísima y a San Antonio, por su ayuda y protección. Mando limosna

para los pobres. *Amparo Guerra*; **Villasilos** (Burgos) - Doy gracias a San Antonio, por todos los favores recibidos y esperando nos siga ayudando. *M.M.*; **Xalo** (Alicante) - Doy gracias a San Antonio por haber concedido un favor muy grande. Mandó limosna. *María José Crespo*. ■

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.

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

◆ 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 diciembre 2023**, se han celebrado 287 Misas Ordinarias 2 Novenas 6 tandas de Misas Gregorianas. Total Misas encargadas: 485 y se han entregado 5.228 euros.

Almería: S.C.D. 60; **Almolda La** (Zaragoza): R.P.V. 100; **A Itafulla** (Tarragona): M.D.P.V. 20; **Arbon** (Asturias): L.F.D.M. 10; **Arenys de Mar** (Barcelona): M.V.F. 20; **Arzua** (Coruña A): J.A.I. 120; **Balaguer** (Lleida): M.P.F.V. 10; **Banyoles** (Girona): M.P.L. 90; **Barakaldo** (Vizcaya): G.F.A. 10; L.A.R. 10; **Barcelona:** C.M.M. 20; **Baredo** (Pontevedra): M.G.M.F. 10; **Becerreia** (Lugo): I.D.A. 50; **Bilbao** (Vizcaya): I.A.H. 10; O.D.E.P. 350; **Boiro** (Coruña A): M.L.A.R. 60; **Breto de la Ribera** (Zamora): J.F. 20; M.F.F.R. 60; **Burgos:** M.R.D.C. 30; **Busmargali** (Asturias): A.P.P. 20; **Ciudad Real:** M.D.G.C. 100; **Cuenca:** M.C.P.M.

10; M.M.B. 20; **Getafe** (Madrid): A.R.A. 10; **Gijón** (Asturias): N.V.F. 20; **Guarda A** (Pontevedra): D.M.V. 30; **Huercal-overa** (Almería): G.M.R.G. 10; **Irún** (Guipúzcoa): M.D.N.M. 20; **Jaén:** M.D.M.L. 20; **Vegas Las** (Asturias): M.B.F.O. 50; **Lleida** :M.R.O. 10; **Madrid:** A.G.A. 40; A.G.M. 20; D.Y.A. 10; E.M.C. 50; F.A.G. 20; J.A.G.T. 20; J. M.T. 50; M.A.G.G. 10; M.L.C.M. 10; M.L.M. 10; M.T.M.R. 30; N.B.G. 40; S.C.R. 160; T.P.M. 30; **Marjaliza** (Toledo): A.F.R. 20; **Meira** (Pontevedra): M.T.C.B. 30; **Nájera** (Rioja La): I.G.S. 10; **Ogijares** (Granada): C.C.Z. 10; **Otura** (Granada): I.A.L. 100; **Ourense** :F.F.B. 30; **Gran Canaria**



“La Misa que salva a Fridolin” (detalle), Peter Fendi, 1833. Getty Museum, Los Ángeles (EEUU).

Las (Palmas): L.A. 30; **Ponte Caldelas** (Pontevedra): .A.G. 20; **Pontenova A** (Lugo): M.V.L. 50; **Posada de Rengos** (Asturias): S.F.G. 10; **Quintanilla de las Torres** (Palencia): J.R.R. 10; **Rojales** (Alicante): A.L.S. 30; **Sa Pobla** (Illes Balears): P.M.F. 10; **Sada** (Coruña A): M.T.F.D. 100; **Salamanca:** B.G.G. 20; M.R.P.M. 20; **Sant Vicente de Castellet** (Barcelona): M.D.B. 80; **Santa Cruz de Bezana** (Cantabria): A.R.G. 50; **Santa Xusta de Moraña** (Pontevedra): M.A.F.C. 30; **Segovia** :P.G.B. 10; **Urduliz** (Vizcaya): A.M.R.R. 10; **Valencia** :M.F.L.L. 100; **Valladolid** :T.D.L.C. 10; **Vigo** (Pontevedra): A.B.B. 30; **Vilariño** (Pontevedra): J.V.B. 50; **Villalcampo** (Zamora): E.A.P. 40; **Villaviciosa** (Asturias): C.M.L. 10; **Zaragoza** :G.C.A. 110.

MISAS GREGORIANAS

Alcalá de Henares (Madrid): M.D.L.B. 360; **Bilbao** (Vizcaya): M.I.O.O. 360; **Burgo de Osma, El** (Soria): J.M.A.R. 360; **Cervera de los Montes** (Toledo): M.C.C.F. 360; **Madrid:** M.V.M.S. 360; P.A.A. 360; S.C.R. 360.

NOVENAS

Bilbao (Vizcaya): M.B.O.D. 99; **Bolea** (Huesca): M.C.B.L. 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!

Adrados (Segovia) - Julia Muñoz Fuentes; **Alcantar** (Almería) - Emilia Castañero Fernández; **Alcoroches** (Guadalajara) - Jesús y José L. López Lario; **Aldeaseca de Algeciras** (Cádiz) - Francisco Díaz Bracho; Mercedes Martín Ruiz; **Algorta-Guecho** (Vizcaya) - Francisco Javier García Cantera; **Almassora** (Castellón) - Amparo Gómez Chust; **Aranda de Duero** (Burgos) - Eleuterio Bermejo Rocha; **Arbanies** (Huesca) - Victorina Anoro; **Arévalo** (Ávila) - Carmen Sanz García; **Asco** (Tarragona) - Carmen Serra Alentorn; **Balaguer** (Lleida) - Andrés Viola Estany; **Barakaldo** (Vizcaya) - María del Tránsito Martín Nieto; **Barcelona** - Manuela Manchado Mangas; Pilar Cerezo Mombiola; Balbina Candamo Fernández; Alfonso Álvarez Sánchez; José María López Llaquet; **Bellreguard** (Valencia) - Antonia Faus Balbastre; **Bernuy de Porreros** (Segovia) - Eustaquio Benito Barrio; **Burgos** - Palmira García de Zamora; **Cabaces** (Tarragona) - Guillem Ferrán Masip; **Cáceres** - María Luna Gutiérrez; **Caldas de Reis** (Pontevedra) - María Pilar Froján Blanco de Rey; Carmen Aguirre Fernández; **Campo de Criptana** (Ciudad Real) - Amalia Palomino; **Caridad La** (Asturias) - José López Núñez; Esther López Nulez; **Castrodeza** (Valladolid) - As-

censión Gallego; **Cañiza La** (Pontevedra) - Josefa Álvarez Parada; **Caridad La** (Asturias) - Esther López Núñez; José López Núñez; Esther López Núñez; **Castelldefels** (Barcelona) - Pilar Monter Trallero; **Castellón** - María Dolores Saporta Beltrán; **Cee** (Coruña A) - Teresa Castro Romero; **Ciudad Real** - Micaela Toledo Cerro; **Coruña A** - María Seoane Ares; **Cuellar** (Segovia) - Florentina Díez Fernández; **Cuenca** - Valentina Ortega de la Vega; **Espinar El** (Segovia) - Victorina Cañas Antón; **Fachecha** (Alicante) - Amparo Vidal Masanet; **Fea** (Ourense) - Consuelo Conde Vieitez; **Galdakao** (Bizkaia) - Francisco Antonio de la Revilla; **Gotor** (Zaragoza) - Maruja Martínez López; **Hinojosa de Jarque** (Teruel) - Gloria García Hinojo; **Huesca** - María Ballabriga Calvo; **Laza** (Ourense) - Rosa Penín Barreal; **Laza** (Ourense) - María Luisa Requejo Gómez; **León** - Sinforsosa Fernández Celada; **Lugo** - Elena Yáñez Martínez; **Madrid** - Cristina Villanueva Méndez; Nieves Pintor Mazaeda; Romualdo Aragón Gaviña; María Esperanza Blanco Muncio; Dolores Carrillo y José Collantes; Carmen González Pereira; Sor María Esther Alonso García; Julia Icaran Lario; Fuencisla García González; Marina Peña Fernández; Jesús Sanz Ál-

varez; María Ángeles del Val Heras; **Mejorada** (Toledo) - Julián Sánchez García; **Mesas Las** (Cuenca) - Luisa Romero Muela; **Móstoles** (Madrid) - María Victoria Aparicio Montalvo; **Navatejera** (León) - Ludi Fernández Blanco; **Ourense** - Josefa Alonso Diéguez; **Oviedo** (Asturias) - Regina Fernández Álvarez; **Palafrugell** (Girona) - Dolores Albi Rosello; **Palau de Plegamans** (Barcelona) - Francisco Pacheco Crespiello; **Palencia** - María Jesús Amigo; **Pamplona** (Navarra) - Vda. de Samuel Roncales Polite; **Pasajes** (Guipúzcoa) - Ana Mari Ariz; **Pino del Río** (Palencia) - Gertrudis Luengo Díez; **Pobla de Segur La** (Lleida) - Montserrat Riba Falip; **Ponferrada** (León) - Almudena Santalla Martínez; **Pontejos del Vino** (Zamora) - Catalina García Rosón; **Pontenova, A** (Lugo) - María Carmen Amor López; **Pozuelo de Alarcón** (Madrid) - Manuel Álvarez Orgaz; **Puebla de Trives** (Ourense) - Jaime Domínguez Maceda; **Puzol** (Valencia) - Juan Claramunt Bosch; **Ribadeo** (Lugo) - Margarita Souto Vázquez; **Rois** (Coruña A) - Mario Pan Souto; **Sada** (Coruña A) - María Diz Sabin; **Sadaba** (Zaragoza) - Pilar Rodríguez; **Salamanca** - Lourdes Artola Pérez; Manuela Rebollero Hernández; **San José de la Rinconada** (Sevilla) - Argentina González Martínez; **San Juan de la Arena** (Asturias) - Isabel Ruiz de Urrutia; **San Miguel del Robledo** (Salamanca) - Genoveva Martín González; **Sant Justo Desvern** (Barcelona) - Dolores Arque; **Santander** (Cantabria) - Antonio Conde Peral; **Sant Boi de Llobregat** (Barcelona) - Sara García Robla; **Sant Feliu de Codines** (Barcelona) - Montserrat Sans Bosch; **Santa Coloma de Queralt** (Tarragona) - Montserrat Boti-



nes Galle; **Santa Lucía de Gordon** (León) - Amparo Codina Suarez; **Santos Los** (Salamanca) - Antonia Gómez Campos; **Sarvisé** (Huesca) - Pablo Castillo Solana; **Soto de la Moraleja** (Madrid) - Josefina Herrero Pallardo; **Soutelo de Montes** (Pontevedra) - Idalia Álvarez Iglesias; **Tabara** (Zamora) - Aureliano García Román; **Tabera de Abajo** (Salamanca) - Nicasio Velasco García; **Talavera de la Reina** (Toledo) - María Josefa López López; **Tarrassa** (Barcelona) - María Franco Vera; **Torresandino** (Burgos) - José Izquierdo Fiel; **Tortosa** (Tarragona) - Lorenzo Callau Borrás; **Tui** (Pontevedra) - María Carmen Martín Herranz; **Turón** (Asturias) - Raquel González Hevia; **Valencia** - Antonio Márquez Bolufer; Dolores Viana do Bolo (Ourense) - Inocencia Luis Luis; **Vigo** (Pontevedra) - Aurora Márquez Pérez; **Vilariño** (Coruña A) - Dolores Lamas; **Villaceid** (León) - Rosa Álvarez Suarez; **Villalcampo** (Zamora) - Josefa Mateos Calvo; **Villamediana de la Vega** (León) - Eduvigis Natal Miguelez; **Villanueva de Córdoba** (Córdoba) - Victoria Castro Romero; **Villar de Arnedo El** (La Rioja) - Conchita Martínez García; **Vitoria-Gasteiz** (Álava) - Isidra González de Durana. ■

Las recetas de Lublús

Sopa de Castañas

un clásico de la cocina portuguesa



Ingredientes

- 500 g de castañas frescas
- 1 cebolla, picada
- 2 zanahorias, peladas y cortadas en rodajas
- 2 ramas de apio, picadas
- 2 dientes de ajo, picados
- 1 patata grande, pelada y cortada en cubos
- 1 litro de caldo de verduras o pollo
- 1 hoja de laurel
- 1/2 cucharadita de tomillo seco
- Sal y pimienta al gusto
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 250 ml de crema (opcional, para darle más cremosidad)

Preparación

1. Haz un corte en forma de X en la parte plana de cada castaña. Colócalas en una bandeja para horno y ásalas a 200°C durante aproximadamente 20-25 minutos o hasta que las cáscaras se abran.

2. Mientras se asan las castañas, calienta el aceite de oliva en una olla grande a fuego medio. Añade la cebolla, zanahorias, apio y ajo. Cocina hasta que las verduras estén tiernas.

3. Pela las castañas asadas y agrégalas a la

olla junto con las patatas. Revuelve bien.

4. Vierte el caldo de verduras o pollo en la olla y agrega la hoja de laurel y el tomillo. Lleva a ebullición, luego reduce el fuego y deja cocinar a fuego lento durante unos 20-25 minutos o hasta que todas las verduras estén tiernas.



Ingredientes:

- 1 ó 2 naranjas
- 1 cucharilla de azafrán en polvo
- 1 cucharilla de orégano
- 1 cuchara sopera de miel



Remedio natural para la tos

Preparación

Exprimir 1 ó 2 naranjas.

Poner a calentar el zumo, incluso con la pulpa, en una cazuela.

Añadir una cucharadita de azafrán en polvo y una de orégano, removiendo suavemente para que vaya disolviendo bien.

Llevarlo al punto de ebullición y dejar hervir 3 minutos.

Verter el líquido, colándolo, en una taza con una cucharada de miel para que se disuelva bien.

Dejar que se enfríe un poco y tomarlo templado, a sorbos pequeños. Un remedio "milagroso" para la tos. ■



5. Retira la hoja de laurel y usa una licuadora de inmersión para triturar las verduras hasta obtener una mezcla suave. Si prefieres una textura más gruesa, puedes dejar algunos trozos sin triturar.

6. Vuelve a calentar la sopa a fuego medio. Si deseas, agrega la crema para darle una textura más cremosa. Revuelve bien.

7. Sazona con sal y pimienta al gusto. Sirve caliente. ■



MARÍA JOSEFA DEL CORAZÓN DE JESÚS, FUNDADORA DEL INSTITUTO DE LAS SIERVAS DE JESÚS DE LA CARIDAD

20 DE MARZO – María Josefa del Corazón de Jesús, nació en el número 108 de la calle de la Herrería, en Vitoria, el 7 de septiembre de 1842, en el seno de una familia de modestos artesanos.

Su padre era sillerero y murió cuando ella era niña. Vivió durante unos años en casa de unos familiares en Madrid. A los 18 sintió la vocación religiosa y finalmente ingresó como monja en el Instituto de las Siervas de María, tomando el nombre religioso de María Josefa del Corazón de María.

En 1871 funda en Bilbao, junto con otras compañeras que habían salido del Instituto de las

Siervas de María, el Instituto de las Siervas de Jesús, del que sería superiora durante los 41 años siguientes. Esta nueva institución tenía como finalidad la asistencia a los enfermos en los hospitales y en sus domicilios, de los ancianos, los niños y los desamparados.

En su casa natal de la calle Herrería, las religiosas instalaron un oratorio y habilitaron en la planta baja un dispensario, en 1925. La primera casa dedicada a la asistencia domiciliar y hospitalaria para enfermos la abrió en Bilbao en 1871. En 1892 abrió una guardería pionera en Tolosa (Gipúzcoa) además de otras 39 casas más en otros lugares.

El Ayuntamiento de Vitoria la declaró Hija Predilecta de la Ciudad el año de 1942, al conmemorarse el centenario de su nacimiento. La institución fue creciendo desde su primera casa abierta en Bilbao en 1871, de tal forma que cuando María Josefa falleció en 1912 eran 43 las casas fundadas y un millar las religiosas de la institución. Hoy en día se halla extendida a 16 países y posee casi 100 casas repartidas por Europa, América y Filipinas.

Fue canonizada en el año 2000 por el Papa Juan Pablo II. Hay un pequeño museo en la calle de la Herrería, en la que nació. ■

Santos del mes

FEBRERO						
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			

- J - Cecilio. Ignacio de Antioquía
- V - Presentación del Señor
1^{er} Viernes de mes
- S - Blas. *1^{er} Sábado de mes*
- D** - Juana de Valois.

- L - Águeda
- M - Pablo Miki
- X - Romualdo
- J - Elisenda. Juan de Mata
- V - Apolonia, Cirilo
- S - Escolástica
- D** - Ntra. Sra. de Lourdes

- L - Julián. Eulalia
- M - Benigno
- ☐ 14. X - MIÉRCOLES DE CENIZA
- J - Faustino y Jovita
- ☐ 16. V - Camila. Juliana
- S - Silvín

☐ = AYUNO Y ABSTINENCIA
☐ = ABSTINENCIA

- ☐ 1. V - Rosendo. *1^{er} Viernes de mes*
- S - Heraclio. *1^{er} Sábado de mes*
- D** - Emeterio

- L - Casimiro
- M - Adrián
- X - Olegario
- J - Felicidad
- ☐ 8. V - Juan de Dios
- S - Francisca Romana
- D** - Macario, Cipriano

- L - Ramiro, Oria
- M - Fina, Bto. Luis Orione
- X - Rodrigo
- J - Matilde, Florentina
- ☐ 15. V - Luisa de Marillac
- S - Dionisio
- D** - Patricio

- D** - Bernardette Soubirous

- L - Bto. Álvaro de Córdoba
- M - Francisco y Jacinta Marto
- X - Pedro Damián
- J - Leonor, reina de Inglaterra
- ☐ 23. V - Policarpo. Pedro Damián
- S - Modesto. Matías, Apóstol
- D** - Cesáreo. Luis Versiglia

- L - Beata Piedad de la Cruz Ortiz
- M - Gabriel de la Dolorosa
- X - Leandro de Sevilla
- J - Dositeo y Constancio

MARZO						
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

- L - Cirilo
- M - **San José**
- X - Birilio
- J - Fabiola
- ☐ 22. V - Zacarías
- S - Toribio
- D** - DOMINGO DE RAMOS

- L - LUNES SANTO
- M - Braulio
- X - Ruperto
- J - JUEVES SANTO
- ☐ 29. **V** - VIERNES SANTO
- S - SÁBADO SANTO
- D** - DOMINGO DE GLORIA

¡Gracias, lo has hecho tú!

UNA vez más, nuestra profunda gratitud. **Mira lo que hemos conseguido hacer juntos** el año pasado, 2023, gracias a los donativos recibidos, las limosnas, los encargos de Misas etc.:

- 67.100 euros distribuidos en **limosnas para los pobres**.
- 63.824 euros distribuidos en **estipendios de Misas**.
- Se ha venido ayudando a 22 **sacerdotes necesitados**, con los estipendios de Misa, y se han celebrado un total de 3.515 Misas ordinarias, 46 Novenas (414) y 67 Misas Gregorianas (2.010 Misas). En total 6.251 Misas celebradas.
- Se ha auxiliado con limosnas a **conventos de religiosas** contemplativas y también a residencias de las Hermanitas de los Ancianos Desamparados.
- Se han encendido 25.759 velas virtuales en el **Oratorio de San Antonio**.
- Gracias a tu ayuda hemos difundido la **devoción al Corazón de Jesús** mediante el envío de las tradicionales placas para las puertas de las casas.
- En la sección mensual de **"Gracias alcanzadas"** se han publicado miles de agradecimientos.
- Hemos conseguido realizar la **Novena** de la fiesta de San Antonio y entregar vuestras peticiones en Padua. También, las 30 misas por vuestros familiares **difuntos junto a San Antonio** en Lisboa, así como la **vela al Niño Jesús** en Belén. Se han distribuido 30.000 **calendarios**; la página **web** sigue ofreciendo información de actualidad y conquistando espacio.
- Cada vez son más los suscriptores que tienen **domiciliado el pago de la suscripción**: es algo sencillo de hacer que beneficia al suscriptor, evitando la pesadez de acudir al banco, no se pierde dinero en comisiones y ayuda enormemente a la administración de la Obra de EL PAN DE LOS POBRES.

Por todo esto **te felicito**, porque lo hemos hecho juntos, y **te doy muy sinceramente las gracias**.

"San Antonio y San Francisco a los pies de la Sagrada Familia en gloria".
Giovanni Calari, primera mitad del siglo XIX. Iglesia de San Nazaro y Celso, Verona (Italia).