

Growing in FAITH™

Discovering **hope and joy** in the Catholic faith.

March 2010

One Minute Meditations

Tough stuff

When you feel overwhelmed by your challenges, remember that God never allows us to be tested beyond our ability to cope. *"God is faithful and will not let you be tried beyond your strength; but with the trial he will also provide a way out, so that you may be able to bear it"* (1 Corinthians 10:13).

Trust

When caring for the poor, Blessed (Mother) Teresa of Calcutta refused to accept donations beyond the current needs of her community. Accepting such help would mean she was no longer trusting God to provide for her needs each day. When we trust God with our needs, we demonstrate our faith that he will care for us as his children, just as Mother Teresa did.

Year for Priests

Remember to pray for our priests each day. St. John Vianney said, "The priest is not a priest for himself; he is not for himself, he is for you."



A good warm up makes for a great Eucharistic workout

Experts recommend warming up before exercising to adequately prepare the body and get the most benefit from the workout. The same applies to our participation in Mass.

When our hearts and minds are properly prepared, our experience is richer. Try these ideas to have a great Eucharistic workout:

Prepare for exertion. We come to Mass not as spectators but as participants. Prepare to join with other members of the Body of Christ in prayer, worship, thanksgiving, and communion.

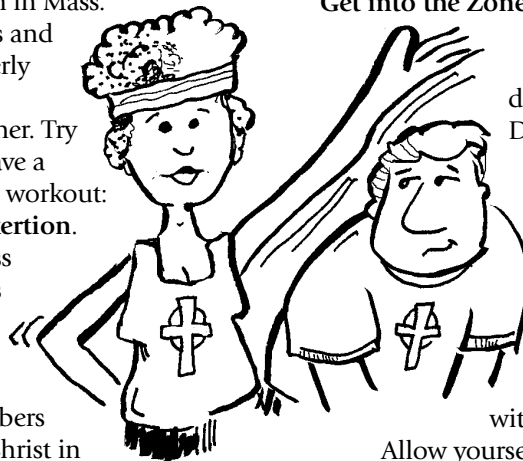
Stretch out. Is something holding you back from giving your whole love and attention to God? If you are carrying worry, anger, resentment, or guilt, spend a few moments letting it go.

Start slowly. Arrive early to review the readings. Ask what God is trying to tell you, personally, in the words of Scripture.

Get into the Zone. Something amazing happens every moment during the Mass. Don't miss a single one. Think about what you are saying as you recite the prayers. Enthusiastically speak the responses. Sing with your whole heart.

Allow yourself to be awed by receiving the Body and Blood of Christ in the Eucharist.

Cool down. After the celebrant leaves the church, spend a few moments figuring out what God wants you to do for the next week as a result of what you just heard and said.



Why Do Catholics Do That?

God created each of us to love and serve him in a particular way. This calling or destiny is our vocation. Faithfully fulfilling our vocation will lead to eternal happiness. Catholics can fulfill their vocations through the priesthood, the diaconate,

Why do Catholics believe in vocations?

consecrated life, or in marriage.

God has a unique plan for each of us and we all fit into his greater plan of salvation.

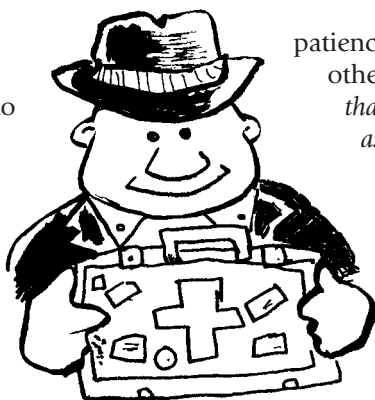
Discerning our vocation, understanding the place we have in God's plan, can only come through continual prayer.



Carry your Catholic faith with you

One challenge of our Catholic faith is to take it from Mass on Sunday to real life on Monday. One way we can carry it with us is to look at the way we treat other people. For example:

Think only the best of people. St. Ignatius said, "Every good Christian ought to be more ready to give a favorable interpretation to another's statement than to condemn it." Assume everyone is good.
Practice patience. God has infinite



patience with us and expects us do the same with each other. "But for that reason I was mercifully treated, so that in me ... Christ Jesus might display all his patience as an example for those who would come to believe in him for everlasting life" (1 Timothy 1:16).

Respect the interests of others even if you don't agree with them. "Let each of you look not only to his own interests, but also to the interests of others" (Philippians 2:4).

Problems arise when we only look out for ourselves.

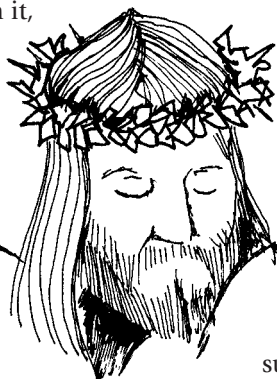
from Scripture

Luke 22:14-23:56, the Passion

It is important to recall the events of Jesus' Passion, but it is more important that we share in it, that we join with his suffering and with his love.

St. Paul said, "Continually we carry about in our bodies the dying of Jesus, so that in our bodies the life of Jesus may also be revealed" (2

Corinthians 4:10-11). He means that everything in our lives, the negative and positive, is part of our relationship with Jesus. Our frustrations, our fears, our loneliness,

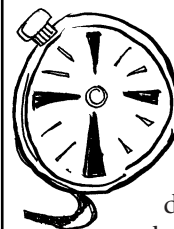


our temptations, all are ways of sharing in the suffering and death of Christ. So, too, our joys, our good health, our family, our friends; all are important ways to share in the joy of his Resurrection. Everything we are, everything we have, is joined to the life and experience of Christ.

St. Alphonsus wrote, "We should consider not so much the sorrows Jesus suffered as the love with which he bore them." Disciples of Jesus can have the same attitude toward suffering as he did, so that we can share in the joy of Resurrection.

Q & A What is the Liturgy of the Hours?

In Jesus' day, Jews recited prayers at certain hours of the day or night, a custom which Christians have borrowed. The Liturgy of the Hours is the official prayer of the Church



and is prayed as many as six times throughout the day to sanctify it. It begins in the morning and has particular parts that are prayed at different times throughout the day.

As official representatives of the Church, clergy and religious are obliged to pray the Liturgy of the Hours daily. However, many lay people are beginning to pray it too. The prayer, also called the Divine Office or Breviary, can be found in approved liturgical books. It is considered the perfect prayer with Christ and to Christ.

Principally a prayer of praise and petition, the Liturgy of the Hours consists of Psalms, meditation of the Word of God, canticles, and blessings. The prayer is considered a faithful way to make holy the whole course of the day by the praising of God.

Feasts & Celebrations

March is the month in which we honor St. Joseph, Jesus' earthly father and husband to the Blessed Mother. As head of the Holy Family, he has become a model of fatherhood and protector of families.

March 3 – St. Katharine Drexel (1955) Katharine Drexel gave up the family fortune (estimated at \$7 million at the time) to enter a convent and established schools and missions for Native Americans and African Americans. She founded Xavier University of New Orleans, the first university for African Americans

in the country.

March 17 – St. Patrick (493). Born in Scotland, St. Patrick was kidnapped and brought to Ireland as a slave. Although he escaped, he later returned to become the bishop of Ireland and is credited with establishing the Church there.

March 25 – The Annunciation. The angel Gabriel visited the Blessed Virgin Mary with the extraordinary news of her role as the mother of God. Even at her young age, she had complete confidence in God's grace and trusted in his wisdom.



Our Mission

To provide practical ideas that promote faithful Catholic living.

Success Publishing & Media, LLC
 Publishers of Growing in Faith™ and Partners in Faith™
 (540)662-7844 (540)662-7847 fax
<http://www.growinginfaith.com>

(Unless noted Bible quotes and references are from the Revised Standard Version and the New American Bible)

Creciendo en la Fe

Descubriendo **esperanza y gozo** en la fe católica.

Marzo de 2010

Meditaciones breves

Cosas difíciles

Cuando se sienta abrumado por los desafíos a los que se enfrenta, recuerde que Dios nunca nos somete a pruebas más difíciles de lo que podemos soportar. *"Y fiel es Dios que no permitirá seáis tentados sobre vuestras fuerzas. Antes bien, con la tentación, os dará modo de poderla resistir con éxito"* (1 Corintios 10:13).

Confianza

Cuando se ocupaba de los pobres la beata madre Teresa de Calcuta se negaba a aceptar los donativos que sobrepasaban las necesidades de su comunidad. Aceptar esa ayuda habría significado que no confiaba en que Dios pudiera satisfacer las necesidades de cada día. Cuando le confiamos a Dios nuestras necesidades, demostramos nuestra fe en que se ocupará de nosotros como hijos suyos, lo mismo que hizo la madre Teresa.

Año de los sacerdotes

Acuérdese de pedir cada día por los sacerdotes. San Juan Vianney dijo: "El sacerdote no es sacerdote para sí mismo; no lo es en beneficio propio, sino en beneficio de usted".



Un buen precalentamiento lleva a un gran ejercicio eucarístico

Los expertos recomiendan precalentarse antes de empezar a hacer ejercicio físico para preparar el cuerpo adecuadamente y así obtener el mayor beneficio posible del ejercicio. Lo mismo se puede decir de nuestra participación en la misa. Cuando nuestros corazones y mentes están bien preparados, nuestra experiencia es mucho más rica. Ponga a prueba estas ideas para hacer un gran ejercicio eucarístico:

Prepararse para el esfuerzo. Vamos a misa no como espectadores sino como participantes. Prepárese para unirse a los otros miembros del Cuerpo de Cristo en la oración, la alabanza y la comunión.

Hacer estiramientos. ¿Hay algo que le impida darle a Dios todo su amor y toda su atención? Si acarrea preocupaciones, enojo, resentimiento o

culpa, pase unos minutos librándose de ello.

Empezar despacio. Llegue temprano para repasar las lecturas. Pregúntese qué intenta decirle Dios a usted personalmente en las palabras de las Escrituras.

Alcanzar la zona.

Algo asombroso sucede en cada momento de la misa. No se pierda ni uno. Piense qué está diciendo mientras recita las plegarias. Responda con entusiasmo. Cante con todo su corazón. Llénese de maravillosa reverencia al recibir el Cuerpo y la

Sangre de Cristo en la Eucaristía.

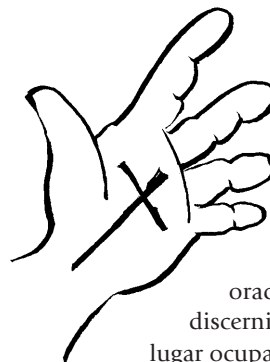
Ejercicios de enfriamiento. Cuando el celebrante abandone el templo, dedique unos minutos a reflexionar en lo que Dios le pide para la próxima semana basándose en lo que acaba de escuchar y decir.



¿Por qué hacen eso los católicos?

¿Por qué creen los católicos en las vocaciones?

Dios nos creó para que lo amemos y lo sirvamos de una manera muy particular. Esta llamada o destino es nuestra vocación. Cumplir nuestra vocación con fe nos conducirá a la felicidad eterna. Los católicos pueden hacer realidad sus vocaciones mediante el sacerdocio, el



diaconado, la vida consagrada o el matrimonio.

Dios tiene un plan especial para cada uno de nosotros y todos encajamos en su plan de salvación. Sólo mediante la oración continua lograremos discernir cuál es nuestra vocación y qué lugar ocupamos en el plan de Dios.

Lleve a todas partes su fe católica

Un desafío de nuestra fe católica es que la hagamos llegar desde la misa del domingo a los asuntos cotidianos del lunes. Una manera de llevarla con nosotros es observar cómo tratamos a los demás. Por ejemplo:

Piense sólo lo mejor sobre los demás. San Ignacio dijo: "Cada buen cristiano debería estar dispuesto a interpretar favorablemente lo que otros digan más que a condenarlo". Dé por descontado que todo el mundo es bueno.

Practique la paciencia. Dios tiene infinita



paciencia con nosotros y espera que nosotros hagamos lo mismo con nuestros semejantes. *"Y si encontré misericordia fue para que en mí, el primero, manifestase Jesucristo toda su paciencia y sirviera de ejemplo a los que habían de creer en él para obtener vida eterna"* (1 Timoteo 1:16).

Respete los intereses de los demás aunque no esté de acuerdo con ellos. *"Nada hagáis por rivalidad... buscando cada cual no su propio interés sino el de los demás"* (1 Filipenses 2:4). Los problemas surgen cuando pensamos sólo en nosotros mismos.

de las **E**scrituras

Lucas 22:14-23:56, la Pasión

Es importante recordar los acontecimientos de la Pasión de Jesús pero es aún más importante que la compartamos, que nos unamos a su sufrimiento y a su amor.

San Pablo dijo: *"Llevamos siempre en nuestros cuerpos por todas partes la muerte de Jesús, a fin de que también la vida de Jesús se manifieste en nuestros cuerpos"* (2 Corintios 4: 10-11).

Quiere decir que todo en nuestras vidas, lo negativo y lo positivo, es parte de nuestra relación con Jesús. Nuestras frustraciones, nuestros miedos, nuestra soledad, nuestras



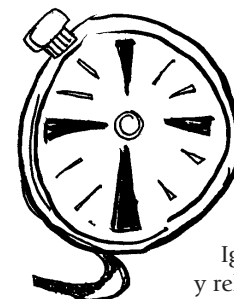
tentaciones, son formas de compartir el sufrimiento y la muerte de Cristo.

Nuestras alegrías, nuestra buena salud, nuestra familia, nuestros amigos, son también formas importantes de compartir el gozo de su Resurrección. Todo lo que somos, todo lo que tenemos, está unido a la vida y a la experiencia de Cristo.

San Alfonso escribió: "Deberíamos considerar no tanto los dolores que Jesús sufrió sino el amor con que los soportó". Los discípulos de Jesús pueden tener la misma actitud que Él tuvo hacia el sufrimiento, para poder así tener parte en el gozo de la Resurrección.

P & R ¿Qué es la Liturgia de las Horas?

En tiempos de Jesús, los judíos recitaban plegarias a ciertas horas del día o de la noche, una costumbre que los cristianos tomaron prestada. La Liturgia de las Horas



es la plegaria oficial de la Iglesia y se reza seis veces a lo largo del día a fin de santificarlo. Como representantes oficiales de la Iglesia, los sacerdotes y religiosos están obligados a rezar diariamente la Liturgia de las

Horas. Sin embargo, muchos laicos también están empezando a rezarla. La oración, llamada también el Oficio Divino o Breviario, puede hallarse en los libros litúrgicos autorizados. Se considera la plegaria perfecta con Cristo y hacia Cristo.

Fundamentalmente una plegaria de alabanza y de súplica, la Liturgia de las Horas está compuesta por salmos, meditaciones sobre la Palabra de Dios, cantos y bendiciones. Esta oración está considerada como una manera fiel de santificar el curso del día alabando a Dios.

Fiestas y celebraciones

Marzo es el mes en el que honramos a san José, el padre terrenal de Jesús y esposo de la Bendita Madre. Como cabeza de la Sagrada Familia, san José se ha convertido en modelo para padres y protector de las familias.

3 de marzo – Santa Catalina Drexel (1955). Catalina rechazó la fortuna de su familia (valorada en 7 millones de dólares en aquella época) para entrar en un convento y estableció escuelas y misiones para nativos americanos y para afroamericanos. Fundó la Xavier University en Nueva Orleans, la primera universidad en los EEUU para afroamericanos.

17 de marzo – San Patricio (493). Nacido en Escocia, san Patricio fue raptado y llevado a Irlanda como esclavo. Aunque escapó, regresó más tarde para convertirse en obispo de Irlanda y se le atribuye el establecimiento de la Iglesia en ese país.

25 de marzo – La Anunciación. El ángel Gabriel visitó a la Bienaventurada Virgen María y le comunicó la sorprendente noticia de que iba a ser la madre de Dios. A pesar de su juventud confió por completo en la gracia de Dios y en su sabiduría.



Nuestra misión

Proporcionar ideas prácticas que fomenten la vida en la fe católica
Success Publishing & Media, LLC
Publishers of Growing in Faith™ and Partners in Faith™
(540)662-7844 (540)662-7847 fax
<http://www.growinginfaith.com>

(Salvo advertencia, las citas y referencias bíblicas son de la Biblia de la Biblioteca de Autores Cristianos o de la Nueva Biblia de Jerusalén.)