



Querido Papa Francisco

El Lunes de Pascua, nuestro querido Santo Padre Francisco salió de este mundo en la paz de Cristo. En Italia, el lunes de Pascua se llama el Lunes del Ángel, y es día de fiesta también. El papa de sorpresa nuevamente nos sorprendió, especialmente porque el mundo lo vio el Domingo de Resurrección, no



solamente en el balcón para los saludos formales y la bendición a la ciudad y el mundo, sino porque también subió

al papamóvil de nuevo y visitó con los miles y miles de peregrinos reunidos en la plaza. Pocos se imaginaban que el próximo sábado habría 250,000 personas en la misma Plaza de San Pedro para despedir al mismo papa con su misa fúnebre.

El último mensaje de Papa Francisco fue una fuerte llamada a la paz, un tema constante para él durante los 12 años de su pontificado. Creo que su dolor más fuerte era ver las guerras que continúan en Gaza, Ucrania, Myanmar, Yemen, Congo y Sudan. Todos los domingos el papa pedía oraciones para el pueblo "martirizado" de Ucrania, en varias ocasiones visitaba con Palestinos y con las familias de los secuestrados israelíes, y visitó a África en zonas de guerra implorando a los líderes buscar maneras de terminar las guerras y la pérdida de tantas vidas

humanas.

Sabemos bien que el Papa Francisco nunca se olvidó de la historia de sus padres, emigrantes de Italia que crearon una vida mejor para su familia en Argentina. Se hizo una voz entre muy pocas abogando por los derechos humanos de los migrantes y refugiados. Denunció las políticas de Trump y de otros políticos en

PAZ Y BIEN

Europa que quisieron poner más obstáculos y peligros en el camino de los migrantes. El mundo entero vió su primer viaje fuera de Roma a la Isla de Lampedusa donde habían muerto muchos refugiados en el mar. Fue allí donde inventó la frase "la globalización de indiferencia" e insistió que los cristianos verdaderos tienen una responsabilidad hacia estos hermanos y hermanas.

También este papa llamó nuestra atención al cuidado de la Madre Tierra. En su encíclica "Laudato Si" empleaba datos científicos sobre el daño del planeta, pero sobre todo nos enseñó como era una crisis espiritual sobre todo que nos llama a la conversión. Valorar la creación como regalo de Dios requiere que haya buenas relaciones entre todos los creados, comenzando con los seres humanos hechos a la imagen y semejanza de Dios. Otra encíclica, "Fratelli Tutti", escrita durante la pandemia global,

insiste en la necesidad de vivir como hermanos y hermanas en la familia humana, superando las divisiones que nos causan más daño.

Dentro de la Iglesia, el Papa Francisco descubrió nuevamente la importancia de la sinodalidad, es decir como caminar juntos en la Iglesia hacia el Reino de Dios. Caminar juntos requiere que aprendamos a escucharnos los unos a los otros, y a discutir con calma y sinceridad nuestros puntos de vista con respeto hacia otros. Él nos enseñó también la importancia de discernimiento, un proceso espiritual que nos ayuda a descubrir la voluntad de Dios.

El Papa Francisco nos enseñó mucho en estos 12 años, espero que sigamos descubriendo más y más la sabiduría de este primer papa latino y primer papa jesuita. Quizás lo más importante es el énfasis que dio al encuentro con Cristo resucitado que todos necesitan tener, y como nos dirigió hacia las periferias para tenerla. Ahora sabemos que él disfruta del encuentro permanente con el señor de la Vida. Pidamos por él como siempre nos recordaba, pero ahora pidamos que él pida también por nosotros.

Mons. John Stowe, OFM Conv.
Obispo de la Diócesis Católica de Lexington

MINI RETIRO DE UN DÍA DE MUJERES DE ACTS EN EL CENTRO CATÓLICO

EL SÁBADO 29 DE MARZO UN CRECIENTE NÚMERO DE MUJERES HISPANAS DE ACTS DE LA DIÓCESIS DE LEXINGTON SE REUNIÓ PARA UN MINI RETIRO DE UN DÍA DANDO ASÍ SEGUIMIENTO A LOS GRAN RETIROS DE CUATRO DÍAS. EL PRÓXIMO GRAN RETIRO TIENE LUGAR DEL 10 AL 4 DE MAYO. PARA MAYOR INFORMACIÓN PUEDES CONTACTAR A LA DISCÍPULA MISIONERA, ELVIA PEREZ, AL (859)396- 2221.



VIVIENDO BIEN Y FELIZ

~ GRACIAS PAPA FRANCISCO POR TU VIDA Y TUS ENSEÑANZAS ~

**ABOGADA M. YVETTE MILLÁN TORRES LL.M.
(M. YVETTE CULP ESQ. LL.M.)**

(Parte 5 de una serie)

La intención de esta serie es mantener nuestras reservas de amor, y de fortaleza interna repletas, y así, **vivir bien y feliz.**



EDITORA

Parte de vivir bien es estar presente. Estamos de luto por el fallecimiento de nuestro adorado Papa Francisco. Es oportuno recordar que nuestra fe católica nos da paz y consuelo al saber que nuestro papa ya está en una mejor vida en compañía de Dios o en camino al Paraíso y la vida eterna.

Las otras partes son lidiar ahora, en el presente... con los dragones del pasado, presente y futuro. Cuidemos hoy, nuestros 4 círculos de salud (biológico, psicológico, social y espiritual) para evitar la enfermedad y/o dragones.

Los dragones de la muerte, del duelo y de la pérdida como los llama el Dr. Amen, los cuales estamos pasando por la muerte del Papa Francisco tal vez nos recuerden otros duelos o pérdidas que hemos experimentado, como la muerte de un familiar cercano o mascota, la pérdida de un trabajo por despido, la jubilación, un divorcio o separación, el síndrome del nido vacío cuando los hijo/a(s) se van a estudiar a la universidad o se mudan de la casa, y otros...

Estrategias para vencer a los dragones de la muerte, del duelo y de la pérdida:

Empieza el proceso de sanación inmediatamente. "La gente puede decirte que esperes para sanar del duelo, pero si te caes y te rompes el brazo, ¿Cuándo querías empezar a sanar? ¡Inmediatamente!" (Dr. Amen)

Trabaja en darle un giro de 180 grados al orden de las 5 etapas del duelo (Negación, Ira, Negociación, Depresión y Aceptación). El Dr. Amen recomienda: Aceptación de la pérdida. Encontrar la paz. Dejar de negociar por algo que no cambiará. Volver a conectarte con los demás para evitar la depresión. Y, negarse a aceptar el dolor prolongado.



The Holy Father Francis

Papa Francisco - Colección personal de Douglas e Yvette - Data del 2023 - Ciudad del Vaticano.

Reconoce si tienes el dragón del duelo o pérdida y mantente atento(a) a lo que te desencadena o provoca ponerte mal y hasta en ocasiones físicamente enfermo(a) por recordar esa muerte o pérdida. Tal vez sea la casa en donde vivía el ser querido, algún olor, el pasar por el antiguo trabajo...

Manten tu cerebro y cuerpo saludable con una dieta saludable, hidratación, suplementos, ejercicio, y dormir.

Escribe lo que pasó a diario por 15 minutos. Cuenta por qué es bueno, "ya está descansando con Dios". Cuenta lo malo, "lo extraño mucho".

Es bueno llorar y respirar. "Cuando embotellamos nuestros sentimientos y nos reusamos a llorar, nuestro cerebro emocional se inflama." Esto causa problemas de salud palpables.

Honra a tus difuntos en el Día de los Muertos y en su aniversario de partida. Yo honro aquí al Papa Francisco.

Agradece a diario tus otras realidades como estar vivo(a), alegrías, y logros anteriores.

Establece metas, busca ayuda profesional para mejorar.

Reflexionemos cada día en la realidad de que somos mortales y por lo mismo tratemos de disfrutar el ahora, y perdonarnos los unos a los otros. Al mismo tiempo, tenemos la oportunidad de vivir eternamente si seguimos y creemos en Dios: Jesús le dijo a Martha "Yo soy la Resurrección y la Vida. El que cree en mí, aunque muera, vivirá: y todo el que vive y cree en mí, no morirá jamás. ¿Crees esto?" J 11:25-26

Que estas palabras de nuestro Papa Francisco a los movimientos populares te inspiren a continuar su legado de ayudar al prójimo, y en especial al más necesitado/a y a promover la paz. **"Tierra, Techo, y Trabajo son derechos sagrados.** Que nadie les quite esa convicción a ustedes. **Que nadie les robe esa esperanza, que nadie les apague esos sueños... Organízate...** Más tarde o más temprano las cosas cambiarán para bien. No se dejen abatir por el dolor o por la resignación. Ustedes no se achican, ustedes van al frente. Trabajan cuerpo a cuerpo, persona a persona... **Los acompañen en su camino, sigan creyendo...** De los pobres dependemos todos, también los ricos... mientras no se resuelvan radicalmente los problemas de los pobres renunciando a la autonomía absoluta de los mercados y de la estructura financiera, y atacando las causas de la inequidad, no se resolverán los problemas del mundo, y en definitiva ningún problema. La inequidad es raíz de los males sociales. Jesús pone al centro a los pobres... el demonio entra por los bolsillos."

* Exoneración de responsabilidad. La información aquí mencionada es el resultado de mis investigaciones y de vivencias o interacciones propias, o con otros individuos, ambos siendo primera fuente, o doy crédito y cito la fuente. Basado en lo anterior, comparto esta guía a una vida mejor. Sin embargo, la información aquí proporcionada, no sustituye la evaluación y tratamiento por un especialista competente de tu caso específico.

PRÓXIMOS EVENTOS

GRUPO DE ORACIÓN DE LA RENOVACIÓN CARISMÁTICA CATÓLICA TODOS LOS SÁBADOS PUEDES UNIRTE EN PERSONA O EN LÍNEA A LAS 6:00 P.M.

Para información contacta a Doña ISABEL VALDEZ al (859) 707-3831

MUJER NUEVA - MARTES A LAS 7:00 P.M.

Para más información contacta a: Sra. Teresa de J. Lazarit al (859) 878-9310

GRUPO HISPANO DIOCESANO DE ORACIÓN EN ST. LEO, Versailles.

CALENDARIO 2025: ENERO 14, FEBRERO 11, MARZO 11, ABRIL 8, MAYO 13, JUNIO 10, JULIO 8, AGOSTO 12, SEPTIEMBRE 9, OCTUBRE 14, NOVIEMBRE 11, DICIEMBRE 9

Todos Los segundos martes de cada mes, comenzando a las 6:00 p.m. y terminando a las 8:30 p.m. (Cada Encuentro se caracteriza por avivamiento, reflexión, Santa Misa y Rosario).

Todas las Comunidades Hispánicas y los grupos parroquiales de la diócesis están invitados a participar y periódicamente a liderar este encuentro de oración diocesano. Que líderes de grupos parroquiales se pongan en contacto con Carlos Vizcaino (859 368 3379) o José Victorino (859 552 7021) para reservar su día de liderazgo.

RETIROS PRE-CANA (RETIRO DE PREPARACIÓN MATRIMONIAL, EL PLAN DE DIOS)

Contacta Director de Formación Mauricio Castellanos al (859) 797-3486

DISCÍPULOS MISIONEROS EN EL CENTRO SAN JUAN DIEGO (2024-25)

1389 Alexandria Drive, Lexington, KY 40504, de 10 a.m. a 1:30 p.m. Se hará los segundos sábados:

- No hay Discípulos Misioneros en diciembre y enero.

CONQUISTANDO LAS NACIONES PARA CRISTO -

Todos los martes en St Leo, Versailles a las 6:00 pm - Para mayor información contacta a Carlos Vizcaino (859 368 3379)

DISCÍPULOS MISIONEROS EN EL CENTRO SAN JUAN DIEGO (CALENDARIO 2023-24)

1389 Alexandria Drive, Lexington, KY 40504, de 10 a.m. a 1:30 p.m. Se hará los segundos sábados: 8 de febrero, 8 de marzo, 12 de abril y 10 de mayo.

HORARIOS DE LA SANTA MISA EN ESPAÑOL

TRANSMISIÓN EN VIVO - VER DESDE CASA

MARY QUEEN OF THE HOLY ROSARY, LEXINGTON

DOMINGOS - 9:20 A.M.

MARTES - 6:30 P.M.

VIERNES - 7:00 P.M.

Página Web – <https://mqhr.org/>

<https://worshiplive.tv/?S=maryqueen>

Facebook – <https://www.facebook.com/MQHRLex/live>

ST. PAUL, LEXINGTON

DOMINGOS - 12:45 P.M.

JUEVES - 7:00 P.M.

Página web – <https://saintpaul.cdlex.org/>

Facebook – <https://www.facebook.com/stpaullex/>

ST. LEO, VERSAILLES

DOMINGOS - 6:00 P.M.

Facebook – <https://www.facebook.com/stleocatholicky/>

ST. WILLIAM, LONDON

DOMINGOS - 6:00 P.M.

Página Web – <https://www.saintwilliamcatholicchurch.org>

Facebook – <https://www.facebook.com/watch/>

[live/?v=256293745529409¬if_id=1586890930591652¬if_t=live_video_explicit](https://www.facebook.com/watch/?v=256293745529409¬if_id=1586890930591652¬if_t=live_video_explicit)

[t=live_video_explicit](https://www.facebook.com/watch/?v=256293745529409¬if_id=1586890930591652¬if_t=live_video_explicit)

ST. MILDRED, SOMERSET

DOMINGOS - 1:00 P.M.

Facebook – <https://www.facebook.com/watch/saintmildredky/>

EN PERSONA – MISA EN LA IGLESIA

DECANATO FAYETTE

ST. PAUL, LEXINGTON – Domingos 12:45 P.M. y 7:00 P.M. Jueves 7:00 P.M.

MARY QUEEN, LEXINGTON – Domingos 9:20 A.M. y 1:00 P.M. Martes 6:30 P.M.

Viernes 7:00 P.M.

DECANATO BLUEGRASS WEST

ST. LEO, VERSAILLES – Domingos 6:00 P.M.

ST. ANDREW, HARRODSBURG – Domingos (9:00 A.M. Verano) 8:30 A.M. año escolar

GOOD SHEPHERD, FRANKFORT – Domingos 11:30 A.M.

SS. PETER & PAUL, DANVILLE – Domingos 2:00 P.M. y Jueves 7:30 P.M.

ST. LAWRENCE, LAWRENCEBURG - Domingos 6:00 P.M.

ST. LUKE, NICHOLASVILLE – Domingos 4:00 P.M.

ST. WILLIAM, LANCASTER – Primer y tercer Domingo 6:00 P.M.

SS. FRANCIS & JOHN, GEORGETOWN – Domingos 12:30 P.M.

DECANATO BLUEGRASS EAST

ANNUNCIATION, PARIS – Domingos 6:00 P.M.

ST. MARK, RICHMOND – Domingos 4:00 P.M.

ST. PATRICK, MT. STERLING – Domingos 12:00 P.M.

ST. JOSEPH, WINCHESTER – Domingos 2:00 P.M.

JESUS OUR SAVIOR, MOREHEAD – Domingos 12:00 P.M.

DECANATO MOUNTAIN WEST

ST. CLARE, BEREA – Domingos 11:00 A.M. y Miércoles 5:00 P.M.

ST. WILLIAM, LONDON – Domingos 6:00 P.M.

ST. PETER, MONTICELLO – Domingos 11:00 A.M.

ST. MILDRED, SOMERSET – Domingos 1:00 P.M.

DECANATO SANDY/LICKING

HOLY FAMILY, ASHLAND – Domingos 4:00 P.M.