

Growing in FAITH™

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

March 2019

St. Paul Catholic Church
Fr. Tetzl Umingli

One Minute Meditations

St. Matilda

From early on, St. Matilda was known for her beauty, holiness and intelligence. She was happily married to Henry the Fowler and had five children. Beloved by her subjects, she was known for donating generously to the poor. When Henry died, Matilda's sons, Otto and Henry the Quarrelsome, fought over the crown. After a failed rebellion, Henry died and Matilda left to live in a convent. Upon her death, she donated everything she owned, including her burial shroud.



Opportunities for holiness

It often seems that everyday life can't allow for a deep connection with God. When we are at work, or play, or at rest, we can do all things in a holy way. Each hour brings its chances for patience, kindness, unselfishness, and other virtues.

"Let us then with confidence draw near to the throne of grace, that we may receive mercy and find grace to help in time of need"

(Hebrews 4:16).



The new you

Lent is our chance to leave our old ways behind and adopt a new way of life. When Easter comes, what will the new you be like?

Be a more positive thinker. This is the keystone habit that will help you form the other important habits. Squash negative thinking and trust that God will work with you to accomplish goals you set that are in harmony with his will.

Focus on what's important. First, identify what is most important to you – family, friends, faith, and so on. Then eliminate everything else. Not only will you be free to focus on what is most important, this habit will spill over into other areas of your life, such

as tasks, projects, and communication.

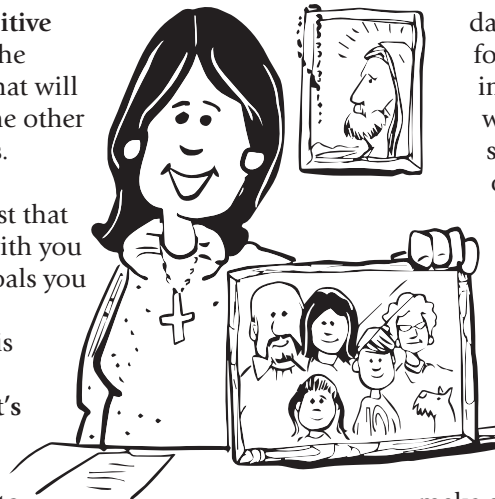
Find a powerful prayer routine. The best prayer routines are the ones we

follow every day. A firm, daily routine helps you focus on what's important, not just what comes up. Make sure to concentrate on Scripture and add time to listen, too.

Add kindness.

Kindness is genuinely caring for others, wanting the best for them, and taking action to demonstrate that caring. Each day,

make a decision to add an act of kindness to your day. Let someone go ahead of you in line, give a sincere compliment to a stranger, praise a coworker's effort, greet a passerby.



Why Do Catholics Do That?

Why do Catholics bow at the names of Jesus and Mary?

Bowing is a sign of honor given to royalty and to others of high status. Jesus is the Son of God and our king. Therefore, Mary, his mother, is the Mother of God and our queen. "A bow of the head is made when the three



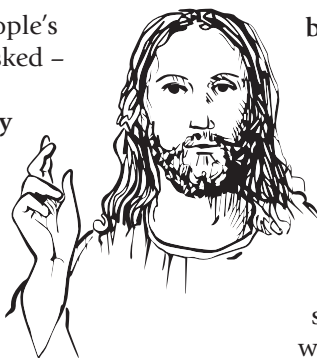
Divine Persons are named together and at the names of Jesus, of the Blessed Virgin Mary, and of the Saint in whose honor Mass is being celebrated" (*General Instruction of the Roman Missal*, #275a).

Jesus always gives more than we ask

During his time on Earth, Jesus exceeded people's expectations. He always gave more than was asked – but exactly what was needed.

A paralyzed man sought a cure for his body but Jesus cured his soul (Mark 2:1-12). A man's friends brought him to Jesus to heal his body, but Jesus forgave his sins. As God, Jesus has the power to heal. As man, he identifies with our deepest needs and gives us what is required to overcome them.

A widow needed strength to bury her son



but Jesus gave him life (Luke 7:11-17). God's love for us is bigger than we can imagine and moves him to shower us with miracles.

Invited to attend a wedding, he elevated the marriage to a Sacrament (John 2:1-12). At his Mother's request, Jesus blessed a new marriage by replenishing their empty wine stocks with better refreshment than they could have imagined. When we ask for her help, she makes sure her Son gives us what we need and more than we can imagine.

from Scripture

Luke 15:1-3, 11-32. Jesus promises we can always return home.

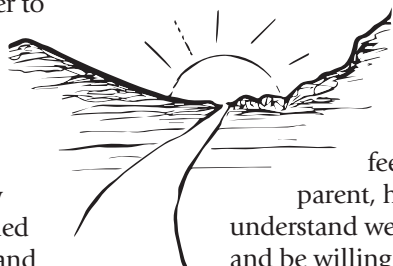
In this Gospel reading, Jesus told the story of the Prodigal (or reckless) Son. It goes like this. One day, the younger son demanded his father to give him his share of the estate. He left to squander it far from home.

When his money was gone, his situation grew desperate and he returned to his father, humbled and asking for mercy. The father was overjoyed to have his son back and threw a huge party. The older son, however, resented his brother's welcome and complained to his father that he didn't

get half the amount of celebrating for his work—and he was the "good one!"

Jesus promised that when we approach God with a truly repentant heart, we can always come home. It's not that God wants us to feel bad, but, like any

parent, he wants us to understand we did something wrong and be willing to change. Through this parable, Jesus shows us that God is a loving, generous Father whose deepest nature is merciful, forgiving love. We are reminded that we can always come home.



Q & A What is saintly advice for Confession?

It can be tempting to approach Confession like it's just another (unpleasant) obligation. In fact, Confession is more than "checking items off the list." It's an encounter with God's mercy. Try these timely tips from the saints to make the most of Confession:



St. John Bosco – Be regular and consistent: "Go to confession once a month, and not oftener than once a week, unless your confessor advises it." Also, "Once we have chosen a confessor, we must go to him steadily [or else] he cannot advise us."

St. Francis de Sales – Be intentional: "However small the sins you confess may be, always have sincere sorrow for them together with a firm resolution to correct them in the future." Also, "Don't be satisfied with confessing [only] your venial sins...accuse yourself of the motive that led you to commit them."

St. Faustina Kowalska – Don't limit God's mercy: "Each one can become a great saint, so great is the power of God's grace. It remains only for us not to oppose God's action."

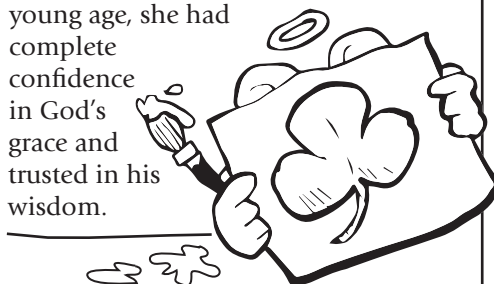
Feasts & Celebrations

March 6 – Ash Wednesday. The first day of Lent. Ashes from the burnt palms of the previous Passion Sunday are blessed and placed on the foreheads as a sign of penance. Ash Wednesday is a day of abstinence from meat and fasting—eating one simple meal and two smaller meals that together don't equal a full meal.

March 9 – St. Frances of Rome (1440). Although she preferred a life of service, Frances' wealthy parents required that she marry. With a sister-in-law, Vannoza, Frances formed a group of women dedicated to serving

the poor. Frances honored her husband, cared for her children until their deaths, and served the poor and sick. She even converted her house into a hospital.

March 25 – The Annunciation of the Lord (1st century). 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 2019

St. Paul Catholic Church
Fr. Tetzl Umingli

Meditaciones breves

Santa Matilde

Desde su juventud se conoció a santa Matilde por su belleza, su santidad y su inteligencia. Estaba felizmente casada con Enrique el Pajarero y tuvo cinco hijos. Amada por sus súbditos, era conocida por sus generosos donativos a los pobres. Cuando murió Enrique, los hijos de Matilde, Otón y Enrique el Pendenciero, se enfrentaron por la corona. Enrique murió tras el fracaso de una rebelión y Matilde se retiró a vivir en un convento. Cuando estaba a punto de morir, donó todas sus posesiones, incluso el lienzo de su sudario.



Ocasiones para ser santos

A menudo parece que la vida cotidiana no nos permite tener una conexión profunda con Dios. Cuando estamos en el trabajo o jugando o descansando, podemos hacer todo con santidad. Cada hora nos trae ocasiones de paciencia, bondad, generosidad y otras virtudes.

"Por lo tanto, acerquémonos con plena confianza a la sede de la gracia, a fin de obtener misericordia y hallar la gracia del auxilio oportuno"

(Hebreos 4:16).



Un nuevo yo

La Cuaresma nos ofrece la ocasión de abandonar nuestros viejos hábitos y de adquirir una nueva forma de vivir. Cuando llegue la Pascua, ¿cómo será su nuevo yo?

Piense más positivamente.

Es un hábito fundamental que le ayudará a dar forma a otros hábitos importantes. Rechace el pensamiento negativo y confíe en que Dios estará a su lado para conseguir las metas que se propuso en armonía con su voluntad.

Concéntrese en lo importante. En primer lugar identifique lo que es importante para usted: la familia, los amigos, la fe, y así sucesivamente. Luego elimine todo lo demás. No sólo se verá libre para concentrarse en lo que es más importante, este hábito alcanzará

otros aspectos de su vida como las tareas, los proyectos y la comunicación.

Cree hábitos de oración poderosos.

Los mejores hábitos de oración son los que seguimos a diario. Un hábito de oración firme y diario nos ayuda a concentrarnos en lo que es importante, no sólo en lo que sucede por casualidad. Céntrese en las Escrituras e incluya tiempo también para escuchar.

Añada bondad.

La bondad es sentir cariño por los demás, desear lo mejor para ellos y demostrarles el cariño con los actos. Ceda el paso a alguien, ofrezca una felicitación sincera a un desconocido, alabe el esfuerzo de un colega, salude a un transeúnte.



¿Por qué hacen eso los católicos?

¿Por qué se inclinan los católicos al escuchar los nombres de Jesús y María?

La reverencia es una muestra de honor que se da a la realeza y a otras personas importantes. Jesús es el Hijo de Dios y nuestro rey. Por lo tanto, su madre María es la Madre de Dios y nuestra reina. "La inclinación de la cabeza se hace cuando se



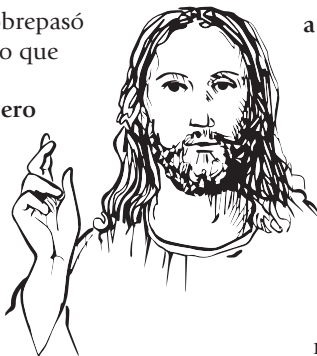
nombran al mismo tiempo las tres Divinas Personas y al nombre de Jesús, de la bienaventurada Virgen María y el del Santo en cuyo honor se celebra la misa" (Instrucción general del Misal Romano, #275^a).

Jesús siempre da más de lo que pedimos

Durante el tiempo que pasó en la Tierra, Jesús sobrepasó las expectativas de la gente. Siempre daba más de lo que pedían, pero exactamente lo que necesitaban.

Un paralítico buscaba la cura para su cuerpo pero Jesús le curó el alma (Marcos 2:1-12). Los amigos de un hombre lo llevaron hasta Jesús para que curara su cuerpo, pero Jesús perdonó sus pecados. Como es Dios, Jesús tiene el poder de sanar. Como hombre, se identifica con nuestras necesidades más profundas y nos da lo que necesitamos para superarlas.

Una viuda necesitaba fuerza para enterrar



a su hijo, pero Jesús le dio vida (Lucas 7:11-17). El amor de Dios por nosotros es más grande de lo que podemos imaginar y lo mueve a colmarnos de milagros.

Cuando fue invitado a asistir a una boda, elevó el matrimonio a sacramento (Juan 2:1-12). A petición de su madre, Jesús bendijo un nuevo matrimonio llenando de nuevo sus tinajas vacías de un vino mejor de lo que podrían haber imaginado. Cuando pedimos ayuda a su madre, ella se cerciora de que su Hijo nos dé lo que necesitamos y más de lo que podemos imaginar.

de las **E**scrituras

Lucas 15:1-3, 11-32. Jesús promete que siempre podemos regresar a casa.

En esta lectura del evangelio, Jesús cuenta la historia del hijo pródigo. Cuenta lo siguiente. Un día el hijo más joven exigió a su padre que le diera su parte de la herencia. Luego se fue de casa y lo malgastó todo.

Cuando se le terminó el dinero, su situación se hizo desesperada y regresó a casa de su padre, con humildad y pidiendo misericordia. El padre se llenó de alegría por tener a su hijo de nuevo y dio una gran fiesta. Pero el hijo mayor se resintió por la bienvenida que se le daba a su hermano y se quejó a su padre porque no recibía ni la mitad de celebración por su

trabajo, ¡y él era "el bueno"!

Jesús prometió que cuando nos acercamos a Dios con un corazón sinceramente arrepentido, podemos siempre regresar a casa. No es que Dios quiera que nos sintamos mal, es que, como cualquier padre, quiere que entendamos que hemos cometido un error y que estamos dispuestos a cambiar. Mediante esta parábola, Jesús nos muestra que Dios es un padre amante y generoso cuya característica más profunda es el amor misericordioso y magnánimo. Nos recuerda que siempre podemos regresar a casa.



Fiestas y celebraciones

6 de marzo – Miércoles de Ceniza. El primer día de Cuaresma. Se queman las palmas del Domingo de Ramos precedente y las cenizas se bendicen y se colocan en la frente como señal de arrepentimiento. El Miércoles de Ceniza es un día de ayuno y abstinencia de carne: comer una sencilla comida y dos comidas pequeñas que juntas no equivalgan a una comida entera.

9 de marzo – Santa Francisca Romana (1440). Aunque prefería una vida de servicio a los demás, sus ricos padres le exigieron que se casara. Con su cuñada Vannoza, Francisca formó un grupo de mujeres dedicadas a servir a los pobres.

Francisca honró a su esposo, se ocupó de sus hijos hasta sus muertes y cuidó a los pobres y a los enfermos. Así mismo convirtió su casa en hospital.

25 de marzo – La Anunciación del Señor (siglo I). El ángel Gabriel visitó a la Bienaventurada Virgen María dándole la noticia extraordinaria de su nueva misión como madre de Dios. A pesar de su juventud, tuvo fe absoluta en la gracia de Dios y confió en su sabiduría.



P & R Consejos santos para la confesión

Puede que pensemos que la confesión es como cualquier otra obligación (desagradable). Pero la confesión es más que "tachar cosas de una lista". Es un encuentro con la misericordia de Dios.



Ponga a prueba estos consejos de los santos para aprovechar al máximo la confesión:

San Juan Bosco – Ser regulares y consecuentes:

"Vaya a confesar una vez al mes, y no con más frecuencia que una vez a la semana, a menos que su confesor se lo aconseje". Además, "Una vez que hayamos elegido confesor, debemos acudir a él sin interrupción para que pueda aconsejarnos".

San Francisco de Sales – Hacerlo con propósito: "No importa lo pequeños que sean sus pecados, sienta siempre arrepentimiento por ellos y un propósito firme de corregirlos en el futuro". Además, "No sienta satisfacción con confesar [sólo] sus pecados veniales... acúcese del motivo que lo llevó a cometerlos".

Santa Faustina Kowalska – No poner límites a la misericordia de Dios: "Todos nosotros podemos convertirnos en grandes santos, tan enorme es el poder de la gracia de Dios. Sólo es necesario que no nos opongamos a la acción de Dios".

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.)