

# Boletín Católico para Padres

Volumen 1, Num. 4  
Julio/Agosto 2017

## Pedacitos de aquí y de ahí

Señor, tu bondad nos rodea. Ayúdanos a reconocerlo y celebrarlo en todo lo que hacemos, en todos aquellos a quienes encontramos, en todos los lugares a los que vamos y especialmente en nuestros corazones y hogares.

“Si quieres que tus hijos mejoren, déjalos oír las cosas buenas que dices a los demás sobre ellos.”

*Haim Ginott*

Animar significa:  
FORTALECER  
VIGORIZAR  
INSPIRAR  
ANIMAR  
NUTRIR  
EMPUJAR  
TRANQUILIZAR

“Mantener una familia alegre requiere mucho tanto de los padres como de los hijos. Cada miembro de la familia tiene que ser, en cierta manera, el servidor de los otros.”

*Papa Juan Pablo II*



## Manteniendo la Fe de la Familia este Verano

### Ve a Dios en todas las cosas.

Nosotros los católicos tenemos una rica historia para ver lo cotidiano y percibir lo extraordinario. Los sacramentos nos permiten ver las cosas comunes como el agua, el pan, el vino y el aceite como puertas a lo sagrado que Dios nos revela. Este verano, podemos usar nuestra “imaginación sacramental” para ver a Dios en nuevos lugares mientras estamos de viaje, arreglamos el jardín, pasamos tiempo afuera; incluso, mientras miramos los juegos de las Ligas menores. En la expresión atribuida a San Ignacio de Loyola: “Ver a Dios en todas las cosas” se explica nuestra meta como creyentes. El verano es un tiempo en el que podemos relajarnos, reflexionar y quizá tener la paz y la calma interna para ver a Dios en las ocurrencias diarias de la vida. **Recargen las Baterías de la familia.** Los Evangelios nos dicen que incluso Jesús necesitó tiempo para recargarse; Jesús se retiraba de las multitudes y pasaba tiempo con Dios.



**Ajuste el horario de verano de su Familia.** ¿Cómo continuamos nuestra jornada de fe durante el verano sin horarios regulares y clases de religión? Por supuesto, la revelación de Dios nunca termina. El Catecismo afirma que la revelación de Dios puede encontrarse en “el gran libro de la creación, y de la historia; la página en la cual está escrito el ‘hoy’ de Dios”.

**Encuentren a Dios en Familia.** Dios siempre está con nosotros, pero nosotros somos los que estamos demasiado ocupados para notar Su presencia. ¿Alguna vez has perdido tus gafas de sol y las encontraste en tu cabeza? Es lo mismo para encontrar a Dios. Él siempre está con nosotros, pero podemos estar demasiado ocupados, preocupados y no lo notamos. Tomen tiempo este verano para notar la presencia de Dios y continuar teniendo recuerdos familiares y momentos espirituales.

Adaptado de “Take Out,” *Family Faith on the Go*” y traducido

**Lectura Recomendada: *Pope Francis Family Devotional (Devocional Familiar del Papa Francisco: 365 Reflexiones para compartir con sus hijos.***

*Hagamos un espacio en nuestro corazón y en nuestro día para el Señor. De la misma manera que María y José lo hicieron...* Papa Francisco

Ahora, con el *Devocional Familiar del Papa Francisco*, pueden tomar unos pocos minutos cada día para crecer juntos como familia en la fe. Serán inspirados por una cita del Santo Padre, y una simple reflexión. Usenlo a la hora de la cena para guiar la oración y la conversación ... en el desayuno, como el comienzo perfecto, o a la hora de acostarse o antes de las actividades de cada día. Si han estado buscando una manera sencilla pero estructurada para incorporar momentos de reflexión y oración en la vida familiar, el devocional del Papa Francisco es un regalo de Dios.

## Padres—*Transmitiendo la Fe y la Espiritualidad a la Siguiete Generación*



Los Padres quieren criar hijos para que sean responsables y “buenos”. Quieren que tengan rasgos de carácter como la honestidad, la tenacidad, la flexibilidad, el optimismo y la compasión — cualidades que les servirán en el mundo cambiante que estamos viviendo. Poner una base espiritual en la vida de los hijos puede ser una de las tareas más importantes de los padres para ayudar a sus hijos a ser personas de “carácter”.

- ❑ **El amor es un ingrediente básico al enseñar a sus hijos las cualidades más importantes de la vida.** Amenlos y déjenles saber que los aman pasando tiempo con ellos, mostrándoles afecto, y poniendo atención a lo que es importante para ellos.
- ❑ **Sean un modelo para ellos.** A través de su vida y comportamiento enséñeles lo que significa vivir las creencias más profundas de uno. Por ejemplo, la oración es una parte importante de su fe y espiritualidad, permítanles que los vean orando.
- ❑ **Enséñenles.** Explíquenles por qué ustedes creen en lo que hacen, por qué cumplen los rituales y las tradiciones de su Fe Católica. Esto es “predicar lo que practican” Ayúdarles a comprender las razones y motivos que hay detrás de los conductas y creencias, ayuda a los hijos a desarrollar una base para sus propias creencias.
- ❑ **Practiquen con sus hijos los rituales y las tradiciones de su Fe Católica.** Organicen momentos para participar y aprender. Tengan con sus hijos momentos de oración y de silencio como familia y de manera individual.
- ❑ **Aprovechen los momentos de enseñanza.** Encuentren lo milagroso en la vida cotidiana.
- ❑ **Favorezcan oportunidades para platicar que permitan compartir sus valores y convicciones más profundas.** Estos pueden ser momentos para intercambiar sentimientos, dudas y preguntas sobre la vida entre los niños y adultos.
- ❑ **Ayuden a sus hijos a cultivar una visión del mundo.** Al igual que los adultos, los niños y los jóvenes necesitan algo más grande que ellos mismos para invertir. Esto puede hacerse a través de su parroquia, de una comunidad de fe, ayudando a sus amigos y vecinos o siendo voluntario en organizaciones locales. Siendo parte de algo más grande que ellos mismos les ayuda a los niños y a los jóvenes a saber cuidar de otras personas que no sean de la familia.



### Lleven a sus Hijos a Pasear.

Cientos de estudios han mostrado la correlación que hay entre la naturaleza y nuestro bienestar. Así que no es ninguna sorpresa que el buscar una conexión con ésta puede ayudarnos a recargar nuestra relación con Dios.

#### Cuatro Cosas para hacer con los niños al aire libre:

- ◆ **Den una vuelta caminando.**
- ◆ **Jueguen con la tierra.**
- ◆ **Miren las nubes moverse a través del cielo.**
- ◆ **Digan sus oraciones vespertinas con los niños bajo las estrellas.**

## Amar y Cuidar a Nuestros hijos: una Parte Esencial de la Paternidad

Todos los niños necesitan amor. Ellos necesitan recibir cuidados, cariño, atención, alusiones positivas, requieren ser sostenidos. Necesitan sentirse que son importantes para otros, amados, conectados y unidos. Los niños deben saber que sus padres están locos por ellos, que morirían por ellos. La crianza nos llena y nos permite dar a los demás. También proporciona la base para el amor propio. Los niños que crecen con muy buena disciplina pero no tienen suficiente amor parecen funcionar bien, pero experimentan un vacío, una falta de alegría y, a menudo, esas personas tienen problemas para acercarse y amar de una manera íntima. El amor conduce al apego, y éste es el fundamento básico de la personalidad.

Cuando los niños están apegados a sus padres, aprenden a confiar y pueden establecer relaciones saludables a lo largo de la vida. También desarrollan la esperanza y una visión optimista del mundo y de las personas que lo habitan.

Entonces, ¿En que consiste una buena crianza de los hijos? Se compone de muchas cosas, que incluyen: *el contacto visual amoroso, la conversación íntima con una voz cálida y amorosa, sonrisas; el compartir sentimientos, el tacto, la celebración, el confort, el apoyo, el estímulo y la aceptación incondicional.*

Los padres que crían un hijo, deben protegerlo y darle los regalos del tiempo y la atención. Sin amor, los hijos fallan y no salen adelante. Con una crianza adecuada, los niños prosperan y desarrollan la esperanza, la alegría y la confianza en sí mismos. Para sentir nuestro amor incondicional, los niños necesitan escuchar afirmaciones positivas como las siguientes:

“Te amo y te quiero de buena gana.”

“Te amo porque eres tú”

“Yo iría hasta el fin del mundo por ti.”

“Nada puede hacerme dejar de amarte.”

“Te amo más de lo que las palabras pueden expresar.”

“Mi amor va contigo a donde quiera que vayas.”

El amor incondicional por nuestros hijos se refleja en nuestras acciones y en nuestro tiempo— mirar y observar, jugar, cuidar de ellos, platicar y compartir amor. Si los padres dicen, “ Me encanta estar contigo” pero salen mucho o están preocupados cuando están con sus hijos, entonces los niños aprenden a ignorar el mensaje verbal de los padres.

¡Alentamos a los padres a compartir los intereses de sus hijos, asistir a las actividades especiales que tengan, e incluso tolerar sus juegos!

Adaptado de los Servicios de Información de la Familia.

## Elogie a sus hijos a menudo.

Elogiar a sus hijos es una parte importante de ser un buen padre. Ustedes quieren que sus hijos se sientan orgullosos de sus logros y sean buenos consigo mismos. Si no les dan la confianza que necesitan para estar en el mundo por su propia cuenta, entonces no se tendrán la fuerza para ser independientes o aventureros. Cuando hagan algo bueno, dígalos lo que usted ha notado y cuán orgulloso se sienten de ellos. Hagan un hábito elogiando a sus niños por lo menos tres veces más de lo que ustedes los regañan. Aunque es importante decirle a sus hijos cuando están haciendo algo malo, también es importante ayudarlos a construir un sentido positivo de sí mismos. Dígalos a menudo cuánto Dios los ama.

Arquidiócesis de Kansas City en Kansas.  
Oficina de Vida Familiar y Matrimonial.

Boletín Católico para Padres.  
12615 Parallel Parkway  
Kansas City, Kansas 66109

Phone: 913-721-1570 ext. 149

Fax: 913-721-1577

Email: famlife@archkck.org

## Boletín Católico para Padres

VERSION ORIGINAL EN INGLES  
TRADUCIDO POR JUDITH BRETON

Ponga aquí el logo de su  
parroquia y / o la infor-  
mación de la persona de  
contacto

### Somos Familia

Señor, Dios, te agradecemos por el don de la familia. Reconocemos que nuestra imagen y nombre como familia proviene de ti. Creemos que dentro de nuestra familia hay una santidad casera. Afirmamos que es en esta casa de fe donde experimentamos tu presencia, tu perdón y tu amor. Somos familia. Te damos gracias por tantas alegrías y bendiciones que hemos recibido como familia.

Como familia, algunas veces sentimos dolor. Y por eso, te ofrecemos nuestras decepciones, frustraciones, y penas. Ayúdanos a olvidar a esos miembros de nuestra familia, incluyendonos a nosotros mismos, que han causado dolor.

Oramos por la fuerza para ser una luz dentro de nuestra familia. Que abramos nuestro corazón, nuestros ojos y nuestros oídos y llevemos nuestra luz a los necesitados. Dios, Creador de la tierra y de todo su gente ayúdanos a ser conscientes de que, como miembros de una familia global, somos iguales a tus ojos. Ayúdanos a Continuar apreciando la diversidad de las personas que viven en nuestro hogar y en nuestro mundo. Como miembros iguales en dignidad humana, podemos construir un mundo mejor y proclamar nuestra voluntad de ser el pueblo santo que nos ha llamado a ser. Amén.

*NACFLM National Association*

