



iSi  
tuvierais  
fe!

# GUARDAR Y PERDER O ENTREGAR Y ENCONTRAR



En los evangelios aparecen muchas palabras de Jesús que resultan sorprendentes y paradójicas. Por eso hacen pensar. Una de ellas dice: “quien quiera salvar su vida, la perderá, pero quien pierda su vida por mi, la encontrará” (Mt 16,25). Aquí hay una extraña correspondencia entre salvar y perder, por una parte, y entre perder y encontrar, por otra. O, dicho de otra manera: el que guarda, pierde; y el que entrega, gana. Espontáneamente uno diría que eso va en contra de toda lógica y de toda experiencia. Porque el que guarda parece que acumula y así cada vez se enriquece más. Y el que entrega, parece que cada vez tiene menos y, por tanto, pierde y se empobrece. En todo caso, si alguien gana es el que recibe el don.

Sin duda, la lógica de Jesús contrasta con la lógica del mundo. Pero no es una lógica absurda, pues encierra una extraña sabiduría que solo comprenden los que la experimentan. Para empezar, eso de que el que entrega pierde solo vale para los bienes materiales, en definitiva, para los bienes que no llenan el corazón. El que da dinero, se queda sin él. Pero el que regala alegría o el que regala amor, no solo no pierde alegría o amor, sino que gana alegría y amor al ver la alegría de los demás y el amor que los otros le devuelven. Y el que ofrece saber, no solo no deja de saber, sino que gana más saber al ver la reacción de sus oyentes y al responder a las preguntas de sus oyentes. [Leer más](#)

# LOS TRES ARCÁNGELES: MIGUEL GABRIEL Y RAFAEL



Los tres arcángeles Miguel, Gabriel y Rafael se cuentan entre las figuras angélicas más importantes del cristianismo y son celebrados por su papel único en el plan divino. Mencionados en la Biblia y venerados por la Iglesia católica, estos arcángeles son mensajeros y agentes de Dios que llevan a cabo misiones específicas de protección, anuncio de planes divinos y curación. Su fiesta se celebra conjuntamente el 29 de septiembre, durante la Fiesta de los Arcángeles. Este texto explora en profundidad el papel de cada uno de estos arcángeles, su significado espiritual y su importancia en la fe cristiana.

1.- Los arcángeles, los mensajeros y los agentes de Dios  
San Miguel Arcángel: el defensor celestial

San Miguel Arcángel es el más conocido de los tres arcángeles. Su nombre significa "Quien es como Dios", una afirmación que subraya su papel como defensor de la causa divina contra las fuerzas del mal. A menudo se le representa en el arte religioso como un guerrero con espada y escudo, de pie sobre un dragón o demonio, simbolizando la victoria del bien sobre el mal.

[Leer mas](#)

# CATEQUESIS PAPA LEON XIV. JESUCRISTO, NUESTRA ESPERANZA. III. LA PASCUA DE JESÚS. 6. LA MUERTE. «UN SEPULCRO NUEVO, EN EL QUE NADIE HABÍA SIDO DEPOSITADO AÚN» (JN 19,40-41)



En nuestro camino de las catequesis sobre Jesús esperanza nuestra, hoy contemplamos el misterio del Sábado Santo. El Hijo de Dios yace en la tumba. Pero esta su “ausencia” no es un vacío: es espera, plenitud contenida, promesa custodiada en la oscuridad. Es el día del gran silencio, en el que el cielo parece mudo y la tierra inmóvil, pero es justamente allí que se cumple el misterio más profundo de la fe cristiana. Es un silencio grávido de sentido, como el vientre de una madre que custodia al hijo todavía no nacido, pero ya vivo.

El cuerpo de Jesús, bajado de la cruz, fue envuelto con cuidado, como se hace con aquello que es valioso. El evangelista Juan nos dice que fue sepultado en un jardín, dentro «una tumba nueva, en la que todavía nadie había sido sepultado» (Jn 19,41). Nada es dejado a la casualidad. Aquel jardín recuerda al Edén perdido, el lugar en el que Dios y el hombre estaban unidos. Y aquella tumba nunca antes usada habla de algo que todavía debe suceder: es un umbral, no un final. En el inicio de la creación Dios había plantado un jardín, ahora también la nueva creación toma forma en un jardín: con una tumba cerrada que pronto se abrirá

[Leer más](#)

# EL SANTO DE LA SEMANA: SAN JERÓNIMO

nació alrededor del año 342, en Stridon, una población pequeña situada en los confines de la región dalmata de Panonia y el territorio de Italia, cerca de la ciudad de Aquilea.



Su padre tuvo buen cuidado de que se instruyese en todos los aspectos de la religión y en los elementos de las letras y las ciencias, primero en el propio hogar y, más tarde, en las escuelas de Roma. En la gran ciudad, Jerónimo tuvo como tutor a Donato, el famoso gramático pagano. En poco tiempo, llegó a dominar perfectamente el latín y el griego (su lengua natal era el ilirio), leyó a los mejores autores en ambos idiomas con gran aplicación e hizo grandes progresos en la oratoria; pero como había quedado falto de la guía paterna y bajo la tutela de un maestro pagano, olvidó algunas de las enseñanzas y de las devociones que se le habían inculcado desde pequeño.

[Leer mas](#)

## INTENCIONES DE ORACIÓN



El Papa confía cada mes a su Red Mundial de Oración, intenciones de oración que expresan sus grandes preocupaciones por la humanidad y por la misión de la Iglesia.

Estas intenciones de oración son fruto de un largo proceso de discernimiento en la Iglesia, en diversos países del mundo, y con propuestas provenientes de varios dicasterios, congregaciones y servicios de la Santa

**OCTUBRE:** Por la colaboración entre las distintas tradiciones religiosas.

Oremos para que creyentes de distintas tradiciones religiosas trabajemos juntos para defender y promover la paz, la justicia y la fraternidad humana.

Conferencia Episcopal Española: Por la Iglesia en España, para que siga viviendo la inquietud misionera y alentando a quienes entregan su vida a la difusión del Evangelio.

# UNA FISIOTERAPEUTA REVELA LA MEJOR POSTURA PARA DORMIR SI QUIERES EVITAR DOLORES DE ESPALDA



Dormir bien no depende solo de cuántas horas pasamos en la cama, sino también de la postura que adoptamos. Así lo recuerda la fisioterapeuta Nuria Márquez, responsable de la Clínica Fisiolé en Móstoles (Madrid), que en un vídeo compartido en la cuenta de TikTok @fisirole.es ha explicado cuál es la posición más recomendable para proteger la espalda y mejorar la calidad del descanso.

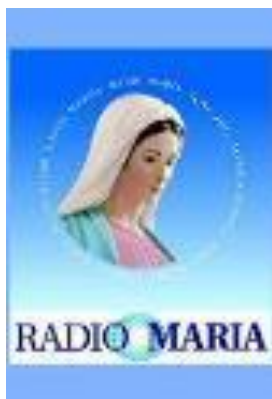
"Solo necesitas dos almohadas, una horizontal y otra en vertical. Nos colocamos sobre el lado izquierdo dejando el hombro libre y con la almohada en vertical dejamos nuestro brazo de arriba y nuestra cadera de arriba caer nuestro peso sobre ella. De esta manera mantendrás la alineación de la columna desde la zona cervical hasta la lumbar", señala Márquez.

La especialista insiste en un detalle clave: "Nunca metas el brazo por debajo de la almohada porque si no tu hombro y tus cervicales sufrirán mucho". Según explica, este simple cambio puede marcar la diferencia y lograr que muchas personas se despierten con menos molestias en la zona cervical o lumbar.

[Leer más](#)



# ÉRAMOS TAN JÓVENES



Continuamos con nuestro programa quincenal, el próximo el día 25 de Octubre, las 18 horas. Esperamos vuestros mensajes de audio al Whatsapp del programa: 634423664.

Y si quieres volver a escuchar alguno de los programas anteriores puedes volver a hacerlo en los podcasts.

[Ir al Podcast](#)

## UN POSGRADO DE LA UNIVERSITAT DE VIC ABORDARÁ LA SOLEDAD EN LAS PERSONAS MAYORES

La Fundación "la Caixa" ha impulsado un posgrado en Atención a Personas en Situación de Soledad en la Universitat de Vic (UVic-UCC) que aborda la soledad en las personas mayores, informa en un comunicado de este lunes.

Es una formación online y se trata del "primer" programa de estas características en lengua española que aborda la soledad desde una perspectiva global y multidisciplinar.

La doctora en Salud Pública y coordinadora académica del posgrado, Laura Coll, afirma que la soledad "no es tanto un problema de salud como un problema de justicia social porque está desigualmente distribuida".

"Se debe poner más énfasis en las causas estructurales, como la pobreza o los entornos físicos de las ciudades, en los que cada vez hay menos espacios públicos de encuentro", ha añadido.

Por su parte, la coordinadora académica del posgrado, Elena Fernández, cree que sigue estando presente el estigma social de la soledad: "A veces no queremos reconocer nuestra situación por no hacer sufrir a los demás". La soledad no deseada en mayores se agudiza en verano: su escasa red social se va de vacaciones

[Leer mas](#)



# Evangelio del domingo

Pincha en este enlace para descargar el comentario del Padre Facundo López al Evangelio del Domingo XXVII de Tiempo Ordinario

[Descargar](#)

Y puedes leer otros comentarios [Ver más](#)

Visita nuestra WEB pinchando en el siguiente enlace

<https://www.vidaascendente.es>



Seguimos esperando vuestros comentarios, noticias o sugerencias en: [boletin@vidaascendente.es](mailto:boletin@vidaascendente.es)

