



# CREDO

CREEMOS EN LA IGLESIA: UNA, SANTA CATÓLICA Y APOSTÓLICA

**¿QUÉ SIGNIFICAN  
HERMENÉUTICA Y EXÉGESIS?**  
Página 3

**COMPROMETIDOS  
CON LA PALABRA**

Página 5

**CAMINANDO  
HACIA LA  
ESPERANZA**  
Página 7

**ESPIRITUALIDAD  
EN EL CUIDO DE  
PERSONAS DE  
EDAD AVANZADA**  
Página 8

**RECONCILIACIÓN  
DE UN PENITENTE**  
Página 4

**SALUD Y CUIDADO  
LA SALUD MENTAL**  
Página 16

# CONTENIDO

- 3 ¿Qué significan Hermenéutica y Exégesis
- 4 Reconciliación de un Penitente
- 5 Comprometidos con la Palabra
- 6 Mensaje de Cuaresma de la Obispa Primada
- 7 Caminando Hacia La Esperanza
- 8 Espiritualidad en el Cuido de Personas de Edad Avanzada
- 9 La Importancia del Cuidado de Hospicio
- 10 Vida de Iglesia
- 12 Salud y Cuidado
- 13 Nuestras Instituciones Informan
- 14 Laicos en Acción
- 16 Cápsulas de Nuestra Historia
- 17 La Misión Santo Tomás Apóstol
- 18 Usos y Beneficios del Vinagre / Obituarios
- 19 Pasatiempos

#### **Director:**

Ilmo. y Rvdmo. David Andrés Álvarez

#### **Junta Editora:**

Rvdo. P. Alirio Araque	Rvdo. P. Dimas Muñoz
Sr. Jalil Benítez	Rvdo. P. Mario Rodríguez
Rvdo P Iván Buxeda	Rvda. Presb. Carmen Quiñones
Sra. Abigail Collado	Sra. Yadira I. Torres Rivas
Rvdo. P. Rafael Morales	

#### **Desarrollo y Diseño Gráfico:**

Sr. Víctor A. del Hoyo

#### **Departamento de Circulación y Suscripciones:**

Sr. Gabriel Vélez

Impreso en el Taller Episcopográfico de la Iglesia Episcopal Puertorriqueña

#### **Para envío de Noticias y Colaboraciones:**

Iglesia Episcopal Puertorriqueña Apartado 902  
Saint Just, P.R. 00978-0902

**Teléfono:** 787-761-9800

**Fax:** 787-761-0320

#### **Correo Electrónico:**

iep@episcopalpr.org

#### **Visite nuestra Página de Internet :**

**www.episcopalpr.org**

**Facebook:** <http://www.facebook.com/episcopalpr>

**Twitter:** <http://www.twitter.com/episcopalpr>

**Blog de CREDO:** [revistacredo.blogspot.com](http://revistacredo.blogspot.com)

La Diócesis de Puerto Rico es la auspiciadora de CREDO. Toda política y decisión administrativa está bajo la dirección de la Junta Editora

# EDITORIAL



El pasado 25 de febrero celebramos la Asamblea Extraordinaria en nuestra Diócesis. Compartimos las palabras de nuestra Obispa Primada Katherine Jefferts Schori. Cito: “¿Por qué estamos aquí? Para servir a la misión de Dios. Somos enviados para sanar, reconciliar y reparar al mundo. Para construir una comunidad sana y la meta de ese viaje es el sueño de Dios”.

En este periodo litúrgico que celebra la Iglesia, estas palabras tienen un sentido especial. La reconciliación, la reflexión, la oración, el ayuno es tema en la mayoría de las Iglesias en estos días. Reflexionar sobre la verdadera misión de la Iglesia que es **EVANGELIZAR**, utilizar la oración y la reconciliación no solo con nuestro prójimo, con nosotros mismos y con Dios es un medio para llevar la misión de la Iglesia a su máxima expresión. Es sembrar la semilla para que el sueño de Dios se haga realidad aquí y ahora.

La realidad es que nuestra misión, como parte de este cuerpo místico de Dios, es servir para que esa misión se lleve a cabo. De manera que utilicemos este tiempo para hacerlo realidad, que podamos llegar juntos a esa meta maravillosa. Les ofrecemos estas páginas de CREDO para reflexionar y meditar, para que podamos ver el reflejo de nuestras acciones en beneficio del REINO.



Parte de los Miembros de la Junta Editora de CREDO. De izquierda a derecha, Rvdo. P. Iván Buxeda, Rvdo. P. Rafael Morales, Sra. Yadira I. Torres, Sr. Jalil Benítez y Rvdo. P. Mario Rodríguez

# ¿QUÉ SIGNIFICAN HERMENÉUTICA Y EXÉGESIS?

Por: Mons. David Andrés Álvarez, Obispo Diocesano

**R**ecientemente hemos utilizado mucho los términos hermenéutica y exégesis, los cuales debemos definir y entender en su significado y aplicación.

La palabra hermenéutica proviene del griego y literalmente significa 'interpretar'. Es el método mediante el cual se puede llegar a la interpretación de la Biblia y al significado de los términos utilizados por medio de análisis del texto, lingüístico, cultural, histórico, psicológico y científico.

Exégesis proviene del griego y literalmente significa 'yo explico'. En términos de la teología bíblica, es la explicación de los textos en la misma. El proceso de la exégesis está dirigido por la hermenéutica.

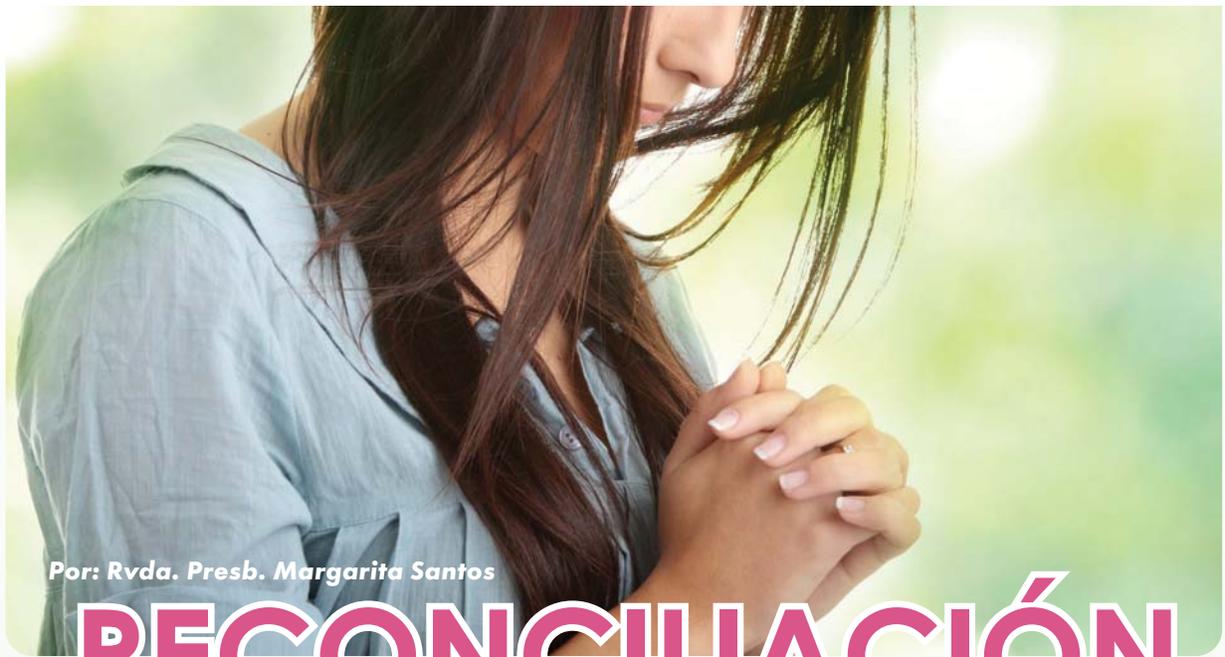
Debido a la oscuridad histórica o doctrinal de muchos textos, especialmente en el Antiguo Testamento y durante los tiempos de las luchas teológicas para las definiciones sobre cristología, eclesiología, neumología y escatología, fue que se comenzó el proceso de interpretación.

Una forma utilizada en los comienzos fue el método de interpretación alegórico en que pasajes del Antiguo Testamento eran interpretados a la luz del Nuevo Testamento. Este método se mantuvo en uso durante el tiempo patrístico, medieval y en la Reforma. Este método requería la aceptación del principio de la inspiración de la Biblia en tal forma que los asuntos históricos, doctrinales, éticos, cosmológicos y de las ciencias naturales debían conformarse a dicha forma de interpretación. Por ello fue la condenación de Galileo al proponer un entendimiento heliocéntrico de nuestro sistema solar.

Otra forma de interpretación bíblica activa hasta el presente es la interpretación literal. Sin embargo, las dificultades inherentes en mantener tal posición por las contradicciones internas entre los textos en la Biblia, desde el Siglo 18 trajeron el método de interpretación de análisis crítico e histórico. Este método es aún resistido por los fundamentalistas tanto en el campo Protestante como Católico Romano.

El método de análisis crítico e histórico se fundamenta en el hecho de que los escritos antiguos deben ser primeramente interpretados en la perspectiva histórica y relacionados en todo lo posible a las circunstancias de su composición, su significado y propósito en aquel tiempo. Esto también lleva a un análisis crítico de los diferentes estilos literarios que hay en la Biblia, la comparación entre unos y otros, como también traer la información relevante de la arqueología, antropología y las ciencias. Ha sido mediante este método que se ha logrado una más cabal comprensión de la Biblia, su composición, contexto histórico y mensaje para el tiempo de los escritos y para el presente.

En resumen, en el acercamiento a la Biblia, no debemos depender solamente de la interpretación literal, sino en un acoplamiento de los métodos de interpretación figurativa, analógica, del método de análisis crítico e histórico en el proceso de una interpretación o hermenéutica más cabal con una mejor exégesis o explicación de los textos y toda la Biblia.



Por: Rvda. Presb. Margarita Santos

# RECONCILIACIÓN de un penitente

**E**l Miércoles de Ceniza es la fecha que marca el inicio de un nuevo tiempo litúrgico en la Iglesia: El Tiempo de Cuaresma. Nuestra catequesis nos hace referencia a algunas prácticas o actos especiales de disciplina que debemos observar a partir del Miércoles de Ceniza y durante la Cuaresma con la pureza de espíritu que Jesús espera en nosotros. Nuestro Libro de Oración Común también nos enfatiza la importancia de celebrar la Estación de Cuaresma de una manera solemne precisamente en la liturgia propia para el Miércoles de Ceniza, se nos exhorta a que observemos una santa Cuaresma con la siguiente invitación:

“Amado Pueblo de Dios: Los primeros cristianos observaron con gran devoción los días de la pasión y resurrección de nuestro Señor y se hizo costumbre en la Iglesia prepararse para ellos por medio de una estación de penitencia y ayuno. Era la ocasión, también en la que, cuantos se habían separado del cuerpo de los fieles a causa de pecados notorios, eran reconciliados mediante la penitencia y el perdón y eran restaurados a la comunión de la Iglesia. De este modo se recordaba a toda la congregación el mensaje de perdón y absolución proclamado en el Evangelio de Nuestro Señor y la necesidad constante de todo cristiano de renovar su arrepentimiento y su fe (Pág. 182 L.O.C.)

Precisamente, sobre esta invitación que nos hace la Iglesia hacia la reconciliación, está girando mi catequesis, pues es la reconciliación del penitente, el sacramento mediante el cual Cristo le confía a su Iglesia por medio del sacerdocio de su Iglesia y sus ministros, la pronunciación de la absolución de los pecados. Este es un sacramento que está a disposición de todos cuanto lo deseen, en cualquier momento y lugar. Y no se limita al tiempo de Cuaresma, o de enfermedad como muchas veces pensamos El perdón de los pecados, es fruto de la misericordia de Dios; don que es demostrado en las parábolas de la oveja

descarriada, la moneda perdida y el Hijo Pródigo. En estas parábolas, se resalta el gozo y la alegría de recuperar lo que estaba perdido, para enseñarnos que el perdón y la misericordia de Dios, lejos de humillar al ser humano y ofender su dignidad personal, lo rehabilitan en su condición humana y lo regeneran devolviéndole su categoría de Hijo de Dios y hermano de las demás personas. Es esa mirada paternal de Dios, lo que nos libera del sentimiento de la culpabilidad de la sensación de fracaso y del peso de una visa inútil y perdida.

De las tres parábolas mencionadas antes, es la del Hijo Pródigo donde mejor podemos percibir a Dios como un Padre comprensivo, indulgente, lleno de misericordia y tan rebosante de amor como el padre que se alegra del retorno de su hijo. Vemos en esta parábola a un Dios que nos ofrece a todos siempre la posibilidad de un perdón que nos guíe para una existencia nueva, como al Hijo perdido y recuperado.

Queridos hermanos/as, les invito a que veamos en esta estación de Cuaresma, una nueva oportunidad para descargar las ansiedades, culpas y resentimientos. Sea en la confesión general en la liturgia pública o en la confesión auricular en privado, evita decirlo como rutina o sin sentido para que, de esta manera, puedas conocer el amor y el perdón reconciliador de Dios. Es tiempo de recordar que si somos polvo y al polvo hemos de regresar, es necesario entonces que antes nos reconciliemos con nosotros mismos, con nuestro prójimo, pero sobre todo con Dios. Pidámosle al Señor que nos de la gracia siempre de que haya en nosotros un verdadero arrepentimiento, un verdadero deseo de volver a su casa, un verdadero deseo de enmendar nuestras vidas y reparar los daños que hayamos causado y que, al igual que aquel Hijo Pródigo podamos reconocer nuestras faltas y decirle: “Misericordia Señor porque soy un pecador. He pecado contra el cielo y contra ti y ya no merezco llamarme hijo tuyo”. En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

**E**l Evangelio según San Juan nos enseña desde su inicio que Jesús es la Palabra de Dios y Dios mismo. Esa Palabra acompaña a Dios desde siempre y en el momento de la Encarnación se hace Palabra de Dios dirigida a todos los seres humanos para así desempeñar el acto de redención como acto de Dios, para con su culminación que desde entonces radica en todos y cada uno de nosotros, sin excluir a nadie.

Esta proclamación del Evangelio de San Juan, representa su teología que es su acercamiento a la fe. El escucharla, el meditarla y el acto de seguirla nos lleva a un mejor entendimiento de todo lo que contribuye a lo que profesamos. Deberíamos hacerlo con el entusiasmo que lo hacen dos enamorados cuando se comprometen en un mismo proyecto de vida.

La escritura expresada en el Canon Bíblico, es el recogido de la expresión de una etapa oral, seguida por una etapa redaccional y ocasionalmente acompañada de comentarios explicativos por parte del escriba cuya función como implica su título era la de escribir para la posteridad la proclamación más cercana en el tiempo real de Jesús, sobre sus enseñanzas y sobre su Buena Noticia. En esa gestión el escriba recogía por medio de la palabra escrita el material relevante que se arriesgaba a alteraciones y que en su opinión en ocasiones requería aclaraciones. Esas aclaraciones en algunos casos se hicieron representativas no de lo que Jesús y sus más allegados expresaron sino que representan opiniones "poco probables" a quienes terminan adjudicadas. No es nada inadecuado el así señalarlo para un mejor entendimiento.

A pesar de estas indicaciones que apuntan hacia limitaciones de la expresión final escrita y contenida en el Canon que utilizamos y que familiarmente conocemos como la Biblia, su valor es incalculable y hasta ahora el mejor recurso para seguir conteniendo la Palabra en el sentido juanino, pero sin agotarse y haciéndola Palabra viva. Es por esto que a una versión de la Biblia la llaman "Dios Habla Hoy" queriendo significar este valor de palabra que no se agota nunca.

Para sacarle el mejor fruto a esa Palabra se nos señala la conveniencia de no perder de perspectiva que la escritura de la Biblia contiene tres sentidos.

Estos son el literal, que se refiere a lo que dice realmente el pasaje. El sentido histórico, que implica conocer el trasfondo de lo planteado y hasta el trasfondo del trasfondo de lo planteado. Finalmente aparece el sentido profético o espiritual en el que el contenido del texto se hace instrumento de discernimiento de la presencia de Dios en la vida del lector y sus oyentes reunidos en comunidad y con la posibilidad de que cada uno pueda recibir diferentes mensajes con sentido individual.

Es muy importante que los tres sentidos señalados estén inter relacionados ya que si solo se enfatiza el sentido literal se corre el riesgo del fundamentalismo. Si solo se enfatiza el sentido histórico se termina sabiendo mucho del contexto pero muy poco de Dios. Y si solo se enfatiza lo profético o espiritual terminamos en el énfasis de lo idiosincrásico y lo privativo, creando una perspectiva de futuro, carente de un pasado y con un presente que solo nos lleva a interpretaciones personales muy extrañas.

Se resalta una práctica ritual para la lectura de la Palabra de la siguiente forma: "el lector marcará una cruz con su dedo pulgar sobre la primera letra del pasaje que ha de leer, luego con ese mismo dedo marcará una cruz sobre su frente, luego marcará una cruz sobre sus labios y finalmente marcará una cruz sobre su corazón". Así de la fuente de la Palabra, (Biblia) pasa a su pensamiento, a su proclamación y a la expresión de su amor para todos.

Se nos ha señalado que hay dos puntos por donde el ser humano creyente y cristiano puede tener un punto de encuentro con Dios. Estos son la Palabra y el Pan-Vino. El pulpito es el lugar sagrado donde se "rompe la escritura para abrirla" a los presentes. El altar es el lugar sagrado donde se "rompe el Pan y se vierte el Vino para darlo a comer y beber" como Cuerpo y Sangre de Cristo a los presentes. Este último acto según nuestra tradición Episcopal de forma "abierto" y en gesto de manifestación de deseo manifiesto ecuménico.

Enfaticemos estos dos "puntos Dios" en la práctica de nuestra fe.

La esencia de todas estas ideas aparecen en el libro del P. Miguel Johnston, sacerdote episcopal, profesor de Biblia y homilética, destacado estudioso y viajante a la Tierra Santa en su interés por recopilar y organizar todas sus ideas desde todas las perspectivas posibles. Exhorto a la lectura de su obra Engaging the Word, Vol. 3 The New Church's Teaching Series, Cowley Publications, 1998.

## comprometidos con la PALABRA

Por:

**Rvdo. P. Manuel Olmo**

5 de noviembre de 1938 -

17 de noviembre de 2009



**LA ESCRITURA EXPRESADA EN EL CANON BÍBLICO ES EL RECOGIDO DE LA EXPRESIÓN DE UNA ETAPA ORAL, SEGUIDA POR UNA ETAPA REDACCIONAL Y, OCASIONALMENTE, ACOMPAÑADA DE COMENTARIOS EXPLICATIVOS POR PARTE DEL ESCRIBA, CUYA FUNCIÓN, COMO IMPLICA SU TÍTULO, ERA LA DE ESCRIBIR PARA LA POSTERIDAD LA PROCLAMACIÓN MÁS CERCANA EN EL TIEMPO REAL DE JESÚS, SOBRE SUS ENSEÑANZAS Y SOBRE SU BUENA NOTICIA.**

# MENSAJE DE CUARESMA DE LA OBISPA PRESIDENTA

**Ilma. y Rvdma. Katharine Jefferts Schori**

**L**es saludo al inicio de la Cuaresma. Este año les voy a invitar a pensar en las antiguas tradiciones de preparación en solidaridad con los candidatos al bautismo, a pensar en las viejas disciplinas de la oración y el ayuno y la limosna y el estudio, mediante la atención en aquellos que están más allá de nuestras comunidades, en el mundo en desarrollo, que viven en la pobreza extrema.

Les invito a utilizar los Objetivos del Milenio para el Desarrollo como enfoque en el estudio, la disciplina, el ayuno y la oración durante la Cuaresma de este año. Les

voy a recordar que los Objetivos del Milenio para el Desarrollo se

refieren a la curación de la peor hambre del mundo. Se refiere

a lograr que todos los niños tengan acceso a la educación

primaria. Se refieren a lograr "apoderar" a las mujeres. Se

refiere a asistir en las cuestiones de la salud materna y la

mortalidad infantil. Se refiere a ayudar en los problemas de

las enfermedades transmisibles como el SIDA y la malaria

y la tuberculosis. Se refiere a un desarrollo ecológicamente

sostenible, logrando que la gente tenga acceso a agua

potable y saneamiento y que las condiciones en los barrios

pobres se alivien. Y por último, se refiere a la ayuda, la ayuda

extranjera. Se refiere a las relaciones comerciales, y se refiere

a la creación de alianzas para el desarrollo sostenible

en este mundo. Cuando oren durante los cuarenta

días de Cuaresma, les animo a socorrer las

necesidades de los que tienen menos en todo

el mundo. Les invito a estudiar, tanto acerca

de cómo viven los seres humanos en otras

partes del mundo y acerca de nuestra

responsabilidad como cristianos.

Lo que dice la Biblia, con más

frecuencia que cualquier otra cosa,

es atender a las necesidades de

las viudas y de los huérfanos, y de

los destituidos. Jesús mismo dice:

"Cuiden a los más pequeños de

estos". Les invito a considerar la

disciplina de dar limosna en esta

Cuaresma y recordar a aquellos

en el mundo en desarrollo que

no tienen nada. Les deseo una

Cuaresma bendita y al final

una resurrección gozosa, y

que sea compartida con

todos en todo el mundo. Que

Dios les bendiga.



**T**erminada la Estación Pascual y las dos grandes fiestas que le siguen, Pentecostés y el Domingo de la Trinidad, la liturgia de la Iglesia nos invita a entrar en la Estación después de Pentecostés. Este tiempo ordinario tiene un significado mucho más profundo que lo que muchas veces le otorgamos: una vez celebrados los grandes misterios pascuales, es el tiempo de poner en práctica las enseñanzas del Señor. Es tiempo de acción y crecimiento dentro de la esperanza cristiana. El color litúrgico (verde) representa esa realidad esperanzadora e invita a la Iglesia a un crecimiento en Cristo desde el ardor y entusiasmo de haber sido sus testigos hasta la misión de anunciar el KERIGMA (el gran anuncio de la Buena Noticia) a todos los hombres y mujeres de buena voluntad. Les propongo para este tiempo, el más extenso del Calendario Litúrgico, un itinerario que nos ayude como Iglesia a crecer en la esperanza:

**1. Tener “experiencia de Dios”:** si hemos recibido el mensaje de la Buena Noticia de Jesús, es importante internalizarlo y hacerlo parte de nuestra realidad. Este tiempo litúrgico es ideal para profundizar y vivir nuestra experiencia de Dios a través de la oración personal, los oficios del LOC y la lectura profunda de la Sagrada Escritura. Tener experiencia de Dios significa invitarlo a formar parte de nuestra vida cotidiana y mantener una relación de amistad con Él. Eso se consigue creciendo en nuestra relación mediante la oración, contemplando la presencia de Dios en los seres humanos, en las bellezas de la creación y hacer a Dios cercano por medio de nuestro trato personal con Él. El efecto de la experiencia de Dios será un crecimiento en nuestra espiritualidad que nos dará la capacidad para ver los retos de la vida desde la fortaleza de la fe y con esperanza renovada.

**2. Fortalecer la Fraternidad:** El signo visible para que el mundo crea, es la fraternidad. Las comunidades que conforman las misiones y parroquias están llamadas durante este tiempo a crecer en la Koinonía, palabra griega que significa comunión. Toda comunidad de nuestra Iglesia Episcopal tiene que ser reflejo del Cuerpo de Cristo que es uno. Esta estación debe ser ocasión para descubrir la riqueza de la fraternidad en nuestras comunidades y dar testimonio de la misma. Siempre podremos tener diferencias pero estas se tratan desde el amor. El amor entre los miembros de la comunidad debe ser el reflejo de la Santa Trinidad en nuestra sociedad. Si las comunidades nos proponemos como objetivo predicar con nuestro ejemplo de fraternidad, no tengo duda que serán muchos(as) los atraídos y tendríamos un crecimiento notable.

**3. Conciencia Misionera:** Esta estación después de Pentecostés brinda la oportunidad para crecer en la conciencia misionera. Como testigos de Cristo, nuestro rol no puede ser pasivo, es activo. Hay que compartir la Buena Noticia con todos(as). La Gran Comisión es para toda la Iglesia. Es una buena ocasión para que misiones y parroquias reflexionen sobre cómo pueden compartir lo que han visto y escuchado, a qué lugares no han podido llegar y cómo lo pueden hacer. Sería muy hermoso que cada comunidad tuviera un proyecto misionero, donde el clero, la junta, los comités, movimientos apostólicos y laicos comprometidos trabajaran para promover el Evangelio. Ser misionero significa actuar y orar. ¡Cuánto bien podríamos hacer como Iglesia si cada feligresía tuviese su proyecto misionero! ¡Es hora de Evangelizar! Tenemos las capacidades y el corazón del Pueblo Santo de Dios que desea entregarse en este trabajo.

Este itinerario propuesto para la Estación después de Pentecostés nos invita a reflexionar sobre todo lo que podemos hacer si caminamos hacia la esperanza con los ojos fijados en Jesús, como dice San Pablo. Pidamos al Espíritu Santo un nuevo entusiasmo que nos mueva a crecer en Cristo a través de nuestra propia experiencia personal y comunitaria. Que el Señor les bendiga y les guarde.

# CAMINANDO HACIA LA ESPERANZA

Por: Rvdo. P. Rafael Morales

**“LA ESTACIÓN QUE LE SIGUE A PENTECOSTÉS TIENE UN SIGNIFICADO MUCHO MÁS PROFUNDO QUE LO QUE MUCHAS VECES LE OTORGAMOS: UNA VEZ CELEBRADOS LOS GRANDES MISTERIOS PASCUALES, ES EL TIEMPO DE PONER EN PRÁCTICA LAS ENSEÑANZAS DEL SEÑOR.”**

**EXPERIENCIA DE DIOS**

**FORTALECER LA FRATERNIDAD**

**CONCIENCIA MISIONERA**

# ESPIRITUALIDAD EN EL CUIDADO DE PERSONAS DE EDAD AVANZADA

Por: Nirzka M. Labault Cabeza, PhD, Catedrática Asociada

Programa de Gerontología Escuela Graduada de Salud Pública Recinto de Ciencias Médicas, Univ. De Puerto Rico

Una de las cosas más importantes para poder cuidar a personas que estén en una situación de fragilidad y vulnerabilidad lo es la Espiritualidad de aquellos que realizan el cuidado. Es esencial entender la naturaleza espiritual de cada ser humano, especialmente cuando de cuidado a personas de edad avanzada se trata.

MUCHOS somos espirituales, sin embargo cada uno de nosotros practicamos unas creencias religiosas específicas. La diferencia estriba en que la espiritualidad incluye todo lo que hace/crea sentido en la vida de cada ser humano y no meramente una práctica religiosa basada en un grupo específico o denominación en ese grupo particular que es lo que define la religión que profesamos.

Ahora bien, para poder cuidar personas de edad avanzada los cuidadores deben lograr una transformación espiritual partiendo del entendimiento profundo de conceptos básicos como bienestar [well-being], y los valores centrales de la espiritualidad para que puedan lograr esa transformación-afirmación, esperanza, integración, relaciones, compasión. Y así proveer un cuidado digno respetando la individualidad de los que reciben el cuidado. Bienestar por su parte va más allá de decir que es la ausencia de enfermedad; significa esa sensación de estar bien aun con enfermedad, y poder continuar teniendo autonomía, control de sus vidas, socializando acorde a ello. En cuanto a los valores de la espiritualidad: afirmación de la vida es simplemente lo que nos lleva a la sensación de estar completos [wholeness], y a la relación con otras personas, con uno mismo, el ambiente, la comunidad y con ese ente supremo que muchos llamamos Dios.

Como parte central de éstos esta la esperanza que es

simplemente la expectativa de que las cosas mejorarán. Y esa esperanza unida en todo momento a la confianza, significado y paciencia ya que para poder tener esperanza debemos creer firmemente que Dios es compasivo. Logrado eso, podremos tener propósito de vida aun cuando las cosas no anden tan bien.

Ahora bien, tenemos que integrar todos esos valores, partiendo de la realización de que debemos en todo momento re evaluar nuestra vida, mirando hacia el futuro sin perder de vista cual ha sido nuestro presente. Por último las relaciones son simplemente la realización del ser humano de que todos estamos interrelacionados. Con esto último, ¿qué pretendido decir? Simple, que antes de dar cuidado a otro ser humano debemos hacer un inventario de quienes somos, realizar que todos dependemos unos de otros, y sobre todo, que hoy me tocará a mi cuidar a otro pero que mañana probablemente seré yo. Todos necesitamos confiar en ese Dios que permitirá que nuestra vida, aun con enfermedades o limitaciones, va a ser una buena, donde imperará el amor y el respeto hacia los demás y donde Dios nos dará el sentido de bienestar.

Por otro lado, no debemos perder de perspectiva la importancia de la Empatía.

Esto simplemente quiere decir que debemos ponernos en el lugar de otros y tratar de comprender su mundo. Solo así podremos entender sus necesidades, miedos y deseos y "conectarnos" con ellos. La empatía se construye sobre la conciencia de uno mismo; es decir, que cuanto más abierto seamos ante nuestras propias emociones más hábil deberemos ser para interpretar los sentimientos del otro. Lo curioso es que a todos se nos hace fácil comprender el mundo de los niños; sin embargo, en el caso de los adultos mayores resulta un tanto más difícil.

**“Tenemos un reto ante nosotros: el poder aprender a sintonizarnos emocionalmente y espiritualmente con los adultos mayores y no enjuiciar su estado de ánimo.”**

Posiblemente se debe a que la vejez es algo que desconocemos y por ende nos asusta tan solo pensar que algún día llegaremos a ser viejos. Hoy día muchas personas, incluyendo a los profesionales, en ocasiones adolecen de ello. Desconocen que al tratar de sentir o pensar como lo haría un adulto mayor, permite cerrar cualquier distancia intergeneracional y abolir los mitos y prejuicios que se han enraizado en la sociedad en relación al proceso de envejecimiento. En resumen, para el logro de una verdadera empatía es necesario tener la capacidad de reconocer los propios sentimientos, los sentimientos de los demás, la motivación y el manejo adecuado de las relaciones que se sostiene con los demás y con nosotros mismos.

Tenemos un reto ante nosotros: el poder aprender a sintonizarnos emocionalmente y espiritualmente con los adultos mayores y no enjuiciar su estado de ánimo. Aprender a ser flexibles ante la diversidad que en ocasiones les aquejan. Al sensibilizarnos ante la vejez, aceptarla como algo legítimo y ver ese contacto con otros, en este caso con los adultos mayores, como una oportunidad para el aprendizaje y el intercambio vamos en camino de la transformación espiritual propia. Aceptemos a los adultos mayores como parte de nuestra sociedad, no realizar juicios valorativos y sobre todo demostrar compromiso con ellos.

Recordemos que: la vejez es algo que va mas allá de una enfermedad; es la etapa en la vida del ser humano donde ha habido un cúmulo de experiencias y de una gran sabiduría las cuales pueden ayudarnos a crecer a través de nuestro curso por la vida; y que aquellas personas que atienden a los adultos mayores pueden hacer la diferencia si logran una "conexión de alma a alma", de poder entender al otro ser, ponerse en su lugar, aun cuando no podamos comunicarnos verbalmente con ellos.

Si escuchamos su silencio, ellos escucharán nuestra palabra. Tengamos una actitud de gratitud, el mundo que vivimos lo tenemos gracias a que ellos vinieron antes que nosotros.





# LA IMPORTANCIA DEL CUIDADO DE HOSPICIO

**PARA LOS PACIENTES DE FASE TERMINAL, URGE PODER CONTAR CON SERVICIOS DE SALUD INTEGRADOS Y DIGNOS**

**A** todos se nos hace difícil hablar de la muerte, en particular si se trata de algún ser querido. No hay dudas de que este es un tema delicado que provoca dolor y tristeza. Sin embargo, existen situaciones en las que es un tema inevitable que se tiene que atender con coraje y valentía, como por ejemplo cuando un allegado es paciente en la fase terminal de su condición de salud. ¿Cuáles son las alternativas de tratamiento? ¿Qué propósito cumplen éstas? ¿Cuáles son los beneficios para el paciente y sus familiares?

El programa de Hospicio San Lucas resulta ser la alternativa idónea para brindarle al paciente terminal el cuidado digno y compasivo que tanto merece.

## ¿Qué es el cuidado de hospicio?

La medicina tradicional busca curar al paciente y prolongar su vida, pero el propósito del hospicio es tratar los síntomas de la enfermedad y ayudar al paciente con condición terminal a culminar su vida de la manera más digna posible. El objetivo principal del tratamiento que se da en hospicio es aliviar al máximo el dolor del paciente y ayudarlo para que el proceso de su ida sea menos difícil. Este tipo de servicio implica mucho más que aliviar el dolor; al paciente se le brinda apoyo espiritual y emocional también.

Los profesionales de la salud en un hospicio brindan apoyo médico, psicológico y espiritual. Ellos procuran controlar el dolor y otros síntomas, de modo que el paciente permanezca lo más alerta y cómodo posible en su etapa final. Los programas de cuidados de hospicio también ofrecen apoyo a la familia del paciente.

## Alivio y tranquilidad para el paciente en su etapa terminal

Desde 1992, Hospicio San Lucas se ha establecido como líder en la prestación de servicios a pacientes terminales. Uno de los factores que eleva la calidad del cuidado que se le brinda al paciente del Hospicio es el recurso médico, un galeno que trabaja en conjunto con el médico de cabecera para diseñar un programa de tratamiento y seguimiento adecuado. Este médico supervisa tanto los servicios que este programa ofrece como los profesionales de la enfermería que mantienen controlados los síntomas y el dolor del paciente.

Los servicios ofrecidos por Hospicio son diversos, pero entre ellos se destacan: el trabajo social para asistir al paciente y su familia en la aceptación de su enfermedad; consultoría en las áreas legales, familiares y económicas que el paciente debe dejar preparados antes de su muerte; consejería espiritual para prepararlo a sosegar en paz, tranquilidad y con dignidad los días cercanos a su partida; nutricionistas certificados para asistirlos en un modelo cómodo de alimentación; terapeutas para asistir con sus modalidades en el control del dolor; asistente de salud y amas de llaves para asistirle en el aseo y cuidado personal y necesidades custodiales; todo medicamento y alimentación enteral relacionada a la condición terminal; suplidors médicos; pañales desechables; así como el equipo médico necesario.

El programa de Hospicio San Lucas también incluye los servicios de enfermería graduada y licenciada por el Estado, terapeuta físico/ocupacional y del habla, enfermera(o) especialista en lesiones en la piel, certificada(o) en el cuidado de úlceras y lesiones en la piel, voluntarios para asistir en diferentes actividades del diario vivir del paciente y su familia, y medicamentos libres de costo para la condición por la cual es referido el paciente. Además, los familiares del paciente también pueden tomar parte activa de su cuidado. El objetivo es darle paz, tranquilidad y proteger la dignidad del paciente.

## Cuidado con calor humano, al alcance

El concepto de hospicio, como una alternativa médica, fue reconocido en 1988 como un beneficio permanente de Medicare por el Congreso de los Estados Unidos. Los requisitos de elegibilidad del programa, al igual que los del Medicare, exigen que el médico de cabecera del paciente certifique que éste tiene una enfermedad terminal.

También, Hospicio San Lucas mantiene presencia en toda la Isla, con oficinas locales que brindan servicio a todos los municipios de Puerto Rico.

Hospicio San Lucas trata al paciente de forma integral, enfocando en su comodidad y apoyo en muchas áreas de su vida. El paciente terminal necesita amor y necesita saber que siempre habrá alguien a su lado. El equipo capacitado del Hospicio ayuda a llenar las necesidades del paciente y de su familia, haciendo que la dolorosa transición de la vida material sea lo más pacíficamente posible para todos los involucrados.

Hospicio San Lucas es parte de lo que se conoce como el programa Salud en el Hogar y Hospicio San Lucas. Juntos, estos programas son el modelo de excelencia en servicios de salud en la residencia del paciente. Ambos programas nacen de un profundo compromiso con la prestación de servicios, caracterizados por el calor humano y con promover la calidad de vida del paciente. Estos forman parte del Grupo Episcopal San Lucas, un conglomerado de instituciones que brindan servicios de salud de calidad a la comunidad.

Para información adicional y servicio al cliente, favor de llamar al 1-800-981-0054 y/o acceder <http://www.ssepr.com/>

**"HOSPICIO SAN LUCAS TRATA AL PACIENTE DE FORMA INTEGRAL, ENFOCANDO EN SU COMODIDAD Y APOYO EN MUCHAS ÁREAS DE SU VIDA. EL PACIENTE TERMINAL NECESITA AMOR Y NECESITA SABER QUE SIEMPRE HABRÁ ALGUIEN A SU LADO."**

**6 de enero**  
**Los Reyes Magos visitan la**  
**Misión La Transfiguración**



**6 de enero**  
**Los Reyes Magos visitan la**  
**Parroquia Santo Nombre de Jesús**



**15 de enero**  
**Visita Pastoral a Misión San Pedro Apóstol**



**22 de enero**  
**Asamblea Parroquia La Ascensión**



**5 de febrero**  
**Ordenación al Diaconado de Ángel Dávila Colón**



**18 de febrero**  
**Retiro de Cuaresma para el Clero y Postulantes**



**3 de marzo**  
**Retiro de Cuaresma de Caminantes con Cristo**



**10 de marzo**  
**Retiro de Cuaresma Jóvenes del Arceidiano Nordeste I**



**ASAMBLEA  
 EXTRAORDINARIA**

**25 de febrero**





## LA SALUD MENTAL

Por: Rvdo. Dr. Efraín del Valle

**M**uchas veces tendemos a preocuparnos por las condiciones físicas que padecemos. Tendemos a buscar ayuda médica para la hipertensión arterial, la diabetes, la artritis, el asma, la visión, vamos al dermatólogo y/o cirujano plástico para disimular esas marcas que nos deja el tiempo en nuestros cuerpos, entre otros. Sin embargo, poco nos ocupamos de nuestra salud mental que, para algunos, es hasta vergonzoso. Tod@s sabemos que nuestra sociedad está enferma...enfermedad que se expresa como crisis de valores, asesinatos, maltrato físico, psicológico, sexual a niños, jóvenes, adultos, ancianos...alcoholismo, drogadicción...entre otros. No padeceremos de las enfermedades infecciosas, virales, bacterianas características de sociedades con poco nivel salubrista, pero si padecemos de muchas condiciones que aunque tratamos las manifestaciones físicas, muchas de ellas tienen su origen en el aspecto emocional. En esta ocasión expondré una entidad emocional, médica que afecta enormemente el entorno social en que vivimos. Esta es la que conocemos como depresión. En muchas ocasiones esta condición médica pasa desapercibida ya que existen muchos mitos acerca de la depresión. Ya es hora de que se reemplacen estos mitos con REALIDADES. Veamos: Es un mito decir que la depresión siempre es una respuesta a alguna situación difícil en la vida como podría ser: un divorcio, la pérdida de un empleo, la muerte de un ser querido, haber fracasado en la escuela. La REALIDAD es que la depresión está asociada con un desequilibrio químico en el sistema nervioso central.

Aunque sabemos que la depresión puede desencadenarse cuando las cosas en la vida no andan bien, la REALIDAD es que en muchas ocasiones la depresión ocurre cuando todo anda bien. Es un mito decir que si usted no puede dejar de sentirse deprimido inmediatamente, eso es indicativo de que es una persona débil. La REALIDAD es que la depresión no es sinónimo de debilidad ni que tiene defecto de carácter. En REALIDAD es una afección como lo es la diabetes, la artritis, la hipertensión arterial.

Es un mito decir que si usted espera, la depresión desaparecerá por sí sola. La REALIDAD es que si usted padece de depresión, es posible que no desaparezca por sí sola. Para algunos, la depresión no tratada puede durar meses o inclusive hasta años.

Es un mito decir que solo las personas con riesgos suicidas necesitan de los medicamentos antidepresivos. La realidad es que estos medicamentos, también están indicados en aquellos que están deprimidos ayudándolos a sentirse mucho mejor.

Es un mito decir que los medicamentos antidepresivos crean hábito y/o cambian su personalidad. La REALIDAD es que estos medicamentos no crean hábitos ni tampoco transforman a nadie en una persona diferente. Simplemente hacen que la persona se sienta mejor consigo mismo. La depresión no se manifiesta igual en todas las personas.

### A continuación verás una serie de signos y síntomas de esta condición:

1. Te sientes triste o acaso sientes un vacío en tu vida...nada te hace feliz.
2. Te sientes falta de interés o motivación...ya no disfrutas de las actividades diarias, incluso de aquellas que normalmente disfrutabas.
3. Has perdido tu apetito o peso significativamente sin estar a dieta.
4. Has aumentado de peso significativamente.
5. Has tenido alterado en el patrón usual de sueño.
6. Te sientes nervios@, ansios@ o inquiet@.
7. Te sientes impaciente, por cualquier cosa te enojas...te pones irritable. Piensas que las cosas no funcionan bien.
8. Te sientes cansad@...sin energía la mayor parte del tiempo.
9. Te sientes con baja autoestima...te sientes culpable...te sientes insegur@.
10. Tienes dificultad en concentrarte...se te hace difícil pensar claramente o tomar decisiones.
11. Te vienen pensamientos de que la vida ya no tiene sentido, pensamientos recurrentes sobre la muerte. Acaso has pensado en quitarte la vida.
12. Lloras demasiado o sin motivo aparente.

Si te identificas con algunos de estos síntomas y/o signos te exhorto a que busques ayuda con un profesional de la salud mental. Recuerda: no tiene nada de malo tener alguno de estos síntomas...lo único malo es no hacer nada al respecto...

Para consultas puede comunicarse al: 787-276-2545 Country Club GL-14 Ave. Campo Rico Carolina Puerto Rico 00982-2675 P. Efraín E. Del Valle Ortiz, M.D., M.Div. -Psiquiatra

El **Colegio Episcopal Santísima Trinidad** de Ponce se enorgullece en notificar los logros obtenidos recientemente por sus equipos de baloncesto masculino de Escuela Elemental, Junior y Senior.

Durante el mes de febrero la escuela elemental obtuvo el trofeo de Sub-Campeón luego de haber competido con cinco equipos en la Academia Dr. Dennis Soto en Ponce. Asimismo los equipos Junior y Senior ganaron los campeonatos en el torneo invitacional en la misma Academia.

El pasado 2 de marzo de 2012 nuevamente nuestros equipos Junior y Senior obtuvieron los trofeos de campeones pero en esta ocasión en el torneo invitacional del Col. Sagrada Familia en Ponce. Las fotos y el video de este torneo estan disponibles en: [clutchtimepr.com](http://clutchtimepr.com).

La comunidad escolar está sumamente orgullosa de ustedes...  
**¡ADELANTE JÓVENES!**



**ENTREGAN PREMIOS DEL CERTAMEN "DESCUBRE TUS RAICES EN TIBES"**

El Centro Ceremonial Indígena en Tibes y el Municipio Autónomo de Ponce reconoció a los ganadores del Certamen **Descubre tus Raíces en Tibes** el jueves, 9 de febrero de 2012. En dicho certamen se destacaron los estudiantes del Colegio Episcopal Santísima Trinidad de Ponce.

Los premios correspondieron a los estudiantes **Fabián Santos León, Krystal De Jesús, Natasha Collazo, Paola Cardona, Tatianna Irizarry, Michael Báez, Valerie Vázquez, Misael Montes y la Srta. Leilani Lotti.**

El Certamen se celebra todos los años y todas las escuelas públicas y colegios privados del país que desean participan con el propósito de resaltar los valores patrios, nuestra cultura y nuestra identidad como puertorriqueños. Participan en drama, cuento, poesía y dibujo relacionados a nuestras raíces culturales.



**The Episcopal Cathedral School** Celebra Santa Eucaristía por 65 Aniversario

El pasado mes de noviembre, la comunidad de ECS celebró la Santa Eucaristía con motivo del 65 Aniversario de la misma. Presidió esta celebración nuestro Obispo, Monseñor David Andrés Álvarez y predicó el Rvdo. P. Rafael L. Morales, Headmaster. Durante la celebración se reconoció al personal que tiene 25 años o más de servicio al Colegio, así como se dedicó la Biblioteca Escolar a la memoria del P. Gary De Hope. Al final, se partió el tradicional bizcocho que compartimos con todos los miembros de nuestra comunidad educativa.



The **Episcopal Cathedral School** celebra ceremonia de iniciación del National Honor Society y el National Junior Honor Society.



El pasado 17 de febrero, The Episcopal Cathedral School celebró la instalación de los miembros del National Honor Society y el National Junior Honor Society. Los estudiantes seleccionados deben cumplir con cuatro características: Carácter, Liderazgo, Servicio y Erudición. La ceremonia se celebró en la Catedral Episcopal San Juan Bautista, con la presencia de la Administración, Facultad, Estudiantes y Padres. Congratulations to all students: we are very proud of you!

Los estudiantes seleccionados deben cumplir con cuatro características: Carácter, Liderazgo, Servicio y Erudición. La ceremonia se celebró en la Catedral Episcopal San Juan Bautista, con la presencia de la Administración, Facultad, Estudiantes y Padres. Congratulations to all students: we are very proud of you!





# LAICOS EN ACCIÓN

28 de enero

4to Almuerzo Azul, Sociedad de Mujeres Episcopales



29 de enero

Instalación de la Nueva Junta Parroquial, en Parroquia San Andrés



11 de febrero

Ultreya Administrativa Cursillos de Cristiandad



12 de febrero  
Nueva Directiva Mujeres Episcopales,  
de la Misión Cristo Rey



26 de febrero  
Conversatorio "Qué Somos" y  
Misa con Rvdo. P. Efraín del Valle en  
Misión San Felipe y  
Santiago, Apóstoles



**17 de marzo**  
**Taller para Tesoreros en Colegio Santísima Trinidad**



**24 de marzo**  
**Taller de Tesoreros en Centro San Justo**



**25 de marzo**  
**Instalación del Nuevo Secretariado Cursillos de Cristiandad**



**3 de febrero**  
**Día Mundial de la Prevención del Cáncer**



**24 de marzo**  
**Cierre 4ta Sesión Proyecto Canciones de Cuna**





## ¿QUÉ ES LA IGLESIA EPISCOPAL PUERTORRIQUEÑA?

- Los Episcopales seguimos a Jesucristo, nuestro Señor y creemos en el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo.
- La Iglesia Episcopal tiene miembros en Estados Unidos, Colombia, República Dominicana, Ecuador, Austria, Bélgica, Francia, Alemania, Italia, Suiza, Haití, Honduras, Micronesia, Puerto Rico, Taiwán, Venezuela e Islas Vírgenes.
- Nos esforzamos por amar al prójimo como a nosotros mismos y respetamos la dignidad de todo ser humano.
- La Iglesia Episcopal forma parte de la Comunión Anglicana, cuyos orígenes surgen desde el principio del Cristianismo.
- Nuestra liturgia conserva estructuras y tradiciones antiguas y se celebra en varios idiomas.
- Recibimos a hombres y mujeres, casados o célibes, para ser ordenados como obispos, presbíteros y diáconos.
- Creemos en la enmienda de vida, el perdón de los pecados y en la vida eterna.
- Los laicos ejercen una función vital en el gobierno y ministerio de nuestra Iglesia.
- Compartimos la Santa Comunión con todas las personas bautizadas con agua, en nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo.
- El Libro de Oración Común contiene todos los ritos públicos y oraciones personales usados en nuestra Iglesia. La Biblia contiene todas las creencias necesarias para la salvación.
- Afirmamos que temas como el control de la natalidad son asuntos de conciencia personal.
- Celebramos nuestra unidad en Cristo a la vez que respetamos nuestras diferencias, siempre colocando primero el trabajo en amor, antes que la uniformidad de opinión.

## PUERTAS ROJAS EN MISIÓN SAN GABRIEL ARCÁNGEL

Si usted visita a la Misión San Gabriel Arcángel de nuestra Iglesia Episcopal Puertorriqueña en el municipio de Humacao, descubrirá que las puertas de la entrada principal del templo son rojas. Esta es una tradición común en la Iglesia Episcopal. Históricamente, las puertas de color rojo de la iglesia eran un símbolo del refugio; un lugar donde un soldado no podía entrar a perseguir a nadie. El rojo significaba la sangre de Jesucristo, que vino a salvar a todos los que se refugiaron en él. Las personas que pasaban por las puertas rojas estaban a salvo. El templo era un santuario y era santo.

En estos tiempos difíciles y desasosiego que vive nuestra nación las puertas de nuestros templos siguen proporcionando seguridad y refugio a todos los que entran; si usted está buscando un lugar o casa de oración, visite la Iglesia Episcopal más cercana a usted. Llame al 787.761-9800 o a nuestro directorio de feligresías en nuestra página de internet en: [http://www.episcopalpr.org/nuestras\\_feligresias/nuestras\\_feligresias.html](http://www.episcopalpr.org/nuestras_feligresias/nuestras_feligresias.html)

## EL ORIGEN DEL CRUCIFIJO

El término crucifijo del latín 'cruce' y 'figo' se refiere a la figura de Cristo en la cruz. Esta representación de la crucifixión comenzó a aparecer en los altares desde el siglo VI. Diferentes representaciones presentaban a Cristo con vestimentas sacerdotales o Christus Rex, durante el sufrimiento en la cruz y como el Cordero de Dios. El énfasis en el crucifijo como lo conocemos hoy proviene en el énfasis en los aspectos del sufrimiento y muerte de Jesús por nuestra redención. Debido a la controversia iconoclasta, la Iglesia Ortodoxa no utiliza el crucifijo sino representaciones de la crucifixión en iconos.

# Misión Santo Tomás Apóstol

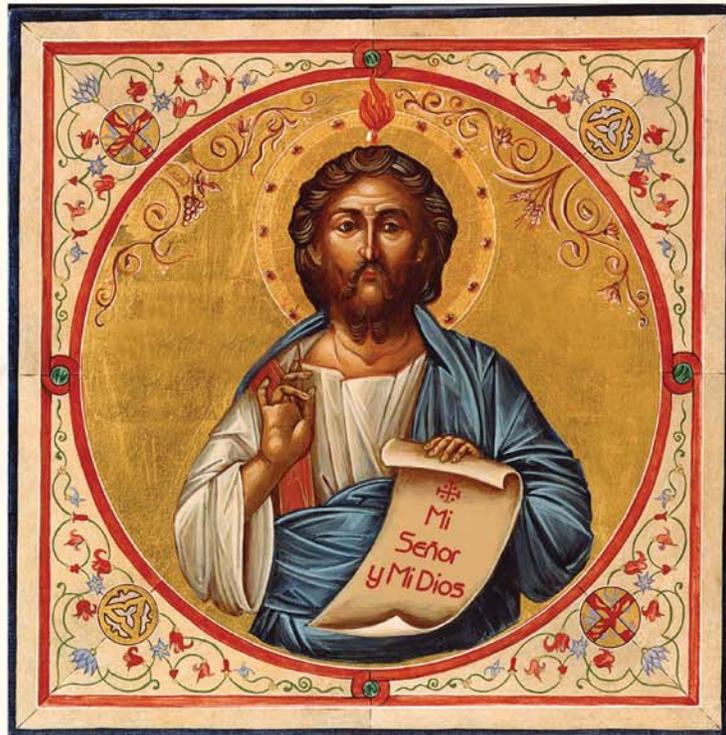
Por: Rvdo. P. Dimas David Muñoz

Los comienzos de la Iglesia Santo Tomás Apóstol están atados al Seminario Episcopal del Caribe (1961-1976) ubicado en el Barrio Martín González en Carolina. El Rvdo. Dr. Eugene E. Crommett (1927-2009), Deán del Seminario con una gran visión, promovió, desde sus inicios, la evangelización de la comunidad con la participación del clero y seminaristas. Muy pronto dicha labor rindió frutos con el bautismo y confirmación de niños, niñas, jóvenes y adultos de la comunidad. Con el apoyo del Seminario y la asignación del varios sacerdotes dicho trabajo evangelístico fue creciendo. En el 1969 bajo la dirección del Rvdo. P. Wilfrido Ramos-Orench, (actualmente Obispo y oficial de la IX Provincia de la Iglesia Episcopal), Santo Tomás Apóstol solicitó ser una Misión Organizada con todas las responsabilidades y deberes que eso conlleva y dicha solicitud fue aceptada por la Asamblea Diocesana en el 1970.

Bajo la dirección del Rvdo. P. José E. Vilar Santiago (1974-1977), la Misión Santo Tomás Apóstol estaba en vías de organizarse para la compra de un solar y construir su propio templo cuando el Seminario finalizó su labor en Puerto Rico. La Junta de Síndicos del Seminario cedió a la Misión Santo Tomás Apóstol el solar para el templo y la rectoría. La obra de construcción comenzó en 1974. En 1977 el Rvdo. P. José E. Vilar Santiago se traslada a la Iglesia La Sagrada Familia en Trujillo Alto y es asignado a Santo Tomás Apóstol el Rvdo. P. Jorge Juan Rivera Torres. En el mismo año las facilidades del Seminario que usaba Santo Tomás Apóstol son vendidos y la feligresía se encuentra sin lugar de reunión y sin fondos para terminar la construcción. Con mucha oración, esfuerzo, compromiso y mayordomía el nuevo vicario y la feligresía lograron obtener los fondos para terminar la construcción del templo que fue bendecido por el Obispo Francisco Reus Froylán el domingo 21 de enero de 1979.

Durante estos años la Misión Santo Tomás Apóstol se destacó por su compromiso y trabajo en la comunidad no solo en el

renglón espiritual, sino en la acción social y en un ecumenismo de avanzada. Después de casi 15 años como vicario (1977-1992) de la Misión Santo Tomás Apóstol el Rvdo. P. Jorge Juan Rivera Torres fue trasladado a la Iglesia San Lucas en Ponce. Después de un interinato de varios Sacerdotes, en el 1993, el Obispo David Andrés Álvarez asigna al Rvdo. P. Alberto Rodríguez Medina, Vicario de la Misión Santo Tomás Apóstol. Bajo el Rvdo. P. Alberto Rodríguez Medina se abre el Centro de Cuidado Diurno Pediátrico Santo Tomás administrado por Servicios Sociales Episcopales y cuyo director fue el Rvdo. P. Alberto Rodríguez Medina. Después de 16 años como Vicario y una larga lucha contra el cáncer el Rvdo. P. Alberto Rodríguez Medina falleció el 8 de noviembre de 2009.



En la actualidad la Iglesia Santo Tomás Apóstol sirve a la comunidad de Carolina y muy especialmente al Barrio Martín González. Se han comenzado trabajar en el nuevo "Hogar El Remanso Elderly" con diferentes oficios y ya varios residentes de dicha égida sirven en la Iglesia en los diferentes comités de la Misión. En el verano se llevó a cabo de forma exitosa la "Escuela Bíblica de Verano" con el Arcedianato Noreste II.

Participaron jóvenes líderes de las feligresías del Arcedianato. Asistieron niños y niñas de la comunidad, de las Iglesias del Arcedianato Noreste II y niños y niñas de las empleadas de nuestra Oficina Diocesana. En octubre en ocasión del Día de San Francisco de Asís se celebró la Bendición de las Mascotas por segundo año consecutivo, dicho evento fue cubierto por el periódico de mayor circulación en el país.

La Misión Santo Tomás Apóstol tiene ante sí un gran reto en una de las áreas de grandes problemas sociales y criminalidad muy diferente al Carolina y el Barrio de la década de 1960. Hay mucho trabajo por delante pero con el favor de Dios, y con el ejemplo y entrega de todos y todas que nos antecedieron, trabajaremos unidos y unidas todas y todos para la extensión del Reino de Dios.



## Usos y Beneficios de **EL VINAGRE**

**A**unque no lo crean, el vinagre, tiene más de 1000 usos y casi todas las veces es más efectivo que cualquier producto comercial y mucho más barato. ¿Sabías que el vinagre mata los piojos y también puede curar la caspa? Puedes usar productos tóxicos y caros o... puedes usar vinagre!

- Repelente de hormigas. Con un rociador o spray, rociar los marcos de las puertas, ventanas y cualquier camino de hormigas que conozcas.
- Contra los gatos . Tirar un chorro de vinagre hará que ningún gato se acerque a esa zona.
- Pulgas en la alfombra! Si creemos que tenemos pulgas en nuestra alfombra, poner un envase pequeño con vinagre sobre ella durante la noche, al otro día encontraremos el cuenco con pulgas muertas.
- Pulgas en Mascotas. Si bañamos a nuestra mascota con una solución mitad agua y mitad vinagre no quedará ni una pulga viva!
- Pulgas en Mascotas 2. El vinagre también actúa de adentro hacia afuera. Diluir una pequeña cantidad de vinagre de manzana en el agua de la mascota provocará que nunca más se le acerque ninguna pulga.
- Hielo en el parabrisas. Rociar los vidrios del coche con una solución de 1 parte de agua y 3 de vinagre y al otro día ninguno tendrá escarcha o hielo.
- Oxido. Para limpiar el óxido de herramientas y tornillos remojar en vinagre durante la noche.

- Curar "Pie de Atleta". Sumergir los pies en mitad agua y mitad vinagre o pasar un hisopo con esta solución por la parte afectada (evitar las heridas) y luego mantenerlos lo más seco posible.



## IN MEMORIAM

**Rosa Linares**

Abuela Rvda. Presb. Ivette Linares  
11 Enero 2012

**Francisco Malavé**

Hermano Rvdo. P. Hector Malavé  
11 Enero 2012

**Sa. Evelyn Oliveras**

Hospital San Lucas  
25 Enero 2012

**Rvdo. P. Ángel Vallenilla**

2 Febrero 2012

**Jo Susan Cacho**

Misión San Gabriel Arcángel  
5 Febrero 2012

**Rvda. Presb. Ángeles Bermúdez**

Parroquia Santo Nombre de Jesús  
1 Marzo 2012

**Bienvenida González**

Parroquia San Andrés  
1 Marzo 2012

**Georgina Toro**

Misión Santísima Trinidad  
(Tía de Celia Cortes y Axel Bonilla)  
5 Marzo 2012

**Miguel Garcia**

5 Marzo 2012

**Rubén Osario**

7 Marzo 2012

- Controlar la caspa. Lavar el cabello con media parte de agua y media parte de vinagre antes del acondicionador.
- Quitar verrugas. Aplicar una loción mitad vinagre de manzana y mitad glicerina todos los días hasta que las verrugas desaparezcan.
- Manchas de Transpiración. Frotar el área con vinagre blanco y luego lavar normalmente.
- Destapar cañerías. Tira un puñado de bicarbonato y luego media taza de vinagre. En unos minutos enjuagar con agua caliente.

Les puedo asegurar que con estos consejos van a ahorrar MUCHO dinero en productos químicos y evitamos la contaminación.

# PASATIEMPOS

## BUSCA PALABRAS - CUARESMA

N Z F I M G O L G O T A N V L W  
 T P M R N V M J G Z P E R D O N  
 Z O M Z Q R L R L C X S C N A S  
 R R T C V W I C A Y A Y O L M O  
 T A A M G D V L C I H I L C S L  
 H C K N P W V M D R C H E L E U  
 C I T R E A Y A J A I N B Q R P  
 R O T D R C T G I R I S L T A I  
 U N R I L N A L Y Z P W T Y U C  
 Z B O G E M I M A Z K M N O C S  
 B M T R Y C N S I T Q J J Y M I  
 Q H A V N T K V T T J B N T D D  
 T U L O V H H R K W L G Y Q C Y  
 C V C D D X K G Q M T U T P K X  
 P E N O I C C E R R U S E R M Y  
 R T L H A T N A S A N A M E S B

**CALVARIO  
 CENIZAS  
 CRISTO  
 CRUZ  
 CUARENTA DIAS**

**CUARESMA  
 DISCIPULOS  
 GOLGOTA  
 INRI  
 ORACION**

**PERDON  
 RECONCILIACION  
 RESURRECCION  
 SEMANA SANTA  
 ULTIMA CENA**

**S  
 U  
 D  
 O  
 K  
 U**

		7	2	1	6			
3		2	7				1	
9	1							
			8				4	
4	3	1				7	8	9
	8				9			
							6	8
	4				3	2		1
			9	2	1	5		

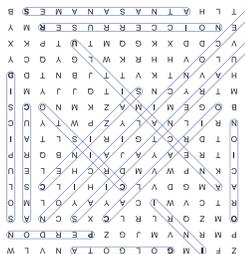
Sudoku es un juego que consiste en rellenar todas las casillas con números del 1 al 9 sin que se repita el mismo número en la misma fila, en la misma columna y en la misma celda de tres por tres casillas.

## LAS 5 DIFERENCIAS - PARROQUIA LA ASCENSIÓN



## SOLUCIONES

### BUSCA PALABRAS



### SUDOKU

6	7	8	9	2	1	5	3	4
6	4	9	6	8	3	2	7	1
1	2	3	4	7	5	9	6	8
7	8	6	1	4	9	3	5	2
4	3	1	5	6	2	7	8	9
2	9	5	8	3	7	1	4	6
9	1	4	3	5	8	6	2	7
3	6	2	7	9	4	8	1	5
8	5	7	2	1	6	4	9	3

### LAS 5 DIFERENCIAS

1. Palma
2. Ventanilla en Puerta Blanca
3. Foco localizado bajo campana
4. Foco a lado izquierdo de puerta de entrada
5. Letrero a derecha de entrada

# CREDO

Iglesia Episcopal Puertorriqueña  
Apartado 902  
Saint Just, P.R. 00978

PRESORTED  
STANDARD  
US POSTAGE PAID  
SAN JUAN PR  
PERMIT NO. 4470

CHANGE SERVICE REQUESTED

Printed Matter

Conéctate a nuestra página [www.episcopalpr.org](http://www.episcopalpr.org)

## ESCUCHA SENDEROS A

Una revista radial de la  
Iglesia Episcopal  
Puertorriqueña con los  
temas que le interesan al  
Puerto Rico de hoy

TODOS LOS DOMINGOS  
A LAS 8:00 a.m.

### CADENA WAPA RADIO

WAPA 680 AM San Juan	W2XSO 1260 AM Mayagüez
WISO 1260 AM Ponce	WAX2PA 650 AM Arecibo

AHORA TAMBIÉN DISPONIBLE A TRAVÉS  
DE NUESTRA PÁGINA DE INTERNET

[WWW.EPISCOPALPR.ORG](http://WWW.EPISCOPALPR.ORG)

## EN LA PRÓXIMA EDICIÓN CREDO

**INTELIGENCIA ESPIRITUAL  
Y EL PUNTO DIOS**

**CATEDRAL  
SAN JUAN BAUTISTA,  
CENTRO DE LA DIÓCESIS**

**CAMP PROA XXI**

**...¡Y MUCHO MÁS!**