El Puente

Época VI | Año XVII | Diciembre 2015 | No. 152 | Cooperación $ 5.00

Inicia el año de la Misericordia

Con la apertura de la puerta de la Basílica de San Pedro el Papa Francisco dio por iniciado el Año Santo de la Misericordia, un periodo para encontrarnos con Dios y sacudir nuestra indiferencia ante quienes sufren.

Página 8

Crisis en derechos humanos

Págs. 2 y 3

Las víctimas del terror

Págs. 14 y 15

Entra, infórmate y comenta nuestros artículos: www.elpuente.org.mx

EDITORIAL

El camino hacia Belén

El ritmo acelerado de la vida, el ambiente superficial y la propaganda asfixiante que nos invita a comprar lo innecesario y endeudarnos son factores que le han robado el sentido y valor a la Navidad.

Para recuperar el sentido y el valor de la Navidad es necesario emprender de nuevo el camino a Belén y ser conscientes de que a Belén se va y se viene caminando y preguntando; que no se llega por cualquier camino ni se va solo porque el camino son nuestros prójimos.

Hoy no nos llama la atención un Niño envuelto en pañales y acostado en un pesebre, pero hubo personas que lo vieron y descubrieron su Buena Noticia. María lo miró con corazón de madre y de mujer creyente. San José se echó a su espalda la responsabilidad de guiarlo y acompañarlo en su misión. Los pastores aceptaron la invitación de ir a verlo y dieron testimonio de lo que vieron y oyeron. Los reyes de oriente lo buscaron, lo encontraron, le ofrecieron sus ofrendas y reconocieron su realeza en la pobreza del pesebre.

El equipo de colaboradores de *El Puente* desea a nuestros lectores que la celebración de esta Navidad 2015 los lleve a emprender el camino hacia Belén para iniciar un nuevo proyecto de vida que sea buena noticia en un mundo marcado por la desigualdad, pobreza y exclusión; que los lleve a dar testimonio de nuestra esperanza y cambiar la realidad sombría en que vivimos.

En 2015 la estrategia federal fue desechar señalamientos internacionales

México *vs* el avance de los derechos humanos

Manifestación de Amnistía Internacional afuera de las instalaciones de la PGR. Foto: Cuartoscuro

Jorge E. Rocha
Académico del ITESO
jorge@elpuente.org.mx

El año que termina sin duda fue complicado para el país. Se cumplió un año de impunidad en el caso de los 43 estudiantes desaparecidos de Ayotzinapa, tuvimos procesos electorales federales y locales donde por primera vez hubo candidaturas independientes y aparecieron fuerzas políticas emergentes como Movimiento Ciudadano (MC) en Jalisco y Movimiento de Regeneración Nacional (Morena) en el Distrito Federal, el primero de mayo el Sur de Jalisco fue presa de bloqueos viales por parte de la delincuencia organizada, la Costa Sur tuvo daños importantes con la llegada del Huracán Patricia, se dieron a conocer informes que ratificaron que en México la pobreza y la desigualdad son problemas estructurales y que afectan a muchas personas, la violencia sigue estando presente de manera muy fuerte en varios estados del país, vimos cómo el Partido Acción Nacional (PAN) y el Partido de la Revolución Democrática (PRD) se sumieron en profundas crisis, los precios del petróleo registraron sus niveles más bajos en los últimos años y el precio del dólar aumentó en un 25%.

Muchos de estos asuntos fueron abordados de una u otra manera en las páginas de El Puente, sin embargo, un asunto que fue poco tratado y que resulta de gran interés es la crisis de derechos humanos que vive México y que fue señalada por diversos organismos internacionales.

Desde mediados de los años 90 organismos internacionales de derechos humanos de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) y de la Organización de Estados Americanos (OEA) han emitido múltiples recomendaciones al Estado Mexicano sobre la vigencia y el respeto a los derechos humanos.

Aunque se han ampliado los derechos humanos en el marco normativo nacional y se han creado instancias para promover y defender los derechos de todas y todos, hay un consenso generalizado entre académicos, especialistas y organizaciones no gubernamentales de que este tipo de acciones, aun si son loables y positivas, no han eliminado el problema de violación sistemática de los derechos humanos en nuestro país. Dicho de otra forma, hemos tenido como nunca derechos consagrados en las leyes y como siempre estos derechos se siguen ocultando.

A pesar de que este tema ha estado más o menos presente en la agenda del país, el último año (el tercero de la gestión de Enrique Peña Nieto) ha sido especialmente delicado. De acuerdo a lo que hemos conocido en la prensa local e internacional, en el periodo de Peña Nieto la relación del gobierno federal con los organismos

internacionales de derechos humanos ha sido ríspida y estuvo todo el tiempo al borde del conflicto político. Podemos encontrar a lo largo del año tres eventos que marcaron esta relación

Manifestación de la Liga Mexicana por la Defensa de los Derechos Humanos afuera de las instalaciones de la PGR. Foto: Cuartoscuro

La tortura

Entre abril y mayo de 2015, el relator contra la tortura del Consejo de Derechos Humanos de la ONU, Juan Méndez, visitó México para diagnosticar la situación de este problema en el país y sus conclusiones al terminar su trabajo fueron que en nuestras policías y cuerpos de seguridad practican la tortura de forma sistemática y generalizada, desde el momento de la detención de los presuntos delincuentes hasta el momento en que se pone a disposición de los jueces a los detenidos. El relator expresó que esta grave violación a los derechos humanos se hace sobre todo con fines de investigación y castigo. Es decir, la tortura en muchos lugares del país es un método habitual para investigar los delitos. Por supuesto que esto va en contra de todos los dictados en torno a derechos humanos y no permite el desarrollo y la ampliación de métodos de investigación científica para perseguir a los presuntos delincuentes.

La respuesta del gobierno de Enrique Peña Nieto a estas conclusiones fue minimizar los resultados del informe, criticar públicamente los hallazgos de Juan Méndez y presionar al relator para que matizara sus afirmaciones. Los voceros del gobierno federal acusaron al relator de violar el código de conducta del Consejo de Derechos Humanos, por lo que desestimaron sus resultados. El efecto perverso de esta respuesta es que el gobierno federal sigue sin aceptar el problema y por lo tanto ayuda a que este asunto siga reproduciéndose.

El caso Ayotzinapa

El segundo evento de desencuentro del Estado mexicano con los organismos internacionales de derechos humanos fue a propósito de los 43 estudiantes desaparecidos de la normal rural de Ayotzinapa "Isidro Burgos", en el estado de Guerrero. El gobierno de Enrique Peña Nieto dio a conocer la llamada verdad histórica que construyó la Procuraduría General de la República (PGR), que consistía en que los jóvenes estudiantes habían sido incinerados en el basurero del municipio de Cocula, Guerrero por parte del grupo delicuencial Guerreros Unidos y que por la magnitud del evento no se pudieron obtener restos humanos que corroboraran científicamente esta versión, pero que según ellos estaba basada en testimonios de los presuntos perpetradores. La versión resultó poco creíble desde el principio y el llamado Grupo Interdisciplinar de Expertos Independientes (GIEI) de la Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH) de la OEA analizó el proceso de investigación de la Procuraduría. Los resultados fueron devastadores para la administración peñanietista, ya que los miembros del GIEI concluyeron que era científicamente imposible que tal incineración hubiera occurrido, además de que la investigación elaborada por la PGR tenía múltiples deficiencias. Este resultado puso en entredicho la versión gubernamental y orilló al Estado mexicano a realizar nuevos peritajes para subsanar algunos de los problemas de la controvertida investigación.

Estas afirmaciones acrecentaron la crisis política derivada del caso Ayotzinapa que sigue sumido en un marasmo de impunidad.

La crisis de derechos humanos en México

El tercer conflicto del gobierno de Enrique Peña Nieto con este tipo de organizaciones internacionales ocurrió a partir de la visita in loco (en el lugar) que realizaron los miembros del Consejo de la CIDH a nuestro país a finales del mes de septiembre y principios de octubre de este año. Nuevamente los resultados del informe incomodaron al Estado mexicano, pues se corroboró que en nuestro país prevalece una grave crisis de derechos humanos que se traduce en violencia, inseguridad, desaparición forzada, ejecuciones extrajudiciales, persistencia de la tortura y de una enorme impunidad. No se hicieron esperar las respuestas de desagrado del gobierno de México ante las aseveraciones de la Comisión y acusó al secretario de la CIDH, Emilio Álvarez Icaza, de tener intereses personales en que el informe fuera muy crítico hacia el Estado mexicano.

La reacción del gobierno de Enrique Peña Nieto fue la misma que en los otros casos: negar la realidad de estas violaciones sistemáticas y por lo tanto ignorar cualquier estrategia para solucionar este problema.

Como podemos ver, la relación del gobierno federal con los organismos internacionales de derechos humanos ha sido difícil, tensa, distante y con fuertes críticas de un lado y del otro. Sin duda estos hechos marcaron el derrotero de lo que ha sido el desempeño del Estado mexicano a lo largo de este año que está por concluir.

Post Data: la "incómoda" visita del Papa

Dentro de estas relaciones difíciles del Estado mexicano con instituciones internacionales podemos agregar al Estado de la Ciudad del Vaticano. Por lo menos tres asuntos han tensado esta relación que en otros momentos fue más o menos armónica, la primera fue que el gobierno de Peña Nieto hizo un extrañamiento al Papa Francisco por un correo personal del Sumo Pontífice que se filtró en la prensa, donde Jorge Bergoglio decía que Argentina se estaba "mexicanizando" a propósito del incremento de la violencia en aquella nación.

El segundo fue que en la prensa mexicana se afirmó que el gobierno de México rechazó la petición del Papa Francisco de celebrar una misa en la Normal Rural de Ayotzinapa, lugar en el que haría escala en su reciente viaje a Cuba y a los Estados Unidos. Esta información no se confirmó oficialmente, pero se manejó por parte de columnistas muy reconocidos, como Raymundo Rivapalacio del periódico *El Universal*.

El tercero es que de acuerdo con el especialista en temas religiosos Bernardo Barranco, hay una fuerte preocupación del Vaticano por la violencia que se ha suscitado en los últimos años en contra de sacerdotes católicos y que también se convirtió en fuente de desencuentros entre el Papa Francisco y el gobierno de Peña Nieto.

Lo que podemos anticipar es que la próxima visita del Papa Francisco a México en febrero de 2016 será conflictiva y posiblemente el obispo de Roma ponga el dedo en la llaga en temas álgidos para el gobierno de México, incluida la sistemática violación a los derechos humanos.

Recuento de las últimas visitas del Papa Francisco

Dios nos sorprende y África también

J. Alfredo Monreal Sotelo
Formador del Seminario Mayor
alfredo@elpuente.org.mx

Este 2015 ha sido un año muy intenso para el Papa Francisco en cuanto a visitas apostólicas. En enero visitó los países de Sri Lanka y Filipinas, en Asia; en junio, la ciudad de Sarajevo en Bosnia y Herzegovina, golpeada por la guerra; en julio recorrió Ecuador, Bolivia y Paraguay, en Sudamérica; en septiembre realizó la visita histórica a Cuba y a Estados Unidos y del 25 al 30 de noviembre visitó tres países de África: Kenia, Uganda y República de Centroáfrica. En este artículo presentaré algunos momentos de esta visita, llena de fe y de fiesta.

A su llegada a Kenia, el día 25 de noviembre, el Papa manifestó que estaba agradecido por la afectuosa bienvenida en su primera visita a África. Reconoció que Kenia fue bendecida no sólo con su inmensa belleza, sus montañas, ríos, lagos, bosques, sabanas y semidesiertos, sino también con la abundancia de recursos humanos. Expresó que Kenia es una nación de jóvenes. Los jóvenes son la riqueza más valiosa de una nación. Protegerlos, invertir en ellos y tenderles una mano es la mejor manera que tenemos para garantizarles un futuro digno de la sabiduría y de los valores espirituales apreciados por sus mayores, valores que son el corazón y el alma de un pueblo.

Durante el mes de noviembre el Papa Francisco visitó África por primera vez. Foto: EPA / Daniel Dal Zenmaro

Al día siguiente señaló que el diálogo ecuménico e interreligioso no es un lujo. No es algo añadido u opcional sino fundamental, algo que nuestro mundo, herido por conflictos y divisiones, necesita cada vez más. Después de hablarle al clero, a los religiosos y seminaristas, se despidió para encontrarse con los niños enfermos de cáncer, saludarlos y darles una caricia.

En su visita al suburbio de Kangemi valoró la sabiduría de los barrios populares que se expresa en valores como la solidaridad, dar la vida por otro, preferir el nacimiento a la muerte, dar un entierro cristiano a sus muertos, ofrecer un lugar para el enfermo en su propia casa, compartir el pan con el hambriento, tener paciencia y fortaleza frente a las grandes adversidades, etcétera. Valores que se sustentan en que cada ser humano es más importante que el dios dinero. Concluyó: "Recemos, trabajemos y comprometámonos juntos para que toda familia tenga un techo digno, tenga acceso al agua potable, tenga un baño, tenga energía segura para iluminarse y cocinar, para que puedan mejorar sus viviendas. Para que todo barrio tenga caminos, plazas, escuelas, hospitales, espacios deportivos, recreativos y artísticos; para que los servicios básicos lleguen a cada uno de ustedes; para que se escuchen sus reclamos y su clamor de oportunidades; para que todos puedan gozar de la paz y la seguridad que se merecen conforme a su infinita dignidad humana".

Tras dejar Kenia, el Papa llegó a Uganda la tarde del viernes 27 de noviembre e inmediatamente reconoció la preocupación que este país tiene por los refugiados. Ahí los ugandeses han permitido que quienes huyen de las guerras y la miseria reconstruyan sus vidas con seguridad y con dignidad que proporciona ganarse el sustento mediante un trabajo honrado. Además, indicó que nuestro mundo, atrapado en guerras, violencia y diversas formas de injusticia, es testigo de un movimiento sin precedentes.

También refirió que la visita se realizaba a los 50 años de la canonización de los mártires de Uganda.

Esto en su camino a Kampala, cuando se detuvo en Munyonyo, el sitio donde inició la persecución que condujo al martirio de numerosos cristianos, católicos y anglicanos. Asimismo retomó el testimonio de los mártires el sábado 28 de noviembre por la mañana, durante la Celebración Eucarística realizada en el santuario de Namugongo, construido en su memoria.

En la República de Centroáfrica, un país golpeado por la violencia, visitó el campo de refugiados de Saint Sauveur, donde leyó lo escrito por los niños en los carteles: paz, perdón, unidad, amor; y exhortó a trabajar, a rezar y a hacer todo lo posible por la paz. También invitó a que los participantes expresaran: "Todos somos hermanos". Luego, como punto culmen de su visita, el 29 de noviembre, en Bangui, abrió la Puerta Santa del Año Santo de la Misericordia con las siguientes palabras: "Bangui se convierte hoy en la capital espiritual del mundo. El Año Santo de la Misericordia llega anticipadamente a esta tierra. Una tierra que sufre desde hace años la guerra, el odio, la incomprensión, la falta de paz. En esta tierra sufriente también están todos los países del mundo que están pasando por la cruz de la guerra. Bangui se convierte en la capital espiritual de la oración por la misericordia al Padre".

El Papa Francisco visitó África como padre y pastor que anima el caminar de su pueblo, como apóstol de la paz, con espíritu ecuménico; como constructor del Reino de Dios; como el Buen Samaritano que tiende la mano al caído que sufre pobreza y marginación y que cura con amor las heridas del golpeado por la violencia. Sobre la visita el mismo Papa señaló en su viaje de regreso a Roma: "Dios nos sorprende y también África nos sorprende".

El Pacto de las Catacumbas, el legado secreto del Concilio Vaticano II

Los pobres son el tesoro de la Iglesia

P. José Sánchez
Párroco de Sayula
josanch@prodigy.net.mx

Altar en las Catacumbas de Santa Domitila, en Roma. Foto: Religion News / Grant Gallicho

Hace 50 años, el 16 de noviembre de 1965, en las Catacumbas de Santa Domitila, en Roma, más de 40 obispos participantes en el Concilio Vaticano II se reunieron para hacer la promesa de vivir la pobreza y firmaron el documento llamado "El Pacto de las Catacumbas". Mientras las sesiones del Concilio fueron en la Basílica de San Pedro, lugar emblemático, símbolo de poder religioso, político y económico, este Pacto se firmó en las catacumbas, lugar de los pobres y perseguidos.

El anhelo del Papa Juan XXIII de que el eje central del Concilio fuera el tema de la "Iglesia de los pobres", no fue asumido por la mayoría de los padres conciliares. Pero gracias a las intervenciones de algunos cardenales y obispos, entre ellos el cardenal Lercaro y los monseñores Helder Cámara, Leónidas Proaño y Manuel Larraín, se logró tocar el tema en el número 8 de la Constitución de la Iglesia "Luz de las gentes".

El espíritu de este Pacto es vivir la pobreza en solidaridad con los pobres, que son lo más preciado de Dios en la Iglesia. Este pacto marca el estilo de vida de los pastores que quieren ser fieles al espíritu y a la voluntad de Cristo Jesús, que siendo rico, se hizo pobre para enriquecernos con su pobreza (2 Cor 8,9). El Pacto no es únicamente un compromiso de vivir la pobreza, sino de promover que todas las diócesis y comunidades fueran pobres y estuvieran a favor de los pobres.

Los trece puntos firmados en este pacto son importantes, pero el primero y el décimo reflejan el fondo del compromiso asumido. El primero dice textualmente:

"Procuraremos vivir según el modo ordinario de nuestra población, en lo que concierne a casa, alimentación, medios de locomoción y a todo lo que de ahí se sigue". Y el décimo señala: "Haremos todo lo posible para que los responsables de nuestro gobierno y de nuestros servicios públicos decidan y pongan en práctica las leyes, las estructuras y las instituciones sociales necesarias a la justicia, a la igualdad y al desarrollo armónico y total de todo el hombre y de todos los hombres, y así, para el advenimiento de un orden social nuevo, digno de los hijos del hombre y de los hijos de Dios". Estos compromisos revelan que en la conciencia de estos pastores estaba claro que la causa principal de la pobreza y la desigualdad en el mundo son las estructuras injustas de nuestro sistema económico, político y social.

Este compromiso tuvo repercusiones en varias Iglesias del mundo, pero de manera especial en muchas de América Latina. En la Conferencia de Medellín (1968) los obispos tocaron el tema de la pobreza de manera directa y clara. En Puebla (1979) hicieron la opción evangélica y preferencial por los pobres, que posteriormente se extendió a toda la Iglesia. Esta opción por los pobres estuvo en la base de todas las luchas de liberación que se llevaron a cabo en todo el continente en la década de los años 70 y mitad de los 80. Fueron cientos de hombres y mujeres de América Latina que, acusados de ideología marxista, sufrieron el martirio por su compromiso con los pobres.

El Papa Francisco se ha inspirado en este Pacto de las Catacumbas en todas sus intervenciones en que ha hablado en favor de los pobres. Sobre todo, en su Exhortación *La alegría del Evangelio* y en la Encíclica *Alabado seas*. Ha relacionado profundamente el servicio y la defensa de los pobres con el cuidado de la naturaleza. Ha denunciado que el sistema económico que vivimos ya no aguanta ni los pobres lo aguantan. Ha pedido que la Iglesia sea pobre y de los pobres. Por eso Leonardo Boff habla del "Pacto de Francisco".

En nuestra Diócesis este Pacto ha tenido sus repercusiones en la opción por los pobres, que en 1983 nuestro obispo Serafín Vásquez hizo junto con los sacerdotes, religiosas y seglares participantes en el curso de Pueblo Nuevo. Esta opción ha estado presente en los dos últimos planes diocesanos de pastoral y también en varios de los planes de las vicarías y parroquias.

A los 50 años del Pacto de las Catacumbas, para nuestra Diócesis es importante renovar la primavera de la Iglesia, que iniciada en el Vaticano II, se ha reforzado en este Pacto y se ha impulsado con los lineamientos propuestos en las conferencias episcopales de Medellín, Puebla y Aparecida y, últimamente en las continuas intervenciones del Papa Francisco. Recordar y renovar el anhelo de ser una Iglesia que viva la pobreza y en favor de los pobres es la opción y el compromiso de querer ser fiel al espíritu de Jesús.

Nuevos vicarios y coordinadores para el trienio 2015-2018

Entre el temor y la esperanza

P. J. Lorenzo Guzmán J
Rector del Seminario Mayor
lorenzo@elpuente.org.mx

La Diócesis de Ciudad Guzmán (DCG) está en un momento importante de su vida pastoral. En las vicarías y equipos diocesanos se está evaluando el trienio 2012-2015, que está por concluir, y eligiendo a los vicarios y coordinadores para los próximos tres años. Los nuevos vicarios son los sacerdotes José Luis García Bernal, Fernando Ezequiel Pérez López, Cristóbal Cisneros Figueroa, José Luis Huerta Rodríguez, José Toscano Jiménez, Juan García Chávez e Hilario Camberos Hernández.

Para coordinar los equipos diocesanos han sido elegidos: Carlos Eligio Bernardino De la Cruz, para el Equipo de Animación Misionera; Carmen Ochoa Solórzano, para el Equipo de Grupos de Base; José Ángel Núñez Zúñiga, para el Equipo de Procala (Proyecto de Capacitación Laical); el P. Anselmo Mendoza Preciado, para el equipo de Ministerios Laicales; el P. José María Santana Gómez, para el Equipo de Catequesis; el padre José Alfonso Contreras Valadez, para el Equipo de Pastoral Familiar; el padre José Alejandro Arias Guzmán, para el Equipo de Pastoral Juvenil.

Vicarios y coordinadores salientes del trienio 2012-2015 y nuevos para el trienio 2015-2018
Foto: J. Lorenzo Guzmán J

El modo de hacer la elección

Cada vicaría y cada equipo diocesano de pastoral se convocan para elegir a sus nuevos coordinadores. La vicaría lo hace en Asamblea, con la participación de los sacerdotes, algunas religiosas y laicos de todas las parroquias que la conforman. Los equipos, en su reunión ordinaria, que generalmente es mensual.

Antes de la elección, se hace una evaluación del trabajo desempeñado al servicio de la misión durante los tres años; se descubren avances, retrocesos y errores y se señalan las tareas que quedan pendientes para el siguiente trienio. Para este paso se parte de la programación que se hizo, tanto en las vicarías como en los equipos, al iniciar el periodo trianual.

Además, se recuerdan las tareas que le toca realizar al vicario en la vicaría pastoral y al coordinador en el equipo diocesano.

En la elección participan laicos, religiosas y sacerdotes. Todos votan. Se proponen candidatos, se realiza una votación secreta y se cuentan los votos; a veces se hace este procedimiento dos o tres veces, hasta que se alcanza la mayoría.

Al final se levanta un acta y se le envía al señor obispo. En ella se le informa sobre los pasos que se siguieron y los números de votos que recibió cada candidato. Después, él hace oficial, a través de un nombramiento escrito, el resultado de la elección.

Las tareas de vicarios y coordinadores

El servicio que desempeñan vicarios y coordinadores es fundamentalmente el de la coordinación de los trabajos en sus respectivos espacios. Pero también son punto de unión entre los sacerdotes, los laicos, el obispo y el Consejo Diocesano de Pastoral.

Del ser y quehacer de los vicarios, el Tercer Documento Sinodal de la DCG (No. 44) dice: "El Vicario de Pastoral es el sacerdote que, junto con el equipo coordinador de la vicaría, desempeña el servicio de dirección y coordinación de todos los esfuerzos, iniciativas y trabajo pastoral de la vicaría, con una pastoral de conjunto y planificada, 'encarnada' en su realidad concreta". Los coordinadores de los equipos diocesanos tienen una función semejante a ésta.

La situación de la Diócesis

Los recién elegidos para coordinar las vicarías y los equipos expresaron su sentir sobre el momento en que se encuentra la Diócesis y los desafíos que esta situación les plantea.

"La familia está siendo tocada por la ruptura que hay en la sociedad y está siendo golpeada por muchas situaciones y exige de nosotros una respuesta pastoral", expresó el padre Alfonso Contreras, vicario en la parroquia de San Juan Bautista de Tuxpan.

Por su parte, el padre Toscano, cura de la parroquia de San José Obrero en Tamazula, señaló una situación nueva en la DCG: el deterioro del medio ambiente. "Está siendo deteriorado en toda la vicaría. Nosotros lo vemos muy fuerte por la presencia de los muchos viveros que tenemos ahí ya presentes y que están moviendo ciertamente a mucha gente para trabajar en ellos, pero ¿en qué condiciones? Es lo que habría que ver".

Respecto al proceso pastoral diocesano, el padre Juan García, quien sirve como párroco en Chiquilistlán, manifestó: "seguimos en la búsqueda de hacer presente el Reino de Dios, utilizando los medios que tenemos, como son el Plan diocesano, la última Asamblea Post-sinodal, los planes vicariales y parroquiales".

Al preguntárseles sobre su visión del proceso diocesano de pastoral, los entrevistados coincidieron en que ha ido disminuyendo el interés en algunos aspectos como los trabajos en la dimensión social, la animación misionera, la representatividad de las vicarías en los equipos diocesanos.

"Veo que es un reducido número de ministerios en relación al número de habitantes que hay en la DCG. Y creo que falta más animación y más promoción, pero en la base, en las parroquias, para que haya una amplia participación de laicos, pues queremos que la Iglesia tenga un rostro laical", indicó el padre Anselmo, párroco de Contla.

Hay situaciones que se valoran como fortalezas para que las vicarías y los equipos diocesanos colaboren a la misión que tiene la diócesis guzmanense. Una de ellas es la llegada de los nuevos sacerdotes, como lo señaló el padre Ezequiel, vicario parroquial en Sayula: "visualizo a la Diócesis con fuerzas renovadas por los nuevos presbíteros que estamos llegando a ella".

Otras fortalezas son "la madurez en los laicos y presbíteros, el entusiasmo, la generosidad, el trabajo en equipo, la oración y la búsqueda para trabajar de acuerdo a los lineamientos pastorales que se han ido marcando en la Dió-

cesis". Esto lo dijo el padre Hilario, vicario de la parroquia de San Gabriel.

El espíritu con que inician los vicarios y coordinadores

Los designados para coordinar las vicarías pastorales y los equipos diocesanos comienzan su servicio entre el temor y la esperanza, pasando por el agradecimiento, la preocupación, la alegría, el gusto, la disponibilidad y la confianza. Las razones son diversas.

Por ejemplo, el párroco de Zacoalco de Torres, el padre Cristóbal, iniciará su periodo de coordinación "con grandes temores pero con más esperanzas, porque el caminar de la vicaría ha marcado y ha dado horizonte a nuestras parroquias".

Por su parte, el padre Alejandro Arias, vicario parroquial en Zapotiltic, lo asume con alegría y con el deseo de poder trabajar en equipo. El trabajo en equipo será fundamental en esta tarea, a decir de los entrevistados.

Está siendo cada vez más común que los equipos diocesanos elijan a un laico o laica para la coordinación. Así sucedió en el Equipo de Animación Misionera, como también en Procala y Grupos de Base; junto con ellos nombraron a un sacerdote como asesor. "Es un equipo, por lo menos de tres; es lo que le llaman el coordinador, el secretario y el asesor del trabajo. Y siendo un equipito, eso me anima porque no es un asunto de una persona sola como animador, sino como equipo", señaló el padre Francisco Mejía,

Se espera que vicarios y coordinadores den continuidad al plan de trabajo Foto: J. Lorenzo Guzmán J

recién llegado a la DCG después de haber estado 13 años en la parroquia-misión en Pantelho', Chiapas.

Al preguntarle a Carlos Bernardino, agente de pastoral de la parroquia de Cristo Rey en Ciudad Guzmán, su sentir por haber sido elegido para conducir los trabajos del mismo equipo, respondió: "Siento que es una responsabilidad muy grande, porque hay algunos espacios que no se han podido cubrir. Hay algunos trabajos en los que hemos quedado a la mitad y los proyectos que queremos empezar son proyectos que de alguna manera queremos complementar para que siga existiendo el puente entre la DCG y Chiapas".

Consciente de que coordinará a la primera vicaría como parte de su ministerio presbiteral, el padre José Luis García, también vicario en la parroquia del Santuario en Ciudad Guzmán, hizo una petición especial: "yo le pedí a la Asamblea que estaba reunida, que eran un poquito más de 100 personas, que me ayudaran a ser pastor".

Para el cura de la parroquia de San Martín de Porres en Ciudad Guzmán, Jesús Bernardino, hay esperanza de lograr con el tiempo un laicado maduro y que sepa dar razón de su fe en base a la Palabra de Dios y los documentos de la Iglesia.

Siguiente paso en la Diócesis

Los Equipos de Liturgia, Organizaciones Básicas y aspirantes a diáconos permanentes todavía no eligen a su coordinador. En este mes de diciembre lo harán, pues los nuevos vicarios y coordinadores ya asistirán a la reunión del Consejo Diocesano de Pastoral (CDP), que se realizará el próximo día 17.

El trabajo diocesano continúa con su ritmo, prioridades, objetivos y programación. Sólo están cambiando las personas que coordinan las vicarías y los equipos diocesanos.

"Alcanzo a percibir que este es un tiempo providencial para nuestra Diócesis, porque cada vez aparecen más claras las necesidades que brotan de las familias y eso delinea muy bien el trabajo que se espera de nosotros como Diócesis, tanto de los laicos como de los sacerdotes; y creo que con mayor claridad se puede llevar a cabo el plan diocesano de pastoral que tenemos", comentó el padre Ezequiel.

Ahora se hará la evaluación de lo realizado en la DCG después de la Novena Asamblea Diocesana Postsinodal, según acordó el CDP en su reunión del 18 de septiembre.

Se espera que los nuevos vicarios y coordinadores vivan con responsabilidad la encomienda recibida, como aclararon en el Equipo de Catequesis, a decir del padre Santana, párroco en Atoyac: "que se dé continuidad al plan de trabajo que se tiene, que se haga labor de equipo, que se asuma este servicio con responsabilidad, conscientes de que es un servicio que exige sacrificio, esfuerzo, constancia, perseverancia, y que se busque una participación activa, corresponsable, de todos los miembros del equipo y se refuerce la presencia de todas las vicarías".

Andanzas de los diáconos en San Cristóbal

Pbro. Juan Manuel Hurtado López
Párroco de Santa Catarina Virgen y Mártir
juanmanuel@elpuente.org.mx

En los últimos días he podido participar en diversas reuniones de diáconos permanentes, candidatos al diaconado, principales y sus esposas y agentes de pastoral. Por otra parte, el obispo Felipe Arizmendi nos comunicó que pronto ordenará nuevos diáconos en los diferentes equipos pastorales y comunidades. Son más de 20.

Una primera reunión fue en el equipo Tsotsil al que pertenece nuestra parroquia-misión. Fue en la comunidad de San Cayetano. Para llegar allá desde Pantelho' son dos horas de camino por bellos parajes, montañas y barrancas profundas. Nos reunimos unas 40 personas. Ahí los diáconos trataron la visita que les harán los diáconos de otro equipo pastoral, toda la logística, apoyos, tema y comida. Luego tuvieron un espacio de estudio. En ese momento me pidieron que les compartiera un tema de Cristología. Y luego tuvieron informaciones de la diócesis y del contexto nacional, como la propuesta de la Nueva Constituyente.

Una segunda reunión fue con los asesores y asesoras de los diáconos. Participaron los dos obispos. Ahí se nos informó de un encuentro mundial de diáconos en Roma por los 50 años del Diaconado Permanente, en el que está participando nuestro obispo coadjutor Enrique Díaz. Estas reuniones se hacen siempre con el Altar Maya, la oración a los cuatro rumbos del universo, el aroma del incienso y una danza ritual al final.

Un tercer encuentro fue en nuestra parroquia-misión de Santa Catarina. Ahí fue la asamblea de todos los catequistas, pero participan también los diáconos, los candidatos al diaconado, sus principales, presidentes de ermita, representantes de Pueblo Creyente, coordinadores y jefes de zona. Esta es una asamblea que cobija, alimenta y acompaña a los diáconos, pero también a los demás agentes de pastoral que se sienten motivados por la presencia de los diáconos y de los sacerdotes.

Estas tres reuniones reflejan la importancia del acompañamiento a los diáconos y su lugar entre los diversos ministerios de la Diócesis.

Puntos clave para entender y vivir el Año de la Misericordia

Abren la puerta del Año Santo

Momento en que el Papa Francisco abrió la puerta de la Basílica de San Pedro para iniciar el Año de la Misericordia. Foto: Italo-Americano / Osservatore Romano

P. Luis Antonio Villalvazo
Párroco de san Isidro Labrador
antonio@elpuente.org.mx

El pasado martes 8 de diciembre, fiesta de la Inmaculada Concepción de María, el Papa Francisco abrió la "Puerta" de la Basílica de San Pedro para iniciar el Año Santo de la Misericordia, como tiempo oportuno para emprender un camino hacia el encuentro del amor de Dios y convertirnos en islas de misericordia en medio de un mundo que naufraga en el mar de la indiferencia.

Tema del Año Santo

Antes de abrir la Puerta, el Papa Francisco pronunció una frase que resume la marca de su pontificado y la razón de la convocatoria de este Año Santo de la Misericordia: "Cuánta ofensa se le hace a Dios cuando se afirma sobre todo que los pecados son castigados por su juicio, en vez de anteponer que son perdonados por su misericordia. Debemos anteponer la misericordia al castigo", advirtió.

Una de las características del pontificado de Francisco es realizar acciones que encierran una intención de fondo. La convocación a vivir este jubileo no es una simple ocurrencia ni un evento aislado, sino una respuesta a la realidad dolorosa, cargada de pecado e injusticia, de víctimas y de pobres necesitados de ternura y misericordia. Nuestro Papa, más que un maestro que enseña una doctrina, es un pastor con olor de oveja que busca a las ovejas descarriadas.

El tema de la misericordia de Dios no es nuevo. Los últimos cuatro Papas lo han abordado de manera amplia. La novedad radica en el enfoque y perspectiva que el Papa Francisco le da a este tema, pues lo ha hecho una piedra angular de su pontificado y esto es palpable en el reconocimiento de que es un pecador, en sus gestos de abrazar a niños, a enfermos, a discapacitados, a ancianos, a presos, a emigrantes africanos, en su mensaje expresado en sus homilías, en su exhortación La alegría del Evangelio, en su encíclica Alabado seas sobre el cuidado de la madre tierra y, más directamente, en el texto escrito (Bula) para la celebración de este Año Santo, titulado "El rostro de la misericordia".

Por eso su insistencia en cambiar la imagen de Dios como un juez que castiga por la de un Padre con corazón de madre que siempre ama y perdona, así como su anhelo de que la Iglesia no sea una institución o una organización de personas piadosas sino un hogar, una casa de puertas abiertas y una madre para todos los pueblos, donde pueda nacer un mundo nuevo.

La elección de las fechas del anuncio, apertura y clausura de este Año Santo también son significativas. El viernes 13 de marzo de 2015, en el segundo aniversario de su elección, el Papa Francisco anunció la celebración de este Año Santo de la Misericordia. La apertura se dio en el marco de los 50 años del Concilio Vaticano II, porque la intención es mantener vivo el acontecimiento eclesial más importante del siglo XX, donde el Espíritu empujó a la Iglesia a retomar con entusiasmo el camino misionero para ir al encuentro de los seres humanos en sus nuevas realidades. Y la clausura será el 20 de noviembre de 2016, en la fiesta de Cristo Rey. El Papa Francisco nos invita a agradecer y reconocer las gracias recibidas en este tiempo extraordinario de gracia.

Origen y sentido del Año Jubilar

La celebración del jubileo tiene su raíz en la tradición judía. Se anunciaba con el sonido de un cuerno de carnero llamado "Yobel" en hebreo, de aquí el nombre de jubileo. Era un año sabático que se realizaba cada 50 años. Era un tiempo sagrado para vivir la justicia y recuperar la dignidad de las personas. Los esclavos recobraban su libertad, los que habían perdido sus propiedades las recuperaban, los que tenían deudas se les perdonaban y las tierras de cultivo descansaban.

La Iglesia católica retomó la experiencia del jubileo hebreo y le dio un sentido más espiritual. El primer año jubilar fue convocado en el año 1300 por el Papa Bonifacio VIII. Desde 1475 los jubileos se celebraron cada 25 años para permitir a cada generación vivir al menos un Año Jubilar. Los jubileos pueden ser ordinarios o extraordinarios. Los primeros se celebran en los intervalos establecidos. Los segundos son proclamados con ocasión de un acontecimiento de particular trascendencia.

Este Año Santo es un Jubileo extraordinario porque es un tiempo especial en que se busca vivir con mayor intensidad el perdón y la reconciliación, y porque es una invitación a cambiar la relación con nuestro Dios, con nuestros hermanos y hermanas, y con nuestra madre tierra.

Exigencia

Este Año Santo es un acontecimiento histórico que nos exige entrar "con el pie derecho", con atención y deseos de conversión. Hagamos fiesta por el perdón de Dios que viene a nuestro encuentro. Seamos "regadores" del agua de la misericordia para que nadie se quede sin sentir el perdón de Dios, en especial todos aquellos que en nuestras familias y comunidades están heridos en su corazón y hemos lastimado con alguna forma de exclusión.

Asamblea general de bloques de la Tercera Vicaría

Momento de evaluar y aclarar desafíos

Mario A. Moreno Distancia
Arturo Munguía Lázaro
Alumnos del Seminario Mayor
mario.morenodistancia@facebook.com
arturom_90@hotmail.com

Asamblea general de bloques en la tercera vicaría. Foto: Arturo Munguía Lázaro.

El pasado 28 de octubre la Tercera Vicaría pastoral de la Diócesis de Ciudad Guzmán tuvo su asamblea general de bloques de pastoral, la cual fue convocada y coordinada por el Equipo de Dirección Vicarial. Los bloques son cuatro: Pastoral social, Iglesia ministerial, Iglesia misionera y Formación.

El objetivo de la asamblea, reunida en el salón parroquial de Techaluta, fue "valorar qué tanto el caminar vicarial va siendo instrumento para construir la Iglesia en la base y en la parroquia, y evaluar el servicio que está realizando el equipo de esta instancia vicarial".

En la asamblea que se realizó en un ambiente de alegría, oración y fraternidad, participaron, además de los sacerdotes, 150 laicos comprometidos en sus comunidades de base.

El servicio de la vicaría a las parroquias

La asamblea tuvo tres momentos. En el primero se trabajó por parroquias, es decir, las de Catarina, Atotonilco el Bajo, Santa Clara, Zacoalco, Techaluta, Amacueca, Atoyac, Teocuitatlán y Citala, y la comunidad de Verdía. Se coincidió en que la vicaría nos está ayudando a reorganizarnos por bloques en las parroquias y reforzar los procesos comunitarios; a promover servicios y ministerios según las necesidades de nuestras comunidades, a ir consolidando una Iglesia con rostro laical.

La unidad, la articulación y la colegialidad vividas en la vicaría generan esperanza para el caminar de Iglesia. A las parroquias nos está ayudando a renovarnos y articularnos como pueblo de Dios para vivir y fortalecer el servicio a los necesitados en los barrios, para mantenernos fieles al mensaje de Jesús y unidos en comunidad.

Estamos en proceso de formación compartiendo lo aprendido, capacitándonos para fortalecer la articulación y la integración de asambleas y consejos comunitarios; para caminar en la dirección correcta y ser Iglesia en salida hacia los alejados, como dice el Papa Francisco.

Desafíos de la vicaría

En el segundo momento de la asamblea, el presbítero Cristóbal Cisneros presentó los desafíos aclarados por los equipos coordinadores de los bloques, el equipo de dirección y la asamblea presbiteral.

Los desafíos señalados son: hacer que el trabajo de los bloques incida en el trabajo de conjunto, en la estructura de sinodalidad y en la maduración de los procesos comunitarios; que cada campo de trabajo confronte la realidad social y eclesial sobre todo en cuanto a pobreza y violencia y vea si se está respondiendo a esas situaciones que le duelen al pueblo; conocer, profundizar y afianzar en los barrios el Nuevo Modelo de Iglesia, los procesos comunitarios, la reflexión de fe y la sinodalidad. Aunque vemos mucha disponibilidad de parte de los presbíteros, descubrimos que les falta ser más claros en este caminar de Iglesia.

Después de escuchar estos desafíos, se leyeron y comentaron los números 268 y 269 de La Alegría del Evangelio. Se dijo que somos nosotros los que queremos servir, Dios es quien nos elige y nos pide que lo hagamos como Jesús, con compasión, amor, entrega, sencillez y humildad, confiando en Dios y desgastándonos por la comunidad, no por obligación sino por amor. Hay compromiso por buscar una vida más digna y se va aceptando el Nuevo Modelo de Iglesia, se aprende a vivir y a trabajar con espiritualidad. Como agentes de pastoral valoramos el servicio, nos animamos y motivamos a vivir en nuestros procesos comunitarios, nos acercamos más a los alejados practicando la misericordia y poniendo nuestros talentos al servicio de los demás.

Evaluación del Equipo de Dirección

El tercer momento se dedicó a evaluar por bloques el trabajo que ha realizado el Equipo de Dirección de la Vicaría: sus aciertos, errores y sugerencias.

Entre los aciertos se subrayó la formación de bloques para el trabajo pastoral. De los errores se coincidió en que falta conjuntar el proceso de los bloques para que haya más integración e interacción y así elaborar el plan vicarial que está en proceso. En las sugerencias se remarcó la necesidad de asegurar la representatividad de todos los campos y parroquias de las vicarías, de jóvenes y la constante capacitación de los laicos.

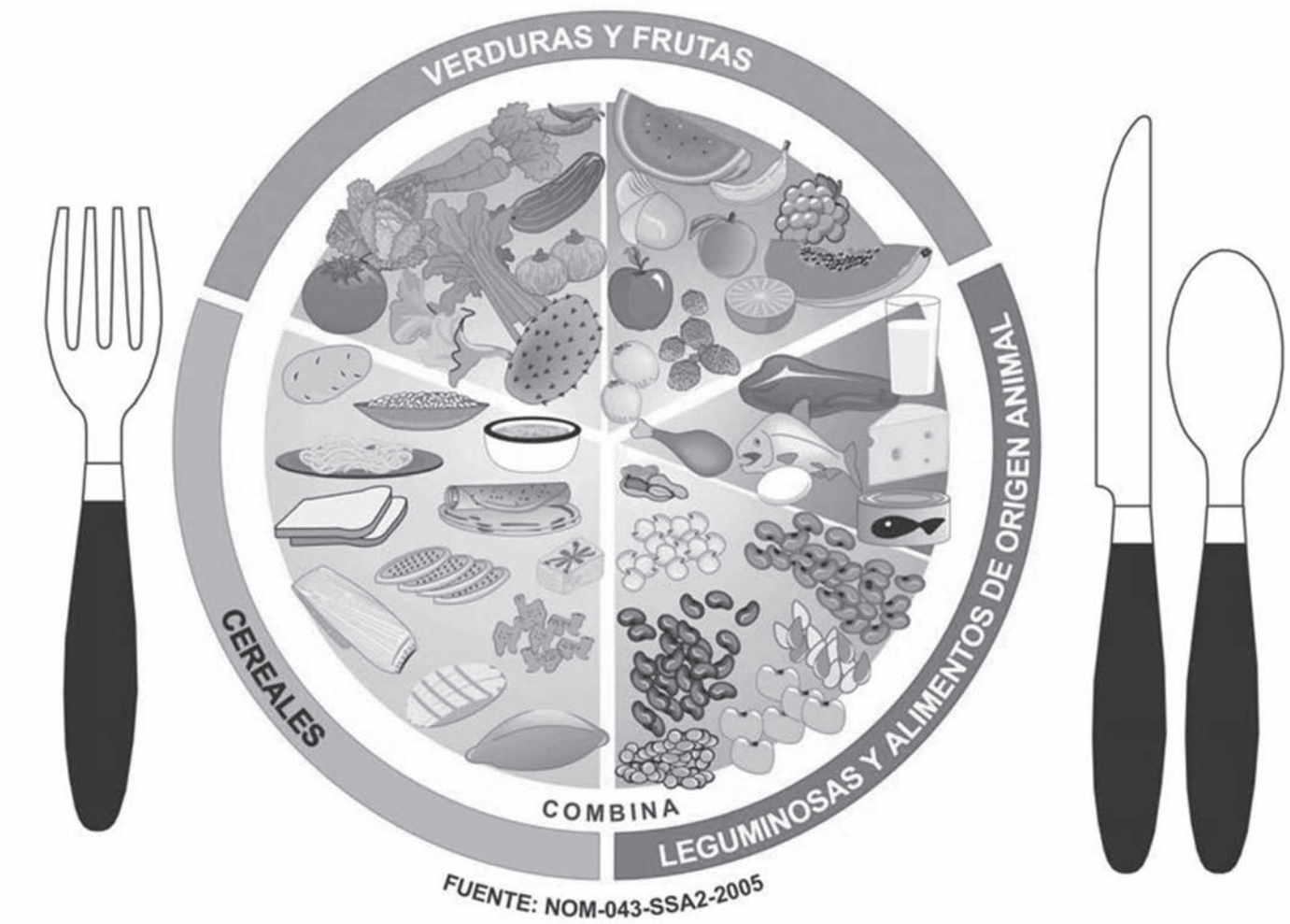
Enseguida leímos el Tercer Documento Sinodal, que describe la dinámica vicarial y aclaramos que el equipo de dirección es instrumento de la asamblea vicarial y a ella le toca ir viendo el caminar de la vicaría; se encarga de la coordinación del plan vicarial, promover la espiritualidad, preparar agendas y coordinar las asambleas. Este equipo lo integran el vicario de pastoral y los sacerdotes y seglares que son designados por la asamblea vicarial, según las diferentes pastorales específicas o zonas.

La tercera vicaría pastoral tiene la esperanza de ser una Iglesia que viva la sinodalidad, para caminar juntos con un plan que nos lleve a ser Iglesia en camino hacia los alejados.

Una sana alimentación, ejercicio y prevención, todo depende de ti

Conservar la salud: gran reto, gran recompensa

Mónica Barragán
Ruth Barragán
Colaboradoras
monica@elpuente.org.mx
ruth@elpuente.org.mx



El plato del bien comer. Imagen: www.nutricionenmovimiento.org.mx

En la actualidad estar saludable parece todo un reto, sobre todo cuando se vive en un mundo tan dominado por el estrés, el trabajo y las preocupaciones acerca de la economía, los hijos, la contaminación y la calidad de los alimentos que se consumen a diario. La salud puede definirse como la condición de todo ser vivo que goza de un absoluto bienestar en los niveles físico, mental y social (Organización mundial de la salud "OMS"). Ésta puede reconocerse y analizarse desde dos vertientes; la salud física, que es la condición en la que se encuentra el cuerpo y que funciona para lo cual fue diseñado; y la salud mental, que es el estado de equilibrio entre una persona y el entorno sociocultural en el que se desarrolla.
Para lograr dicho estado de bienestar y equilibrio es fundamental adoptar un estilo de vida saludable, acorde a las necesidades de cada persona, que le permita funcionar de manera óptima y tener la energía y vitalidad para afrontar cualquier situación de la vida. Aunque suene complicado sólo hay que cuidar la alimentación, hacer ejercicio y prevenir. Con esto lograremos una mejor calidad de vida a largo plazo.

La alimentación es una actividad básica fundamental que realizan a cabo todos los organismos vivos. Esto implica la ingesta de alimentos que satisfacen las funciones metabólicas del cuerpo y aportan la energía necesaria para un desarrollo saludable. Una buena alimentación es aquella que satisface completamente las necesidades de la persona, especialmente en lo que corresponde a su edad y complexión física.

Para tener una alimentación saludable es necesario ingerir cinco porciones al día de frutas y verduras, de diferentes colores y de preferencia con cáscara. También hay que agregar cereales a la alimentación ya que son fuente de energía para el cuerpo. Se recomiendan entre seis y ocho porciones diarias; tomar líquidos, entre seis y ocho vasos de agua natural, o combinarlos con caldos, jugos y sopas; evitar alimentos con alto nivel calórico, como los fritos, capeados, empanizados, pan dulce, caramelos, galletas. Se recomienda consumirlos en pequeñas porciones una o dos veces a la semana. Hay que comer ordenadamente, en una rutina alimenticia con desayuno, comida, cena, y dos colaciones; esto permite al organismo habituarse a horarios específicos, lo que hará que no consuma alimentos de más y que reconozca sus necesidades alimentarias. Es necesario disminuir alimentos de origen animal. Lo ideal es comer tres veces por semana carne blanca y sólo una o dos veces carne roja.

Además, siempre deben lavarse los alimentos antes de prepararlos, especialmente los vegetales y las frutas, pues

Datos sobre la salud que no sabías

- Estudios recientes han demostrado que permanecer sentado durante 11 horas diarias o más acorta la vida, por lo que se recomienda que durante ese periodo se levante, camine o realice alguna actividad física que estimule su actividad física.
- El rezago educativo y falta de información también contribuye a los problemas de salud pública en el país, pues existen aún enfermedades mortales que pueden evitarse con el adecuado conocimiento de cómo prevenirlas.
- Un fumador le resta cinco años en promedio a su vida en comparación de aquel que no fuma.
- Dentro del ombligo humano hay miles de bacterias que forman un ecosistema equivalente al tamaño de la selva tropical.
- La diabetes mellitus es una de las enfermedades que más aquejan a los mexicanos y se ha vuelto la principal causa de muerte en el país. Ésta se puede prevenir y controlar con una buena alimentación y ejercicio cotidiano.

durante su cultivo están expuestos a microbios. Se aconseja evitar el consumo de alimentos enlatados y procesados, pues contienen conservadores que perjudican la salud a largo plazo. Masticar bien los alimentos favorece la digestión y absorción de los nutrientes. Adicionalmente, comer en familia es una actividad social que estrecha los lazos entre las personas, y es el momento propicio de convivencia.

Por otra parte, el ejercicio se puede definir como la actividad física planificada, estructurada y repetitiva, realizada para mantener y mejorar la forma o las funciones físicas. Cualquiera que sea la actividad, desde la más sencilla hasta la más compleja, ha demostrado brindar beneficios físicos y emocionales en la prevención y /o desarrollo de algunas enfermedades.

Para conservar la salud y el peso corporal se pueden realizar estos cinco ejercicios sencillos, que puede realizar en todo momento, en su casa, al aire libre, solo o acompañado:

1. **Caminar de manera habitual**

Alarga la vida, previene las enfermedades cardiovasculares y aumenta el volumen óseo, por lo que se recomienda caminar al menos 30 minutos tres veces por semana, de acuerdo a las capacidades de cada individuo.

2. Correr
Se le considera uno de los ejercicios más completos ya que involucra los diferentes grupos musculares ayudando a quemar más cantidad de grasa, lo que mantiene el cuerpo en óptimo funcionamiento. Se recomienda hacerlo de manera progresiva y bajo supervisión médica si no se está acostumbrado.

3. Flexión de articulaciones
Estos ejercicios ayudan a mejorar la flexibilidad y la elongación adecuada de los músculos. Es recomendable hacerlo antes y después de cualquier rutina de ejercicios; así permitirá que el cuerpo se relaje de manera natural. Si no se está acostumbrado a realizar actividades físicas regularmente, puede hacer ejercicios con pequeñas pelotas de goma para flexibilizar y fortalecer sus manos y pies. Hacer movimientos repetitivos sencillos con sus tobillos, rodillas o brazos puede ayudar a disminuir la rigidez de los músculos.

4.Sentadillas
Permiten trabajar el grupo de músculos más grande del cuerpo, generando así una gran quema de calorías y mejorando la resistencia cardiovascular. Lo importante es cuidar las flexiones e ir aumentando el número de estas según vaya consintiendo el cuerpo.

5.Bailar
Practicar algún estilo de baile permite relajar los músculos y activar el cuerpo, puede hacerse en familia y será muchos más divertido, además de que produce endorfinas, con lo cual hay un sentimiento de felicidad y satisfacción.

Por último, la prevención es el medio más efectivo para conservar la salud; las revisiones médicas constantes y el seguimiento de acciones que fortalezcan la higiene y seguridad en el hogar o en el trabajo son fundamentales para tener una población sana. Es responsabilidad de cada individuo tomar la salud en sus manos... hacer revisiones periódicas de su estado, mantener un peso adecuado, evitar el cigarro, el alcohol, el estrés; practicar una alimentación responsable y activarse físicamente.

Correr se ha convertido en una práctica común para la población en general. Foto: oaxacahoy.com

Remedios populares que ayudan a mantener la salud

Para la buena digestión. Después de cada comida y con el propósito de facilitar la digestión, se recomienda tomar una taza de té de manzanilla cuya preparación consiste en cocer 10 gramos de hojas de manzanilla durante 10 minutos en medio litro de agua.

Para el resfriado. Preparar un jugo curativo rico en vitamina C y de gran poder antibacterial. Ingredientes: 20 ml de jugo de ajo, una taza de jugo de naranja y una rebanada de piña picada y sin cáscara. Se deben batir todos los ingredientes en una licuadora por tres minutos y se debe beber de inmediato.

Para las Ampollas. No es recomendable estallar la ampolla, ya que eso aumenta la probabilidad de infección. En vez de eso, utilizar una bola del algodón empapada en Hamamelis virginiana para limpiar el área al menos cuatro veces al día. El hamamelis contiene taninos astringentes que absorben el líquido de la ampolla y alivian el dolor mediante el aumento de la circulación.

Para el estreñimiento. Los higos secos funcionan del mismo modo que las ciruelas, ya que contienen fibra soluble e insoluble que limpiarán los intestinos; cinco higos proporcionan por lo menos el 20 por ciento de las necesidades diarias de fibra, más que casi cualquier otra fruta. Es necesario consumir cuatro o cinco en cuanto aparezca el estreñimiento y beber por lo menos un vaso de agua. Repetir la operación cada tres horas.

Para el insomnio. Mantener una planta de lavanda en la mesita de noche o usar aceite esencial de lavanda en un difusor de aromaterapia, eso ayuda a dormir mejor.

Para la bronquitis. Fruncir los labios. Si se tiene bronquitis crónica se puede respirar demasiado rápido. Fruncir los labios ayuda a reducir la respiración y aumenta la presión de aire en las vías respiratorias.

Para las aftas. Bicarbonato de sodio. Enjuagar la boca con agua con bicarbonato de sodio (disolver una cucharadita de bicarbonato en una taza de agua caliente) y escupir el agua salada. Esto ayuda a aliviar el dolor y permite que la herida cure más rápido.

Para el resfriado. Sopa de pollo. Los científicos han encontrado que la sopa de pollo puede aliviar los síntomas del resfriado de dos maneras: actúa como un agente antiinflamatorio y acelera temporalmente la circulación de moco por la nariz, aliviando la congestión.

Para el mal aliento. Perejil. Su sabor fuerte puede enmascarar la halitosis de forma temporal cuando se mastica.

Datos sobre la salud que no sabías

- Lavarse las manos antes de consumir alimentos, después de ir al baño, de estornudar o tener contacto con superficies contaminadas puede prevenir enfermedades como diarrea, infecciones respiratorias, influenza, rotavirus, salmonella, E.Coli, entre otras.
- Cuando una persona se ruboriza, su mucosa del estómago se ruboriza también.
- Un buen plato de avena en el desayuno estimula la producción de serotonina, también conocida como la hormona del buen humor.
- Un estudio reciente demostró que quienes se ejercitan a edades tempranas y lo convierten en una actividad habitual tienen una mejor memoria a los 40 y 50 años.
- Desvelarse o no dormir bien a largo plazo provoca síntomas parecidos a la esquizofrenia.

El mariachi, bella música tradicional que alegra el corazón, incita a bailar un son y llena el alma de placer

La herencia del oficio que cautiva al mundo

Ma. de Jesús Ramírez Parra
Colaboradora
maryjesu.rampa@gmail.com

Mariachi Juvenil Santa Cecilia. Foto: Archivo.

El mariachi es un género de música tradicional originario del occidente y norte de México y es difundido en el mundo entero como una manifestación cultural de este país. Según estudios de antropólogos mexicanos, la palabra mariachi deriva del nombre de una madera con la que se construían los tablados en que se bailaba al acompañamiento del ritmo de músicos locales; existen bastantes mitos sobre el significado de esta palabra, pero lo cierto es que el mariachi es música popular mexicana de carácter alegre y bullicioso

En Sayula Jalisco, en la década de 1930 existió el mariachi de los Aceves con tres integrantes que tocaban violín, arpa y guitarra. En ese tiempo les decían "Los Aporreadores" porque no era muy fácil que se cansaran de tocar. Se dice que ellos se pasaban hasta toda una noche y parte del día deleitando a quienes gustaban de ese tipo de música para bailar, pero también a quienes gustaban de alternar su canto con tragos de bebidas embriagantes. Todos amanecían muy alegres.

Hoy en esta misma población vive la familia formada por el señor José Aceves Aguilar y su esposa María Teresa Juárez. Don José es descendiente directo de ese mariachi pequeño; Él, en unión con su hermano el señor Jesús Aceves heredó la sensibilidad y destreza para el canto y la música y ha dedicado la mayor parte de su vida –más de 40 años- a este oficio de mariachero.

La familia Aceves Juárez, en su calidad de mayordomos del barrio de la Virgen de la Candelaria, decidió formar un coro para amenizar las celebraciones del templo, donde participaban adolescentes y niños de esa comunidad. Adrián Aceves se dio a la tarea de enseñar a los más chicos a tocar los instrumentos y a obtener y conformar el tono de voz más adecuado. Después, a partir de la experiencia del papá, la inquietud y sabiduría del hijo Adrián, más el talento heredado de sus antepasados, surgió la idea de formar el mariachi juvenil Santa Cecilia, que existe desde 1980.

Mariachi Juvenil Santa Cecilia. Foto: Archivo.

Desde el año 2012 integran este moderno y juvenil mariachi cuatro de sus hijos, Juan Manuel, Guadalupe Adrián, Antonio de Jesús y Pablo Israel, sus nietos Miguel Aceves y José Ismael Rodríguez y otros siete muchachos más, Jesús Hernández, David Rodríguez, Pablo Benítez Verdín, Jesús Arroyo, Alejandro Rubén Barajas y Oscar David López. Ellos utilizan violines, vihuela, trompetas, arpa, guitarra y guitarrón. Son muy aplaudidos en su natal Sayula y alrededores ya que la mayoría de los integrantes son muy jóvenes y en sus presentaciones visten traje de charro, que es parte de su identidad.

Pablo Benítez comenta que él estudió música en la Universidad de Guadalajara,. Adrián ha recibido instrucción con maestros particulares. Don José, aparte de lo heredado, recibió más conocimiento y experiencia de joven, con el maestro cantor de esta ciudad, el señor José Preciado, además con el señor Jesús Díaz, integrante de un grupo musical llamado "Los Chiles Rellenos" -que tocaba música variada-, con otro maestro en la casa de la cultura y algunos del cercano poblado de Tepec.

La mayoría de los integrantes de este joven mariachi disfruta bastante este trabajo. Viven de él y una de las más grandes satisfacciones es la admiración de chicos y grandes. Todos están de acuerdo en que los aplausos son una parte muy importante que los motiva e impulsa a continuar en ese medio. Si están tristes, cantar los alegra y les hace sentir diferentes emociones según su estado de ánimo.

Aunque aseguran que ha habido mucho progreso desde que iniciaron -se reúnen a ensayar tres días por semana- ellos manifiestan que quieren continuar su preparación, pues creen que aún hay mucho por mejorar en la cuestión musical y es algo esencial para su proyecto de grabar un disco con el que puedan seguir difundiendo esta tradición del Sur de Jalisco.

Si quieres escuchar su música, visita la página de Facebook y podrás encontrarlos como Mariachi Juvenil Santa Cecilia.

Semblanza de Ángel Núñez, agente de pastoral de la parroquia de San Gabriel

Lo que se siembra se cosecha

Ángel con su esposa Carolina Robles, su nieto Iván Guadalupe y sus hermanos José Guadalupe y Gabriel. Foto: Luis Antonio Villalvazo.

P. Luis Antonio Villalvazo
Párroco de San Isidro Labrador
antonio@elpuente.org.mx

En el barrio Puente Nuevo del pueblo de San Gabriel, Jalisco, vive José Ángel Núñez Zúñiga, artesano orfebre armador de pulseras de plata y agente de pastoral, quien nos abrió la puerta de su hogar para compartirnos pedazos de su vida y sus experiencias pastorales.

Ángel nació el 2 de octubre de 1961. Es el hijo mayor de una familia pobre y numerosa. Su padre, don José Guadalupe, ganaba el sustento para sus 10 hijos construyendo casas. Aprender a ganarse el pan de cada día con el sudor de su frente y confiar en el amor de Dios fue la herencia que les dejaron a sus hijos.

Ángel aprendió las primeras letras en el ambiente religioso del colegio Independencia, coordinado por las hermanas religiosas Misioneras Eucarísticas de María Inmaculada (Memis). Ingresó a la secundaria Venustiano Carranza donde cursó el primer año. Luego, en 1976, animado por su papá y el cura Jacinto Verdín, llegó al Seminario de Ciudad Guzmán con la ilusión de ser sacerdote. "El sargento" como lo apodaron sus compañeros seminaristas, confiesa: "Me gustó la experiencia, pero descubrí que no era mi camino y decidí regresar a mi pueblo a terminar la secundaria y hacer mi vida".

Su juventud la vivió entre su taller de trabajo y el campo de futbol. Fue portero del equipo "Silver". Por su carácter amistoso ganó amigos, pero reconoce que malgastó su tiempo y dinero en la bebida y parrandas. "Comencé a asentar cabeza cuando me casé con Caro, mi esposa, Dios nos regaló cuatro hijos: Miguel Ángel y Ana Carolina que son gemelos y profesionistas. Luego nacieron Iván Guadalupe y Gabriel Alejandro, que estudia en el Tecnológico de Ciudad Guzmán".

En el año 2000 lo invitaron a integrarse al grupo de su barrio encargado de recabar fondos para cubrir los gastos de la fiesta patronal. Esta experiencia fue la plataforma que lo lanzó a dar un salto cualitativo en la vivencia de su fe. Nueve años después, pasó de organizador de la fiesta patronal a ser animador de la vida cristiana en su barrio.

La enfermedad y la muerte de su hijo Iván Guadalupe, a los 15 años de edad, marcaron su vida personal y familiar. El silencio y el nudo en su garganta son señales de que el 14 de febrero de 2009 -día en que murió su hijo- es una fecha que está tatuada en su corazón. "En medio del dolor escuchamos el llamado de Dios a ser una familia unida y a servir a nuestra comunidad. Y en esto estamos. Mis hijos participan en el grupo juvenil. Mi esposa fue ministra de comunión y actualmente participa en los equipos de pastoral vocacional y de liturgia; los dos impartimos la catequesis prematrimonial. Desde septiembre de 2009 participo en el proceso de formación de candidatos a diáconos permanentes. Es una experiencia que considero un regalo de Dios y una oportunidad para vivir mi misión como bautizado, porque entiendo que los dones que Dios nos da no son para enterrarlos, sino para trabajarlos y compartirlos", comentó.

La exigencia de entregar a tiempo el trabajo a sus patrones que radican en Guadalajara y cumplir con los múltiples compromisos pastorales lo han llevado a partir y organizar su tiempo contando con el apoyo de sus hermanos carnales José Guadalupe y Gabriel. Pero tiene claro que su principal prioridad es animar la vida cristiana de su barrio. Es un seglar que quiere y se identifica con su comunidad.

Al preguntarle sobre el momento actual que vive su barrio, Ángel fue enumerando los servicios que tienen y las acciones que realizan. Pero de manera especial señaló las experiencias que han fortalecido la vida comunitaria. "Creo que las catequesis para quinceañeras y para personas mayores sin sacramentos; la campaña de recolectar y reciclar plásticos y vidrios, de promover el uso de bolsas de tela en lugar de las de plástico, así como el proceso de construcción de nuestra capilla dedicada a señor San José, son las acciones que han ayudado a darle identidad y sentido de pertenencia a nuestro barrio", expresó con gusto.

"El seguimiento de Jesús exige tomar opciones y decisiones. Ángel, por su base religiosa, el ambiente de unidad y apoyo de su familia, su carácter amistoso, su apertura para descubrir la presencia de Dios en los hechos de su vida y por su mística de servicio, vive el seguimiento a Jesús encarnado en su vida familiar y en su barrio", señaló el padre Andrés Martínez, quien ha acompañado por más siete años el servicio de los agentes de pastoral de la parroquia de San Gabriel.

Los atentados del pasado 13 de noviembre en París captaron la atención del mundo y eclipsaron la realidad de muchas otras ciudades y ciudadanos afectados por el terrorismo

Tinieblas envuelven a las víctimas del terror

Carlos Cordero
Colaborador
ccordero@iteso.mx

Agentes de Policía en el restaurante Le Carillon en París, uno de los escenarios de la matanza. Foto: www.elespanol.com

Han pasado 14 años desde que los atentados a las Torres Gemelas en Nueva York conmocionaron al mundo. Fue un acontecimiento sin precedentes que marcó el inicio de una nueva era, la de la guerra contra el terrorismo, y desde entonces han ido en aumento los daños a civiles causados por actos de esta naturaleza. Aquel año el terrorismo internacional arrebató la vida de 7 mil personas en el mundo, sin embargo durante 2014 alrededor de 34 mil personas murieron en atentados terroristas.

París, la capital europea

En este contexto no sorprende que los eventos del 13 de noviembre en París, donde murieron 130 personas, hayan conmocionado al mundo de la forma en que lo hicieron. Sin embargo, París y Nueva York no son las únicas ciudades donde la gente teme a los atentados. La mayoría de las víctimas de estos hechos viven lejos de las grandes capitales del mundo, pero parece que a la sociedad internacional le importan más unas víctimas que otras.

Después de lo sucedido en la capital francesa los líderes del mundo se apresuraron a condenar el terrorismo y ofrecer su apoyo para buscar y reprimir a los culpables del ataque. En nuestro país, Enrique Peña Nieto emitió un comunicado de solidaridad con Francia y para fortalecer esta postura se iluminaron –simbólicamente- los principales monumentos de la Ciudad de México con los colores de la bandera francesa. En Guadalajara la Minerva lució azul, blanca y roja, y se sumó a esta expresión solidaria que iluminó a los monumentos de las principales capitales del mundo.

En las redes sociales fue común ver fotos de perfil con los colores franceses superpuestos e inclusive la plataforma Facebook habilitó una aplicación para que la gente que estuviera en París pudiera indicar que se encontraba a salvo. Durante un par de días la prensa internacional dio amplia cobertura a la respuesta de Francia frente a los atentados, e inclusive especuló sobre el inicio de una tercera guerra mundial. Pero unas horas antes de que el pánico inundara Europa, en El Líbano murieron 40 personas a causa del atentado terrorista más mortífero en aquel país desde la década de los 80, y de Beirut poco o nada se dijo. Nadie coloreó de blanco y rojo su imagen de perfil en Facebook, nadie entonó el himno nacional libanés en muestra de solidaridad. Dejaron que las víctimas de medio oriente se consolaran a sí mismas.

Medio Oriente y África: un mundo en penumbra

Lo que vivió París fue sólo un ejemplo de lo que viven las personas en Medio Oriente desde hace mucho tiempo. Desde la guerra entre Irak e Irán, en los años 80, pasando por las invasiones a Kuwait en la Primera Guerra del Golfo, y las intervenciones de Estados Unidos en Afganistán e Irak en la década pasada, hemos olvidado el rostro de los civiles que han sido víctimas del fuego cruzado entre terroristas y ejércitos. Por ejemplo, en Siria todos los días miles de familias tienen que enfrentarse a los ataques de los grupos extremistas, pero también deben esquivar los ataques de las potencias europeas que en su frenesí por exterminar al Estado Islámico bombardean ciudades enteras matando a muchos civiles en sus operaciones. Recientemente Estados Unidos acaba de reconocer que debido a un "error de cálculo" fue bombardeado un hospital en Afganistán, donde murieron al menos 30 personas, entre ellos médicos voluntarios internacionales que prestaban servicio en ese hospital.

Pero además, la gente de medio oriente tiene que lidiar con el hambre, la destrucción de sus hogares, de sus centros de trabajo, el desempleo, la miseria... todas situaciones que poco se comentan en los medios de comunicación y menos están presentes en el imaginario de las personas "occidentales" que sólo asocian Medio Oriente con terrorismo y olvidan que esas personas también son víctimas del terror.

Este olvido en que mantenemos a nuestros hermanos musulmanes ha provocado que cada día se sumen más civiles a combatir del lado de los grupos radicales. Recordemos que el Estado Islámico tuvo su origen en las cárceles iraquíes controladas por Estados Unidos tras la invasión, cárceles en las que los iraquíes fueron víctimas de violaciones a sus derechos humanos y abusos de autoridad por parte de las tropas norteamericanas. Esas personas que lograron huir de las cárceles son quienes han ido reclutando adeptos para el Estado Islámico. Entre sus grupos preferidos para reclutar se encuentran aquellas personas que han perdido todo a causa de la guerra: su hogar, su familia, su trabajo, su país. Gente que ya no le tiene miedo a la muerte,

gente que sabe que "occidente" no los salvará. Por ello se unen al Estado Islámico porque la propaganda ideológica fundamentalista les ofrece una razón más para vivir.

Lo mismo sucede en África. Muchos de los países del norte de África han vivido por mucho tiempo en guerra civil. Sierra Leona, Sudan, Mali, por mencionar algunos casos, llevan casi 20 años de enfrentamientos entre fuerzas rebeldes y ejércitos mercenarios. Precisamente en esos países el fundamentalismo está cobrando fuerza, reclutando a aquellas víctimas que se encuentran abandonadas por "nosotros", los occidentales. El grupo fundamentalista Boko Haram, que es afín al Estado Islámico, ha sido el autor de los atentados en Túnez de este año y en 2014 secuestró a más de 200 niñas en Nigeria, casos que tampoco recibieron la atención mediática internacional ni recibieron el apoyo de las naciones occidentales.

Algunos de los atentados terroristas más sangrientos de 2015			
Fecha	Lugar	No. De muertes	Descripción
7 enero	Paris, Francia	12	Atentado a la redacción de la revista Charlie Hedbo
18 marzo	Túnez, Túnez	20	Atentado en el Museo Nacional, y el Parlamento
2 abril	Garissa, Kenia	140	Atentado en la Universidad de Garissa, las víctimas eran estudiantes.
2 abril	Adén, Yemen	40	Atentado a la sede del gobierno
19 abril	Jalalabad, Afganistán	34	Atentado a la sede del gobierno
27 junio	Playa Susa, Túnez	35	Atentado contra turistas
27 junio	Alepo, Siria	165	Atentado contra civiles en las calles de Alepo
2 julio	Kukawa, Nigeria	97	Atentado contra fieles civiles en una mezquita
10 octubre	Ankara, Turquía	85	Atentado en una manifestación pacífica en contra de la guerra
13 noviembre	Beirut, Líbano	40	Atentado en una zona comercial de Beirut
13 noviembre	París, Francia	130	Atentados en diversas zonas de la ciudad
20 noviembre	Bamako, Mali	27	Atentado a un Hotel

Tabla 1. Atentados terroristas más sangrientos.

Nosotros frente a ellos

Frente a estos hechos, pareciera que la guerra contra el terrorismo está generando un sentimiento de desprecio frente a la gente de Medio Oriente y el norte de África, a quienes se les generaliza como terroristas o como cómplices del terrorismo. En este enfrentamiento ideológico entre Occidente y Oriente, una vez más hemos comenzado a construir estereotipos sobre todos aquellos que no comparten nuestra visión del mundo. Así, el Islam ha sido encasillado como una religión fundamentalista y los árabes como una cultura inferior a la nuestra. Hemos olvidado que el Islam y los árabes han contribuido sustancialmente a la construcción de lo que hoy llamamos "Occidente". Basta señalar que el sistema numérico decimal es una herencia árabe.

De la misma manera hemos olvidado que en Alepo, Bagdad, Gaza y Beirut también hay víctimas del terrorismo y que esas personas deben importarnos tanto como las de París o Nueva York. El valor de la vida humana debería ser el mismo en todos los rincones, sin importar la nacionalidad o la religión. Lamentablemente nos hemos acostumbrado a la violencia y hemos priorizado la urgencia de abatirla en algunas regiones del mundo por encima de otras. Para combatir efectivamente al terrorismo, debemos devolver la esperanza a aquellas personas que hemos olvidado, para evitar que su desgracia sea presa del oportunismo extremista.

Miradas

¿Esquizofrenia o fundamentalismo?

Carlos Cordero
Colaborador
ccordero@iteso.mx

En 1995 Timothy McVeigh hizo explotar un edificio en la ciudad de Oklahoma, en Estados Unidos. Hubo 168 muertos. Tomothy era un estadunidense sureño de 27 años y partidario del extremismo de la derecha política de su país, un perfil muy similar al de Anderz Breivik, un noruego anti-islamista que en 2011 perpetró un ataque terrorista en Oslo, donde murieron 77 personas. Ambos casos han quedado muy relegados en el recuerdo de la gente que, hoy en día, cuando imagina a un terrorista, lo imagina con facciones árabes y recitando versos del Corán. Pareciera como si los "occidentales" no fuésemos propensos a caer en fundamentalismos. Un ejemplo claro es el de aquellos que defienden ferozmente la posesión de armas de fuego para uso doméstico, armas con las que se han perpetuado en los últimos años sendas matanzas en espacios públicos de Estados Unidos –principalmente escuelas-. Sin embargo, tanto a los aficionados a las armas como a McVeigh y Breivik les hemos concedido el beneficio de la locura. Los desórdenes mentales son generalmente nuestra primera explicación frente al terror cuando éste se personifica en un perfil "conocido", parecido a nosotros. Si es alguien de origen árabe o africano no dudamos en señalarlo como un salvaje.

Esta actitud nos ha llevado a "desnaturalizar" la vida de aquellos que no son afines a nuestros valores y con ello hemos contribuido más a la construcción de identidades antagónicas. En el caso del terrorismo les tocó a los árabes y a los islámicos formar ese antagonismo que fortalece una imagen de enemistad entre Occidente y Oriente.

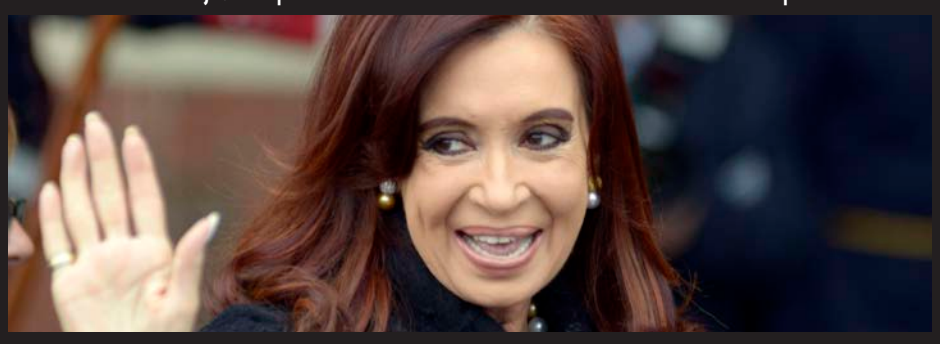
Pero el terrorismo es el mismo en todo el mundo, así sea un grupo de fundamentalistas islámicos que estallan bombas, jóvenes blancos que matan a sus compañeros de clases o policías abusando del uso de la fuerza para reprimir. En ese sentido, deberíamos incluir la protección de las naciones árabes e islámicas en la lucha contra el terrorismo, ya que ellas también han sido víctimas. Pero también deberíamos voltear hacia Occidente y revisar si no hemos sido fundamentalistas en nuestra forma de juzgar a los demás, en nuestra forma de reforzar aquellos estereotipos que propician el odio entre las naciones y que alimentan el terrorismo.

El mundo recibía el año con terror frente a los primeros atentados en París perpetuados por el fundamentalismo islámico a la edición de la revista Charlie Hedbo.

A principios de año Cuba y Estados Unidos reinstauraron formalmente las relaciones diplomáticas entre ambas naciones, lo que supone el primer paso del fin del aislamiento cubano.

Durante todo el año el precio internacional del petróleo ha mantenido una tendencia a la baja, lo que ha vulnerado a la economía de nuestro país.

Este año Vladimir Putin presidente de Rusia, se sumó a la campaña militar en el combate contra el Estado Islámico, sin embargo, Estados Unidos se mantiene escéptico frente a ello.



Se puso fin a 12 años de gobiernos kirchneristas en Argentina, lo que se espera sea el inicio de una nueva etapa en la historia económica de ese país.

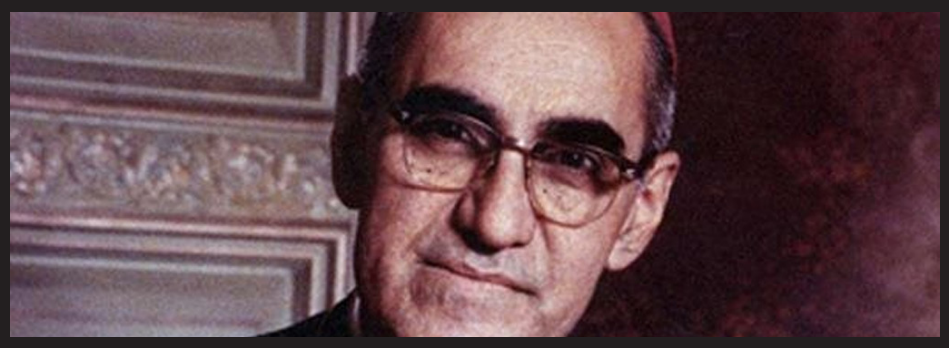
Revés para el Estado mexicano cuando el grupo de expertos internacionales publicó su informe sobre los hechos del 26/09/14 determinando que los normalistas no pudieron haber sido incinerados en el basurero de Cocula.

El primero de mayo de este año el Sur de Jalisco fue víctima de "narcobloqueos" perpetrados por grupos de la delincuencia organizada.

Se celebraron elecciones federales y locales el 7 de junio de este año. Por primera vez hubo candidaturas independientes y partidos políticos como Movimiento Ciudadano y Morena lograron triunfos importantes.

Este año el Coneval presentó sus resultados de la medición de la pobreza para el periodo 2012-2014, donde se muestra que el número de pobres sigue aumentando en el país.

Hacia el final del año entraron en funciones los nuevos gobiernos municipales en Jalisco y comenzó sus labores el nuevo Congreso Local.



En este año el Papa Francisco beatificó al Arzobispo salvadoreño Oscar Arnulfo Romero, quien dio su vida por defender a los más pobres.

El Papa publicó la Encíclica Laudato Sí, donde aborda el tema de la ecología y la pobreza. El documento generó muchas reacciones a favor y en contra en todo el mundo.

El Puente
Publicación Mensual Diocesana de Información y Animación Misionera

Calle Moctezuma No. 25 CP. 49000, Cd. Guzmán, Jalisco, México. Tel. (341) 412 1631
Correo electrónico: contacto@elpuente.org.mx
Impresión: Impresos comerciales Milenio
Tiraje: 9 mil ejemplares.
* Registro en trámite.
www.elpuente.org.mx

Directorio

Consejo Editorial
P. Salvador Urteaga
P. José Sánchez Sánchez
Carlos Efrén Rangel
Jorge Rocha

Director
P. Luis Antonio Villalvazo

Corrector de estilo
David Morales

Diseño y diagramado
Alma Meza Jáuregui
Óscar G. Molgado Esqueda

Colaboradores
P. Alfredo Monreal
P. Lorenzo Guzmán
P. Juan Manuel Hurtado
P. Francisco Mejía
Mónica Barragán
María de Jesús Ramírez
Ruth Barragán
Alonso Sánchez
Carlos Cordero
José Luis Ruíz
Vicente Ramírez

Administración
P. Francisco Arias
P. Carlos Córdova Flores

Secretaria
Cristina Mejía Guzmán