



BANCO DE COMIDAS

A través de la Parroquia usted puede ayudar a las familias en necesidad. Esta crisis ha afectado a las personas mas vulnerables que han perdido su trabajo o no tienen comida:

1. Traiga comida que no se dañe en tarros o granos y productos de limpieza y déjelos en la puerta de nuestra parroquia:

2200 California St. NW, Washington DC -20008

2. Envíenos un mensaje de texto al (202) 670-2113 para saber que usted vino.

3. Nosotros nos aseguraremos de llevar esta comida y productos de aseo a los adultos mayores, enfermos y personas en necesidad.



Usted puede también hacer una contribución donando en nuestra pagina web:

<https://www.ourladyqueenoftheamericasdc.org/donaciones-en-linea>

Santa Misa y Devociones para la Próxima Semana
(Acompáñenos en estas Liturgias por **Facebook Live**)

DIA	HORA	INTENCIÓN
Lunes 30	9:15 am	Ana Triaureau (Acc. Gracias)
Martes 31	9:15 am	Señor de los Milagros (A. Gracias)
Miércoles 01	9:15 am	Señor de los Milagros (A. Gracias)
Jueves 02	9:15 am 9:45 am	Rosa Hernández de Tovar (+) Exposición del Santísimo
Viernes 03	9:15 am 6:00 pm 7:00 pm	San Juan Pablo II (Int.Especial) Hora Santa Viacrucis
Sábado 04	5:00 pm	Living and Deceased Parishioners
Domingo 05	8:15 am	Santo Rosario
	9:15 am	Misa Intenciones Comunitarias
	3:00 pm	Hora Santa

TEMPO BOOKSTORE The Languages Resource Center

English as a Second Language (ESL)
Learning Foreign Languages • Dictionaries
Children Books • English Speakers Gr. K- 8 Books
National Geographic Education
4115 Wisconsin Ave. N.W, Suite 105
Washington, D C. 20016
Phone: 202-363-6683
Fax: 202-363-6686
www.tempobookstore.com
e-mail:tempobookstore@yahoo.com



Monday-Saturday 10-6 pm • Closed Sundays & Holidays

PARROQUIA NUESTRA SEÑORA REINA DE LAS AMÉRICAS

2200 CALIFORNIA ST, NW, WASHINGTON, DC 20008

www.ourladyqueenoftheamericasdc.org

MENSAJES DE TEXTO Y EMERGENCIAS (202) 670-2113 OFC: (202) 332-8838

facebook.com/ReinadelasAmericasDC



MARZO 29 DE 2020 - V DOMINGO DE CUARESMA

"Lázaro, nuestro amigo, se ha dormido; pero yo voy ahora a despertarlo".



En este Boletín:

Como utilizar este tiempo en casa y preparar un buen examen de conciencia para hacer después una buena confesión

Mensaje del Párroco - Padre Alejandro Díaz

Saludos a toda la familia parroquial y a nuestros amigos del alma. ¿Se fijan ustedes como nos cambia la vida en un segundo? ¿Quién se imaginaba hace unas semanas que nuestra Vigilia Mensual de Oración sería transmitida virtualmente en Facebook pues, cumpliendo con lo establecido por el Distrito de Columbia y siguiendo las recomendaciones de nuestro Arzobispo, no podemos reunirnos en el auditorio como lo hacemos todos los meses.

¿Quién pensaba en tener a sus hijos en casa todo el día en este tiempo, o en estar trabajando a media marcha o peor aún sin trabajo? Ciertamente esta Cuaresma será recordada por mucho tiempo, y espero que de ella todos logremos encontrar muchas cosas positivas que nos ayuden a crecer espiritualmente.

Algo en lo que debemos reflexionar es la fragilidad que tenemos y que a veces ignoramos porque creemos que todavía no nos ha llegado el tiempo para morir. Yo no quiero ser trágico ni pesimista con esta situación del coronavirus y con toda esa cantidad de muertos reportados hasta ahora. Lo digo es por nuestro Evangelio de hoy, en el que Marta le dice a Jesús: "Señor, si hubieras estado aquí, no habría muerto mi hermano." Parecería que Marta le dice a Jesús que ciertamente este no era el tiempo para que Lázaro muriera. ¿Será que hay algo de reproche en las palabras de Marta por lo que Jesús no estaba ahí cuando su amigo lo necesitó? ¿Será que lo que Marta quiere decir es que ella sabe que Jesús lo hubiera sanado de estar ahí?

Con la pandemia que vivimos mucha gente se pregunta también ¿donde está Dios? Mi respuesta está en las palabras de San Pablo en su carta a los Romanos:

Los que viven en forma desordenada y egoísta no pueden agradar a Dios. Pero ustedes no llevan esa clase de vida, sino una vida conforme al Espíritu, puesto que el Espíritu de Dios habita verdaderamente en ustedes. Quien no tiene el Espíritu de Cristo, no es de Cristo. En cambio, si Cristo vive en ustedes, aunque su cuerpo siga sujeto a la muerte a causa del pecado, su espíritu vive a causa de la actividad salvadora de Dios.

Sepamos que Cristo está con nosotros en este tiempo. Que Él no abandona a quien agrada a Dios Padre. Jesús nos invita a levantarnos todos los días y a seguirle en medio de las adversidades de la vida. Desatemos nuestra valentía y fe en el Señor y sigamos adelante con Cristo. Él nos espera en la Cruz y en el Cielo! La Bendición de Dios Todopoderoso. Padre, † Hijo y Espíritu Santo este con todos ustedes.



PARROQUIA NUESTRA SEÑORA REINA DE LAS AMÉRICAS

¡Todas las actividades y Misas Públicas están canceladas hasta nuevo aviso!

HORARIO TEMPORAL DE OFICINA:
LUNES A VIERNES DE 9AM A 5PM CON CITA PREVIA
AL (202) 332-8838 – EL BUZON DE MENSAJES NO FUNCIONA

POR FAVOR COMUNIQUESE SI NECESITA INFORMACIÓN:

MENSAJES DE TEXTO: **(202) 670-2113**
FACEBOOK: [facebook.com/ReinadelasAmericasDC](https://www.facebook.com/ReinadelasAmericasDC)
CORREO ELECTRÓNICO: reinadelasamericas@gmail.com
CORRESPONDENCIA Y MENSAJES DE TEXTO PARA
EL PADRE ALEJANDRO DÍAZ: **(240) 780-8823**

2200 California St N.W. – Washington, DC 20008

¿Cómo Preparar una Buena Confesión?

♦ **Examen de conciencia:** Debo primero pedirle al Espíritu Santo que me ilumine y ayude a recordar cuáles son mis pecados. Hay dos tipos de pecados:

Pecado Mortal: es una horrible ofensa en contra de Dios que destruye la vida de gracia en el alma. Tres simultáneas condiciones deben estar presentes para que un pecado sea mortal: (a) **Que el pecado sea grave, muy serio.** (b) **Que el pecador sepa que eso que va a hacer o hizo es pecado.** Y (c) **Que a pesar de saber que eso es pecado, decida hacerlo.**

Pecado Venial: Es cometer un pecado menor, una falta leve contra la ley de Dios. Recuerde faltar a la Santa Misa del domingo **deliberadamente** es un pecado mortal por haragán no por impedimento como pasa ahora.

Una buena manera de prepararme para confesión es repasando los 10 Mandamientos:

1. Amarás a Dios sobre todas las cosas ¿Me acuesto o me levanto sin rezar? ¿Me avergüenzo de parecer creyente ante los demás? ¿He creído en supersticiones, por ejemplo; amuletos, sales, brujas, lectura de naipes o de humo de cigarrillo, o espiritistas?

2. No jurarás el nombre de Dios en vano ¿He dicho el Nombre de Dios sin respeto y por cualquier tontería?

3. Santificarás las fiestas ¿He faltado a Misa los domingos sin excusa y por mi propia voluntad? ¿Cuántas veces___? ¿Cuántos domingos voy a Misa cada mes___?

4. Honrarás a tu padre y a tu madre ¿He desobedecido a mis padres? ¿No les he querido ayudar? ¿Los he tratado mal? ¿He perdido el tiempo en vez de estudiar o trabajar?

5. No matarás ¿He deseado que a otros les vaya mal? ¿He peleado? ¿He dicho groserías o malas palabras? ¿Tengo resentimientos contra alguna persona y no le quiero perdonar? ¿No rezo por los que me ofenden o me han tratado mal? ¿Me he burlado de alguien? ¿He puesto sobrenombres? ¿He tratado con dureza? ¿He dicho palabras ofensivas?

¿He hablado mal de otras personas? ¿He contado lo malo que han hecho o lo que dicen de ellos? ¿He escandalizado? (o sea, ¿he enseñado lo malo a los que no lo saben?) ¿Cuántas veces___? ¿Me he aprovechado de los más débiles para golpearlos o humillarlos?

6. No cometerás actos impuros ¿He mantenido en mi cerebro pensamientos o deseos impuros? ¿He mirado videos o películas impuras, o visto material pornográfico o escenas impuras en los medios? ¿He dicho o celebrado chistes groseros? ¿He hecho acciones impuras conmigo mismo o con algunas personas? ¿Tengo alguna amistad que me hace pecar?

7. No robarás ¿He robado? ¿Cuánto vale lo que he robado\$___? ¿Pienso devolverlo o dar eso a los pobres? ¿No he devuelto lo prestado? ¿He tenido pereza en cumplir los deberes? ¿He utilizado el tiempo del trabajo para mí?

8. No mentirás ¿He dicho mentiras? ¿He inventado de otros lo que no

han hecho o dicho? ¿He hecho trampas en negocios o estudios? ¿He creído que Dios no me va a ayudar?

9. No consentirás pensamientos ni deseos impuros ¿He codiciado la pareja de mi prójimo? ¿He mirado a los demás de manera impura o con deseos pasionales?

10. No desearás los bienes ajenos ¿He deseado los bienes ajenos? ¿He sido envidioso? ¿He sido avaro? ¿He comido más de lo que necesito? ¿He sido orgulloso?

PECADOS CAPITALES

Otra forma de hacer una buena confesión es recordando los siete pecados Capitales:

1. Soberbia u Orgullo

Consiste en una estima de sí mismo, o amor propio indebido, que busca la atención y el honor y se pone uno en antagonismo con Dios.

2. La Avaricia

Es la inclinación o deseo desordenado de placeres o de posesiones y, está prohibido por el noveno y décimo mandamiento.

3. La Lujuria

El deseo desordenado por el placer sexual. Los deseos y actos son desordenados cuando no se conforman al propósito divino, el cual es propiciar el amor mutuo de entre los esposos y favorecer la procreación. Es un pecado contra el Sexto Mandamiento y es una ofensa contra la virtud de la castidad.

4. La Ira

El sentido emocional de desagrado y, generalmente, antagonismo, suscitado por un daño real o aparente. La ira puede llegar a ser pasional cuando las emociones se excitan fuertemente.

5. La Gula

Es el deseo desordenado por el placer conectado con la comida o la bebida. Este deseo puede ser pecaminoso de varias formas: a- Comer o beber muy en exceso de lo que el cuerpo necesita. b- Cortear el gusto por cierta clase de comida a sabiendas que va en detrimento de la salud. c- Consentir el apetito por comidas o bebidas costosas, especialmente cuando una dieta lujosa está fuera del alcance económico d- Comer o beber vorazmente dándole más atención a la comida que a los que nos acompañan. e- Consumir bebidas alcohólicas hasta el punto de perder control total de la razón. La intoxicación injustificada que termina en una completa pérdida de la razón es un pecado mortal.

6. La Envidia

Rencor o tristeza por la buena fortuna de alguien, junto con el deseo desordenado de poseerla. Se opone al décimo mandamiento.

7. La Pereza

Es la falta culpable de esfuerzo físico o espiritual; acedia, ociosidad.

Una vez terminado este examen de conciencia estaré listo para ir a confesarme y tratarse de no volver a cometer estos pecados otra vez.