

El Rincón de Espiritualidad

ENERO 2026



ARZOBISPADO
DE VALENCIA

Honraras a tu padre y a tu madre

| | |
|--------------|--|
| Introducción | |
|--------------|--|

| | |
|---------|--|
| Oración | |
|---------|--|

| | |
|------------|--|
| Meditación | |
|------------|--|

| | |
|-------------------|--|
| Palabras del Papa | |
|-------------------|--|

| | |
|-------|--|
| Otros | |
|-------|--|

| | |
|-------------------|--|
| Signos Educativos | |
|-------------------|--|



INTRODUCCIÓN

Honraras a tu padre y a tu madre

Iniciamos un nuevo curso, año de GRACIA para toda la humanidad, ya que hemos rememorado el nacimiento de Jesús, el Salvador, el que nos trae cada día un motivo para vivir con ilusión, nuestra vocación y profesión, siendo estrellas portadoras de luz para todas las personas.

Este curso escolar estamos recordando el deseo que Dios ha inscrito en el corazón del hombre para poder amarle más y mejor; los mandamientos, pistas para volar alto y no quedarnos en la mundanidad de las cosas, sino buscar lo que más agrada a Dios y a los demás.

Ester mes reflexionamos sobre el amor, respeto, ternura quedemos expresar a los padres, para ello tenemos la imagen de la Sagrada Familia.

¿Somos capaces de amar a nuestros padres como como ellos nos aman? ¿Y cómo nos ama Dios?

Ma Carmen Cervera. Profesora Jubilada

ORACIÓN

Oración. Honraras a tu padre y a tu madre

Oración por los padres

"Padre bondadoso, te doy gracias por mis padres. Gracias por su amor, sacrificio y guía. Te pido que los bendigas con salud, protección y paz en sus corazones. Ayúdalos a sentir tu presencia en cada momento y a disfrutar de la vida que les has dado".

"Concédeme la paciencia y el amor para honrarlos y apoyarlos como ellos lo han hecho conmigo. Fortalece nuestro vínculo familiar, que sea de amor, comprensión y unidad. Que seamos un apoyo mutuo y reflejemos tu luz en nuestro hogar".

"Te los confío a ti, Señor, bajo tu manto protector. Líbralos de todo mal, peligro y enfermedad. Dales la fuerza para enfrentar los desafíos diarios y que tu gracia los acompañe siempre". "En el nombre de Jesús, Amén".

Oración por la Familia

"Dios de amor, te agradecemos por la familia, tu hermosa creación. Protégela de todo ataque del enemigo y de las dificultades del mundo. Que nuestro hogar sea un nido seguro, lleno de tu Palabra y tu presencia. Ayúdanos a ser luz y sal, a permanecer unidos y a buscarte en cada decisión. Que tu amor guíe nuestros pasos y nos devuelva siempre a Ti. Amén".

Claves de estas Oraciones

Gratitud: Agradecer por el don de los padres y la familia.

Protección: Pedir que Dios los cuide de todo mal y peligro.

Salud y Bienestar: Solicitar bendiciones para su salud física y espiritual.

Unidad y Amor: Buscar la armonía y la fortaleza en las relaciones familiares.

Fe y Guía: Pedir sabiduría para vivir según la Palabra de Dios.

MEDITACIÓN MAGISTERIO DE LA IGLESIA



Honraras a tus padres

La Iglesia enseña que el mandamiento "**¡Honra a tu padre y a tu madre!**" (Cuarto Mandamiento) es fundamental, extendiéndose a honrar la autoridad legítima y a cuidar a los padres, especialmente en la vejez, implicando respeto, gratitud y apoyo, no solo obediencia ciega, con una promesa de vida larga y feliz, y siendo una base para la vida familiar y social, como se detalla en el Catecismo.

Conceptos Clave de la Enseñanza Católica:

Primer Mandamiento con Promesa: Es el primer mandamiento con una promesa de recompensa terrenal: "para que se prolonguen tus días sobre la tierra" (Éxodo 20, 12).

Alcance Amplio: No solo se refiere a los padres biológicos, sino también a la autoridad legítima (maestros, gobernantes, etc.).

Significado de "Honrar":

Respeto y Valoración: Darles gran estima y aprecio.

Ayuda y Cuidado: Especialmente en la vejez o necesidad, cuidarlos y proveer para ellos.

Obediencia (con matices): Obedecer en lo justo, pero la obediencia a Dios tiene prioridad si los padres piden algo contrario a la fe (cf. Hechos 5, 29).

Gratitud: Agradecerles lo que han hecho y sus consejos.

La Perspectiva de Jesús: Jesús reafirmó este mandamiento, criticando las tradiciones humanas que lo anulaban (Marcos 7, 8-13).

Impacto Social: Fortalece la familia y, por extensión, la sociedad, promoviendo la armonía y el respeto.

✚ **En Resumen:** La Iglesia ve el honrar a los padres como un deber filial que se transforma con la edad, pasando de la obediencia infantil al cuidado y respeto del adulto, buscando la armonía familiar y honrando a Dios, quien nos dio a nuestros padres



• El magisterio de la Iglesia CIC

«Honra a tu padre y a tu madre, para que se prolonguen tus días sobre la tierra que el Señor, tu Dios, te va a dar» (*Ex* 20, 12). «Vivía sujeto a ellos» (*Lc* 2, 51).

2197 El cuarto mandamiento encabeza la segunda tabla. Indica el orden de la caridad. Dios quiso que, después de Él, honrásemos a nuestros padres, a los que debemos la vida y que nos han transmitido el conocimiento de Dios. Estamos obligados a honrar y respetar a todos los que Dios, para nuestro bien, ha investido de su autoridad.

2199 Exige que se dé honor, afecto y reconocimiento a los abuelos y antepasados. Finalmente se extiende a los deberes de los alumnos respecto a los maestros, de los empleados respecto a los patronos, de los subordinados respecto a sus jefes, de los ciudadanos respecto a su patria, a los que la administran o la gobiernan.

La familia cristiana

2204. “La familia cristiana constituye una revelación y una actuación específicas de la comunión eclesial; cf LG 11. Es una comunidad de fe, esperanza y caridad, posee en la Iglesia una importancia singular como aparece en el Nuevo Testamento (cf *Ef* 5, 21-6, 4; *Col* 3, 18-21; *1 P* 3, 1-7).

2205 La familia cristiana es una comunión de personas, reflejo e imagen de la comunión del Padre y del Hijo en el Espíritu Santo. Su actividad procreadora y educativa es reflejo de la obra creadora de Dios. Es llamada a participar en la oración y el sacrificio de Cristo. La oración cotidiana y la lectura de la Palabra de Dios fortalecen en ella la caridad. La familia cristiana es evangelizadora y misionera.

2206 Las relaciones en el seno de la familia entrañan una afinidad de sentimientos, afectos e intereses que provienen sobre todo del mutuo respeto de las personas. La familia es una *comunidad privilegiada* llamada a realizar un propósito

común de los esposos y una cooperación diligente de los padres en la educación de los hijos (cf. GS 52).

II. La familia y la sociedad

2207 La familia es la *célula original de la vida social*. Es la sociedad natural en que el hombre y la mujer son llamados al don de sí en el amor y en el don de la vida.

2208 La familia debe vivir de manera que sus miembros aprendan el cuidado y la responsabilidad respecto de los pequeños y mayores, de los enfermos o disminuidos, y de los pobres.

2210 La importancia de la familia para la vida y el bienestar de la sociedad (cf GS 47, 1). La autoridad civil ha de considerar como deber grave “el reconocimiento de la auténtica naturaleza del matrimonio y de la familia, protegerla y fomentarla, asegurar la moralidad pública y favorecer la prosperidad doméstica” (GS 52, 2).

Deberes de los hijos

2214 La paternidad divina es la fuente de la paternidad humana (cf *Ef* 3, 14); es el fundamento del honor debido a los padres. El respeto de los hijos, menores o mayores de edad, hacia su padre y hacia su madre (cf *Pr* 1, 8; *Tb* 4, 3-4), se nutre del afecto natural nacido del vínculo que los une. Es exigido por el precepto divino (cf *Ex* 20, 12).

2215 El respeto a los padres (*piedad filial*) está hecho de *gratitud* para quienes, mediante el don de la vida, su amor y su trabajo, han traído sus hijos al mundo y les han ayudado a crecer en estatura, en sabiduría y en gracia.

2216 El respeto filial se expresa en la docilidad y la *obediencia* verdaderas. “Guarda, hijo mío, el mandato de tu padre y no desprecies la lección de tu madre [...] en tus pasos ellos serán tu guía; cuando te acuestes, velarán por ti; conversarán contigo al despertar”

2219 El respeto filial favorece la armonía de toda la vida familiar; atañe también a las *relaciones entre hermanos y hermanas*. El respeto a los padres irradia en todo el ambiente familiar. “Corona de los ancianos son los hijos de los hijos” (*Pr* 17, 6). “[Soportaos] unos a otros en la caridad, en toda humildad, dulzura y paciencia” (*Ef* 4, 2).

Deberes de los padres

2221 La fecundidad del amor conyugal no se reduce a la sola procreación de los hijos, sino que debe extenderse también a su educación moral y a su formación espiritual. *El papel de los padres en la educación* “tiene tanto peso que, cuando falta, difícilmente puede suplirse” (GE 3).

2223 Los padres son los primeros responsables de la educación de sus hijos. Testimonian esta responsabilidad ante todo por la *creación de un hogar*, donde la ternura, el perdón, el respeto, la fidelidad y el servicio desinteresado son norma.

Palabras del Papa León XIV

Honraras a tu padre y a tu madre

León XIV: El Vaticano II sigue siendo una profecía viva para la Iglesia y el mundo 7 /1/ 2025

El Papa León exhortó a la Iglesia a volver al Concilio Vaticano II, no desde interpretaciones parciales o recuerdos lejanos, sino a través de la lectura directa de sus Documentos. A sesenta años de su clausura, el Pontífice subrayó la vigencia y la fuerza profética de aquel acontecimiento, que sigue orientando el camino de la Iglesia en un mundo marcado por profundos cambios sociales y culturales

Las catequesis de este nuevo período estarán centradas en el Concilio Vaticano II y en la relectura de sus textos fundamentales. Se trata, explicó, de una oportunidad privilegiada para redescubrir «la belleza y la importancia» «la gran gracia de la que la Iglesia ha beneficiado en el siglo XX».



Sesenta años después, volver al Concilio Vaticano II

Junto con el aniversario del Concilio de Nicea, en 2025 se conmemoraron los sesenta años del Vaticano II. Aunque no ha pasado tanto tiempo desde entonces, señaló que ya no vive la generación de obispos, teólogos y fieles que lo protagonizó.

Advierto el riesgo de conocer el Concilio solo por referencias indirectas o interpretaciones ideológicas, e invitó a volver a sus Documentos como fuente auténtica del Magisterio de la Iglesia.



Los textos conciliares no han perdido actualidad. Al contrario, sus enseñanzas resultan especialmente pertinentes frente a los desafíos de la sociedad globalizada. «El Concilio sigue siendo hoy la estrella polar del camino de la Iglesia», afirmó.

“Como enseñaba Benedicto XVI «los documentos conciliares no han perdido su actualidad con el paso de los años; al contrario, sus enseñanzas se revelan particularmente pertinentes ante las nuevas instancias de la Iglesia y de la actual sociedad globalizada»”

El Concilio Vaticano II para afrontar los desafíos actuales

Al evocar la apertura del Concilio, el 11 de octubre de 1962, el Papa recordó las palabras de san Juan XXIII, quien lo describió como «la aurora de un día de luz para toda la Iglesia». A partir de una profunda reflexión bíblica, teológica y litúrgica, el Vaticano II permitió redescubrir el rostro de Dios como Padre, presentó a la Iglesia como misterio de comunión y promovió una decisiva reforma litúrgica centrada en la participación activa del Pueblo de Dios.



El Concilio impulsó una nueva relación con el mundo contemporáneo, marcada por el diálogo, la corresponsabilidad y la atención a los signos de los tiempos. La Iglesia conciliar es una Iglesia abierta a la humanidad, solidaria con las esperanzas y angustias de los pueblos y comprometida en la construcción de una sociedad más justa y fraterna.

“El Concilio Vaticano II ha redescubierto el rostro de Dios como Padre que, en Cristo, nos llama a ser sus hijos; ha mirado a la Iglesia a la luz del Cristo, luz de las gentes, como misterio de comunión y sacramento de unidad entre Dios y su pueblo; ha iniciado una importante reforma litúrgica poniendo en el centro el misterio de la salvación y la participación activa y consciente de todo el Pueblo de Dios.”

Una brújula para la Iglesia del siglo XXI

San Pablo VI: gracias al Concilio, «la Iglesia se hace palabra, mensaje y diálogo». De ahí brota el compromiso con el ecumenismo, el diálogo interreligioso y el encuentro con todas las personas de buena voluntad.

El espíritu conciliar debe seguir inspirando la vida espiritual y pastoral de la Iglesia. Frente a los desafíos actuales, dijo, aún queda camino por recorrer en la reforma eclesial, especialmente en clave ministerial. Para ello, es necesario ser «alegres anunciadores del Evangelio» y «valientes testigos de justicia y de paz».

Juan Pablo I, el Pontífice recordó que los frutos más profundos de un Concilio no dependen solo de estructuras o métodos, sino de una santidad más profunda y extendida, cuyos efectos pueden madurar incluso después de décadas.

“Mons. Albino Luciani, futuro Papa Juan Pablo I, como Obispo de Vittorio Veneto, al principio del Concilio escribió proféticamente: «Existe como siempre la necesidad de realizar no tanto organismos o métodos o estructuras, sino santidad más profunda y extensa. [...]»

Retomo las palabras de san Pablo VI al cierre del Concilio en 1965, cuando habló de la hora de partir y salir al encuentro del mundo para anunciar el Evangelio. «También hoy, la Iglesia está llamada a acoger la herencia del Vaticano II y a renovar la alegría de llevar al mundo el Reino de Dios: un Reino de amor, de justicia y de paz».

Que el Señor escuche el gemido silencioso de los niños sin paz ni dignidad.3 Enero 2026

La música y el canto ofrecen una forma privilegiada de meditar sobre el nacimiento de Cristo, permitiendo a los fieles conectarse tanto con su razón como con sus sentimientos.



✚ El Papa en Castel Gandolfo: ¡Hagamos más para proclamar la paz, el amor y la unidad!

"¿Quiénes fueron los espectadores y testigos de aquel primer «concierto de Navidad»: "Fueron, como sabemos, algunos pastores de Belén que, después de ver al Niño en el pesebre, junto con María y José, regresaron alabando y dando gracias a Dios (cf. Lc 2,20)". "Y me gusta pensar, que lo hicieron también cantando y tal vez tocando alguna flauta rudimentaria".

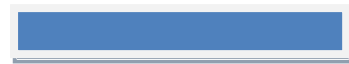
Rersalto la importancia del silencio interior de la Virgen María, quien fue testigo del misterio de la Navidad en su corazón. "Aprendamos de ella a escuchar en el silencio la voz del Señor".

Estas imágenes musicales reflejan el amor del Papa León por la música en la oración, una devoción que resulta evidente para todos los que le han oído cantar sus oraciones.

"En muchas partes del mundo, han vivido esta Navidad sin luces, sin música, sin siquiera lo necesario para la dignidad humana, y sin paz". "Que el Señor, al que hemos querido elevar esta noche nuestros cánticos de alabanza, escuche el gemido silencioso de estos pequeños y conceda al mundo, por intercesión de la Virgen María, justicia y paz"



OTROS



Educar a los niños en el respeto hacia sus madres (y hacia todos) se basa en el ejemplo directo, la crianza positiva, la comunicación y el **establecimiento de límites claros y amorosos**, fomentando la empatía y el reconocimiento de su valor como individuos, no como propiedad, promoviendo el buen trato y corrigiendo comportamientos irrespetuosos sin violencia física o verbal, para construir relaciones sanas y autonomía.

Claves para educar en el respeto

- **Sé un modelo a seguir:** Los padres deben tratarse con cariño y respeto mutuo; los niños imitan este comportamiento. Evita comentarios hirientes y sé un ejemplo de cómo se trata a una mujer.
- **Fomenta la empatía:** Ayúdales a entender las necesidades y sentimientos de los demás. Habla sobre la

discriminación y los prejuicios para que reflexionen sobre ellos con respeto.

- **Establece límites claros y firmes:** Usa normas de convivencia claras (pedir las cosas, no interrumpir) y sé consistente. Cuando haya faltas de respeto (insultos), detente firmemente y explica que ese trato no es aceptable.
- **Usa la comunicación positiva:** En lugar de "No grites", di "Hablemos en voz bajita". Usa frases afirmativas para guiar su comportamiento hacia lo adecuado, no solo lo incorrecto.
- **Valida sus emociones:** Ayuda a los niños a reconocer y nombrar sus sentimientos. Entender sus emociones les ayuda a manejarlas mejor y a comprender a otros.
- **Involúcralos y hazlos responsables:** Dales pequeñas responsabilidades en casa para que se sientan parte del hogar y fortalezcan su autoestima.

- **Evita la violencia y el castigo:** La educación debe basarse en el diálogo y la guía, no en golpes, gritos o amenazas. La crianza respetuosa construye confianza y seguridad emocional.
 - **Enseña sobre igualdad:** Cuestiona roles de género y actitudes machistas. Un modelo de comportamiento igualitario en casa es fundamental para enseñarles a respetar a las mujeres.
 - **Pregunta "por qué":** Ante comentarios sexistas o irrespetuosos, indaga la razón para que el niño reflexione sobre su prejuicio.
 - **Conecta con el ejemplo:** Los niños aprenden más de lo que ven que de lo que se les dice. Si ven respeto, lo replicarán
- ¿Cómo actuar ante una falta de respeto?**
- **No permitas el insulto:** Sé firme y explica que ese trato no es tolerable en la familia, sin recurrir a la violencia.

Honraras a tu padre y a tu madre



Signos Educativos

PARA UNA REFLEXION. CÓMO LLEVO MI TAREA EDUCATIVA

Para reflexionar sobre tu tarea educativa, hazte preguntas sobre el **objetivo**, el **proceso**, el **impacto**, tu **rol**.

Sobre el Objetivo y Contenido

- ¿Cuál era el objetivo principal de esta tarea y lo he cumplido?
- ¿Qué conceptos nuevos he aprendido o fortalecido?
- ¿Cómo se relaciona esto con lo que ya sé o con mi vida?
- ¿Qué es lo más importante que me llevo de esta tarea?

Sobre el Proceso de Trabajo

- ¿Qué pasos seguí para completar la tarea?
- ¿Qué partes disfruté y cuáles me costaron más?
- ¿Qué habilidades (investigación, escritura, etc.) usé o desarrollé?
- ¿Qué haría diferente si tuviera que hacerlo de nuevo?
- ¿Cómo manejé los obstáculos o desafíos?

Sobre el Resultado y Impacto

- ¿Cómo evalué mi propio trabajo? ¿Estoy satisfecho?
- ¿Qué feedback (si lo hay) considero más valioso?
- ¿Cómo me ayuda esto para mis futuras metas académicas o personales?
- ¿Qué tan relevante fue esta tarea para mi aprendizaje general?

Preguntas para Reflexión Profunda (Docente/Alumno)

- ¿Qué aprendí sobre mí mismo(a) durante este proceso?
- ¿Qué rol jugué en el trabajo colaborativo (si aplica)?
- ¿Qué preguntas me surgen ahora sobre este tema?
- ¿Cómo puedo aplicar esto en otros contextos?