



ST JUAN DIEGO CATHOLIC CHURCH

5995 NW 178th Ave, Portland, OR 97229

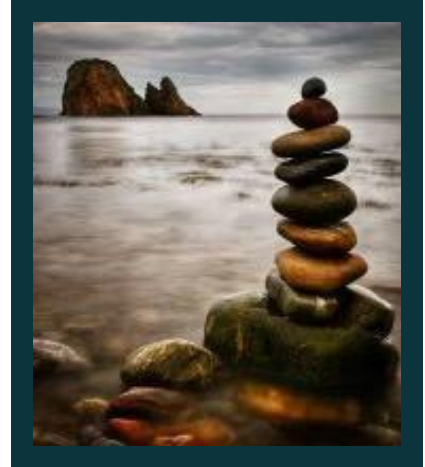
La Tilma

*A small covering of God's Word & our parish monthly events
Una pequeña cobertura de la Palabra de Dios y los eventos
mensuales de nuestra parroquia.*

January Enero

Memoriales y Días Festivos / Memorials & Feast Days

- 1 - Solemnidad de María, Madre de Dios / Solemnity of Mary, Mother of God
- 2 - Epifanía / Epiphany
- 4 - Santa Isabel Ann Seton / St. Elizabeth Ann Seton
- 5 - San Juan Neumann / St. John Neumann
- 6 - San Andrés Bessette / St. Andre Bessette
- 9 - El bautismo del Señor / Baptism of the Lord
- 17 - San Antonio / St. Anthony
- 21 - Santa Inés / St. Agnes
- 22 - Día de oración por los niños por nacer / Day of Prayer for Unborn Children
- 24 - San Francisco de Sales / St. Francis de Sales
- 25 - Conversión de San Pablo / Conversion of St. Paul
- 26 - Sts. Timothy y Titus / Sts. Timothy & Titus
- 28 - Santo Tomás de Aquino / St. Thomas Aquinas
- 31 - San Juan Bosco / St. John Bosco



Fruit of the Holy Spirit: *Forbearance*

*"I therefore, the prisoner of the Lord, beseech you that ye walk worthy of the vocation wherewith ye are called,
With all lowliness and meekness, with longsuffering, forbearing one another in love;
Endeavouring to keep the unity of the Spirit in the bond of peace." (Ephesians 4:1-3, KJV)*

The Bible verse highlighted above is peppered with "ye old beseeching," a tell-tale sign that it comes from the King James Version of the Bible. There are many translations of the Bible and several variations on the verse from Galatians that list the Fruits of the Holy Spirit. As we noted at the beginning of this series, some translations list 9 fruits, some 12. Some list *forbearance* (or its synonyms longanimity & long-suffering), others seem to equate it with patience, and so list generosity instead. Our year-long, monthly exploration was obviously best suited to a list with 12 Fruits of the Spirit; and while some would equate patience with forbearance, generosity is also quite synonymous with charitable love, kindness, and goodness.

Ironically then, you might need a little patience with the choice to reflect on forbearance rather than generosity this month. A healthy dose of generosity born out of charitable love, kindness, and goodness will help too - and that is part of the reason why forbearance was chosen. For up until now, we have made note that each Fruit of the Holy Spirit mostly requires the benefits of all the Fruits of the Spirit that came before it. Forbearance is the first Fruit of the Holy Spirit that depends upon a robust balance of *all* of the Fruits of the Spirit - both before *and* after it. Taking a look ahead, we will eventually be reflecting on mildness (aka: gentleness or meekness), faith, modesty, continency (aka: self-control), and chastity. Just from our own life experiences most of us can probably very readily see the need for all of these in supporting forbearance within a situation or relationship. Forbearance sits like a beckoning spiritual pinnacle - a type of long-standing, super-patient love that requires the support of all the other Fruits of the Holy Spirit to maintain and sustain it. When we forebear well with a person or situation, we are doing more than being patient in the short term. We are choosing to bear whatever burdens we might need to face over the long term. In doing so, we become dependent upon deeper and deeper resources of love, joy, peace, patience, kindness, goodness, gentleness, faith, modesty, continency, and chastity that go beyond our usual human nature and require daily prayer in the Holy Spirit to sustain. When we forebear well with a situation or person, we reflect one of the greatest characteristics of God - loving mercy; and we embody one of the greatest characteristics of humanity - radical trust in God.

As we begin the New Year this month, take time to list some situations or people that we know we need to forebear in our lives. Once you have a list made, bring it into an Ignatian Examen prayer as follows: 1. Bring yourself into a quiet place, drop your awareness into your heart, and ask God to bring His light into your life and into your heart. 2. Give thanks to God for the people and situations that you are forbearing. 3. Ask the Holy Spirit to review these relationships or situations with you to reveal what Fruits of the Holy Spirit you need more of to better forebear them. 4. Ask God for the specific Fruits of the Spirit that you need to better live with the long-sufferings you have prayed over. 5. Look forward, holding thoughts of what improved possibilities an infusion of fresh Fruits of the Holy Spirit will bring to these relationships or situations.

[A caution: If you feel that you are long-suffering significant depression, are enduring abuse, are experiencing addiction, or are suffering from effects of having an addict in your life - allowing these to continue is not a holy or healthy forbearance. If any of these are the case, please prayerfully ask God for the strength to ask for help from a priest, deacon, counselor, spiritual director, doctor, or other professional who can help you get to the resources you need for help.]

Fruto del Espíritu Santo: *Tolerancia*

“Yo, pues, prisionero del Señor, os ruego que andéis dignos de la vocación a la que fuisteis llamados, Con toda humildad y mansedumbre, con paciencia, soportando los unos a los otros en amor; Esforzándonos por mantener la unidad del Espíritu en el vínculo de la paz” (Efesios 4: 1-3, KJV)

El versículo de la Biblia resaltado arriba está salpicado de “*vosotros, viejo suplicante*”, una señal reveladora de que proviene de la versión Rey Jaime de la Biblia. Hay muchas traducciones de la Biblia y varias variaciones del versículo de Gálatas que enumeran los Frutos del Espíritu Santo. Como notamos al comienzo de esta serie, algunas traducciones enumeran 9 frutos, algunas 12. Algunas enumeran *tolerancia* (o sus sinónimos, longanimidad y longanimidad), otras parecen equipararlo con paciencia y, por lo tanto, enumeran generosidad en su lugar. Nuestra exploración mensual de un año obviamente se adaptaba mejor a una lista con 12 Frutos del Espíritu; y aunque algunos equipararían la paciencia con la tolerancia, la generosidad también es sinónimo de amor caritativo, amabilidad y bondad.

Irónicamente, entonces, es posible que necesite un poco de paciencia con la opción de reflexionar sobre la tolerancia en lugar de la generosidad este mes. Una buena dosis de generosidad nacida del amor caritativo, la amabilidad y la bondad también ayudará, y esa es parte de la razón por la que se eligió la tolerancia. Hasta ahora, hemos notado que cada Fruto del Espíritu Santo requiere principalmente los beneficios de todos los Frutos del Espíritu que le precedieron. La tolerancia es el primer fruto del Espíritu Santo que depende de un equilibrio sólido de *todos* los frutos del Espíritu, tanto antes *como* después. Mirando hacia el futuro, eventualmente estaremos reflexionando sobre la apacibilidad (también conocida como gentileza o mansedumbre), la fe, la modestia, la continencia (también conocida como el autocontrol) y la castidad. Solo a partir de nuestras propias experiencias de vida, la mayoría de nosotros probablemente podamos ver fácilmente la necesidad de todos estos para apoyar la tolerancia dentro de una situación o relación. La tolerancia se sienta como un pináculo espiritual llamativo, un tipo de amor superpaciente y duradero que requiere el apoyo de todos los demás Frutos del Espíritu Santo para mantenerlo y sustentarlo. Cuando nos sobrellevamos bien con una persona o situación, estamos haciendo más que ser pacientes a corto plazo. Estamos eligiendo soportar cualquier carga que tengamos que afrontar a largo plazo. Al hacerlo, nos volvemos dependientes de recursos cada vez más profundos de amor, gozo, paz, paciencia, amabilidad, bondad, mansedumbre, fe, modestia, continencia y castidad que van más allá de nuestra naturaleza humana habitual y requieren la oración diaria con el Espíritu Santo. Cuando nos sobrellevamos bien con una situación o persona, reflejamos una de las características más grandes de Dios: la misericordia amorosa; y encarnamos una de las mayores características de la humanidad: la confianza radical en Dios.

Al comenzar el Año Nuevo este mes, tómese el tiempo para enumerar algunas situaciones o personas que sabemos que debemos tener en nuestras vidas. Una vez que haya hecho una lista, tráigala a una oración del Examen Ignaciano de la siguiente manera: 1. Vayase a un lugar tranquilo, deje caer la conciencia en su corazón y pídale a Dios que traiga Su luz a su vida ya su corazón. 2. Dé gracias a Dios por las personas y situaciones que está soportando. 3. Pídale al Espíritu Santo que revise estas relaciones o situaciones con usted para revelar qué Frutos del Espíritu Santo necesita para sobrepasarlos mejor. 4. Pídale a Dios los Frutos del Espíritu específicos que necesita para vivir mejor los largos sufrimientos por los que ha orado. 5. Mire hacia adelante, pensando en las posibilidades mejoradas que una infusión de Frutos frescos del Espíritu Santo traerá a estas relaciones o situaciones.

[Una advertencia: Si siente que está sufriendo una depresión significativa durante mucho tiempo, está sufriendo abuso, está experimentando adicción o está sufriendo los efectos de tener un adicto en su vida, permitir que esto continúe no es una tolerancia santa o saludable. Si alguno de estos es el caso, pídale a Dios en oración la fuerza para pedir ayuda a un sacerdote, diácono, consejero, director espiritual, médico u otro profesional que pueda ayudarlo a obtener los recursos que necesita para obtener ayuda.]

Sacramentos celebrados el mes pasado : Sacraments celebrated last month

Por favor únase a nosotros para alabar a Dios por las celebraciones de estos feligreses que han recibido estos sacramentos y orar por su futuro viaje de fe con nuestra Iglesia Católica.

Please join us in praising God for the celebrations of these parishioners who have received these sacraments & praying for their future faith journey with our Catholic Church.

Baptism / Bautismo

Bianca Olivera

Leonardo Vincente Olsen

Sofia Leilany Velazquez Samayoa

Mateo Ray Weyant

Holden Bertram

Peyton Bertram

From Oct. 2021 - Oct. 2023 the Catholic Church is undergoing a prayerful process - The Synod on Synodality. As part of our participation, we will pray the *Prayer for the Synod* at the beginning of each mass from January until August.

Desde octubre de 2021 hasta octubre de 2023, la Iglesia Católica está pasando por un proceso de oración: el Sínodo sobre la sinodalidad. Como parte de nuestra participación, rezaremos *la Oración por el Sínodo* al comienzo de cada misa desde enero hasta agosto.