



DÍA DEL AYUNO VOLUNTARIO

Viernes 6 de febrero de 2026

El día del ayuno voluntario es una jornada anual de sensibilización animada por **Manos Unidas**, Asociación de la Iglesia Católica en España para la ayuda, promoción y desarrollo de los países más empobrecidos. Su objetivo es tomar conciencia del inmenso drama que significa el hambre para millones de personas.

Este día se invita a experimentar la sensación de hambre, tomando una sola comida durante el día o simplemente un pequeño desayuno, cada uno según sus posibilidades, tratando de sufrir de forma voluntaria el hambre que otros pasan por obligación.

VISITA A LAS EDADES DEL HOMBRE ZAMORA

DIA: Hay cambio sobre lo anunciado: de 26 de febrero pasa al viernes 6 de marzo.

Por la mañana: Salida: **10.30 h.**
Llegada: Visita guiada por la ciudad.

Comida: Arroz a la zamorana y...

Por la tarde: Visita a las Edades del hombre.

1º Turno: 16,15 h +++ 2º Turno: 16,30 h.

Tiempo libre por la ciudad: 18,30 h.

Salida para Salamanca: Hacia las **20,00 h.**

Precio 55,00 €. Todo incluido.

Actividades organizadas por Manos Unidas en Salamanca en la lucha contra el hambre en el mundo

Viernes 6 de febrero: Día de ayuno voluntario.

Domingo 8 de febrero: Colecta extraordinaria.

Jueves 26 de febrero: Operación bocata.

Sábado 14 de marzo: Festival solidario de Tunas.

Sábado 25 de marzo: Abrazo a la Plaza mayor.

Encuentros prematrimoniales



LUGAR: San Juan de Mata.

DÍAS Y HORA DE COMIENZO:

Sábado 28 de febrero, 18,00 h.
y domingo 1 de marzo, 10,00 h.

TERMINA: El domingo con la comida.

INSCRIPCIÓN: En los despachos parroquiales.

ORGANIZAN: Conjuntamente las parroquias de santa Teresa y san Juan de Mata.

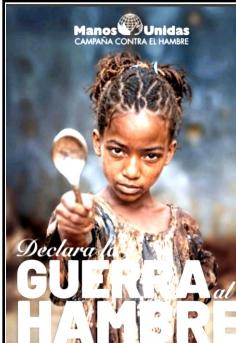


Colecta de Cáritas del Domingo: 885,50.

Domingo 8: Colecta extraordinaria contra el hambre.

Miércoles 11: Este día la celebración diocesana del enfermo se hará en nuestra parroquia a las 20,00 h. ¡Les esperamos!

No lo dudes ni un instante: ¡Guerra al hambre!



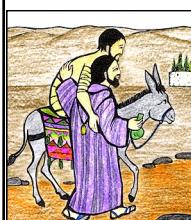
Hoy, 1.100 millones de personas viven en pobreza aguda multidimensional, más de la mitad niños, y casi el 40 % reside en países afectados por guerras, fragilidad o bajos niveles de paz.

La tasa de pobreza en países afectados por la guerra es del 34,8 %, frente al 10,9 % en países no afectados.

Y mientras el gasto militar mundial alcanzó el récord de 2,7 billones de dólares, la inversión en la construcción de la paz apenas supuso 47.200 millones, el 0,52 % del gasto militar global.

Hoy se nos invita a declarar la guerra al hambre. La única que es necesario hacer, y además como obra de caridad.

Jornada Mundial del Enfermo 2026



11 de febrero. Ntra. Sra. de Lourdes

Este año el Papa León XIV, para la celebración del día del enfermo, propone el siguiente tema: "La compasión del samaritano: amar llevando el dolor del otro". Un tema centrado en la figura evangélica del samaritano que manifiesta su amor al cuidar al hombre herido. El amor necesita gestos concretos de cercanía, con los que se asume el sufrimiento ajeno, sobre todo el de aquellas personas que viven en situación de enfermedad, a menudo en un contexto de fragilidad debido a la pobreza, al aislamiento y a la soledad. Los enfermos son un retrato de Cristo sufriente. Él conoce el sufrimiento del hombre y cuenta con nosotros para cuidar y aliviar el sufrimiento de los enfermos que están en casa o en los hospitales.



Domingo 5º. TO. Ciclo A

8 de Febrero 2026



**VOSOTROS SOIS
SAL DE LA TIERRA Y LUZ DEL MUNDO**

MISIONEROS REDENTORISTAS
Avenida Villamayor 87 (37007 SALAMANCA)
Parroquia 923 23 24 58. Comunidad 923 23 29 94
WWW.laparroquia.org

LITURGIA DE LA PALABRA



Lectura del libro de Isaías 58, 7-10



Esto dice el Señor: "Parte tu pan con el hambriento, hospeda a los pobres sin techo, cubre a quien ves desnudo y no te desentiendas de los tuyos. Entonces surgirá tu luz como la aurora, enseñada se curarán tus heridas, ante ti marchará la justicia, detrás de ti la gloria del Señor.

Entonces clamarás al Señor y te responderá; pedirás ayuda y te dirá: "Aquí estoy".

Cuando alejes de ti la opresión, el dedo acusador y la calumnia, cuando ofrezcas al hambriento de lo tuyo y sacies al alma afligida, brillará tu luz en las tinieblas, tu oscuridad como el mediodía". *Palabra de Dios*.

Salmo responsorial 111, 4-5. 6-7. 8a y 9

R.- El justo brilla en las tinieblas como una luz.



En las tinieblas brilla como una luz el que es justo, clemente y compasivo. Dicho el que se apiada y presta, y administra rectamente sus asuntos. **R.-**

Porque jamás vacilará. El recuerdo del justo será perpetuo. No temerá las malas noticias, su corazón está firme en el Señor. **R.-**

Su corazón está seguro, sin temor. Reparte limosna a los pobres; su caridad dura por siempre y alzará la frente con dignidad. **R.-**

1ª Carta de san Pablo a los Corintios 2, 1-5

Yo mismo, hermanos, cuando vine a vosotros a anunciaros el misterio de Dios, no lo hice con sublime elocuencia

o sabiduría, pues nunca entre vosotros me precié de saber cosa alguna, sino a Jesucristo, y este crucificado. También yo me presenté a vosotros débil y temblando de miedo; mi palabra y mi predicación no fue con persuasiva sabiduría humana, sino en la manifestación y el poder del Espíritu, para que vuestra fe no se apoye en la sabiduría de los hombres, sino en el poder de Dios. *Palabra de Dios*.

Aleluya, aleluya, aleluya

Yo soy la luz del mundo -dice el Señor-; el que me sigue tendrá la luz de la vida.



Evangelio según san Mateo 5, 13-16

En aquel tiempo, dijo Jesús a sus discípulos:

"Vosotros sois la sal de la tierra. Pero si la sal se vuelve sosa, ¿con qué la salarán? No sirve más que para tirarla fuera y que la pise la gente.

Vosotros sois la luz del mundo. No se puede ocultar una ciudad puesta en lo alto de un monte. Tampoco se enciende una lámpara para meterla debajo del celemín, sino para ponerla en el candelero y que alumbre a todos los de casa.

Brille así vuestra luz ante los hombres, para que vean vuestras buenas obras y den gloria a vuestro Padre que está en los cielos". *Palabra del Señor*.

A la luz de la Palabra



El brillo del testimonio y de la generosidad



El testimonio es un signo revelador de que somos cristianos. Es la sabiduría de la fe, puesta en práctica, regalando amor afectivo y efectivo. Jesús lo resalta en sus mensajes y lo confirma con su comportamiento ejemplar. Hoy nos dice

- directamente:
- "Vosotros sois la sal de la tierra".
 - "Vosotros sois la luz del mundo".
 - "Alumbre vuestra luz: que vean vuestras buenas obras y den gloria al Padre del cielo".

Ser sal y luz son dos símbolos muy gráficos de cómo ser cristiano. Ciertamente, no se entiende que un seguidor de Jesús sea insípido, apagado, sin destellos, sin luminosidad... Lo propio de un cristiano es vivir con inspiración y con energía evangélica. Así lo vemos en muchos creyentes, porque es "luz" y es "sal" el amor que expresamos, la solidaridad que practicamos, el ánimo que transmitimos, los servicios que ofrecemos, los compromisos que mantenemos, la alegría que irradiamos, la mística que comunicamos... No obstante, es de inteligentes y de responsables revisar a menudo si estamos dando el nivel de testimonio que se espera de cada cual...

Por otro lado, hoy destacamos y apoyamos la Campaña contra el Hambre en el mundo, que promueve con empeño la ONG católica Manos Unidas. Esta Organización nos recuerda continuamente que la miseria y el hambre siguen deteriorando a muchas personas. Por tanto, no caigamos en la indiferencia enfriando la sensibilidad. El empobrecimiento de tantos nos debe cuestionar hasta dejar el corazón dolorido...

¿Qué podemos hacer? Está a nuestro alcance:

- Elegir austeridad, sobriedad, para compartir más.
- Crear opinión y colaborar en campañas solidarias como esta de Manos Unidas.
- Y orar. Sin espiritualidad, difícilmente lograremos un mundo justo, nivelado y feliz.

Octavio Hidalgo