

CATHEDRAL
OF THE

Blessed SACRAMENT

A Letter From Our Pastor

This Month, We Draw Our Focus to **PRAYER**

Dear Parishioners,

As we strive to strengthen our relationship with God, do we spend quality time talking with Him through prayer? Do we have a meaningful prayer life where we set aside time intentionally to devote to personal prayer as well as participate in communal prayer services? Is praying an integral part of our life?

To grow in holiness, prayer is essential. We benefit from having thoughtful conversations with Jesus showing our gratitude for His blessings and asking His guidance to deal with the challenges we face. Prayer

continued on page 4



Cathedral of the Blessed Sacrament
1017 11th Street
Sacramento, CA 95814

MASS TIMES: Sunday: English - 8:00 a.m., 10:00 a.m. (Livestream) & 4:00 p.m.; Spanish - 12:00 p.m. (Livestream) & 6:00 p.m.; Chinese - 2:00 p.m. (Livestream);
Daily Mass: Monday-Friday: 12:10 p.m.

RECONCILIATION: Monday-Friday: 11:30 a.m. to 12:00 p.m., Saturday: 4:00 p.m. to 5:00 p.m.

VER AL DORSO
PARA ESPAÑOL



(916) 444-3071
cathedralsacramento.org



CATHEDRAL
OF THE

Blessed SACRAMENT

Stewards of God's Gifts

THE SUNDAY MORNING ROSARY: *Building Community in Prayer*

Our Blessed Mother cares deeply about us, her children. Mary intercedes for us as we pray, bringing our petitions to her Son. One of the ways we can connect our prayers with Mary's is through reciting the Rosary, a powerful prayer and devotion for many Catholics.

Each Sunday morning after 10 a.m. Mass, a group gathers at the front steps of our cathedral. Rosaries in hand, the parishioners pray the Glorious Mysteries, typically alternating between English and Spanish whenever possible.

Patrick McCormick and John Fairbanks help facilitate the gathering.

"We try and get five people to directly participate in leading a decade," Patrick says. "The general audience varies from a handful to 20 or 25."

John along with his friend, Charlie Rush, who has since moved to Tennessee, was looking forward to the church opening again after the COVID-19 pandemic forced church closures.

"It seemed to us like the laws would allow for the parish to be able to celebrate Mass inside instead of sitting on lawn chairs outside in the plaza or sitting alone at home and watching it on a tiny screen," John says.

They decided to begin praying the Rosary for two intentions — the opening of the church and an end to abortion.

"The first Rosary was scheduled for Valentine's Day 2021, which fell on a Sunday," John says. "As fate would have it, the church opened that Sunday.



So the Rosary slimmed down to a single intention — the end of abortion."

The Rosary gatherings provide the space for our parish community to come and pray for a united intention. Doing so before (or after) Mass means parishioners need not travel any extra distance to participate.

"This is a great opportunity because we are all going to be there anyway to attend Mass," Patrick says. "So the 10 a.m. churchgoers can stay after 20 minutes and the 12 p.m. churchgoers come a little early to church to pray."

"I like the idea of a tightly knit parish and nothing builds community like praying together," John says.

The Rosary gathering is sponsored by the Cathedral Knights, the Cathedral ACTS ministry as well as the Cathedral Pro-Life group. All are welcome to join in praying the Rosary on the Cathedral steps each Sunday around 11:15 a.m.

For more information, contact John Fairbanks at john@capitolmr.com.

PRAYER AND LIFE WORKSHOPS: *Transforming How We Think, Pray, and Live*

It's never too late to grow in our relationship with Christ. Through Prayer and Life Workshops, or *Talleres de Oración y Vida* (TOV), we can explore all the ways in which prayer can transform how we think, pray, and live. By attending a 15-session workshop, which leads participants through various prayer traditions, we can enter into a deeper and more loving experience with God.

"Prayer and Life Workshops are a new form of evangelization, more alive and with a more positive vision than what we've always known," says Paula Caceres, workshop guide and TOV's Northwest National Coordinator. "In our workshops, we learn by working and work by learning. In the same way, we learn to pray by praying. The workshops are a way to liberate and heal ourselves through coming to know God, a transformation to the light of the Word, and promotion of the values of the Gospel and the sacraments."

Talleres de Oración y Vida was founded by Fr. Ignacio Larrañaga in 1984. Over time, his mission has expanded to over 40 countries as a diocesan ministry. Paula first got involved in 2008, when she attended her first workshop as a way to deepen her prayer life. After two years of formation

through the program, she was asked to help establish the ministry here in the Diocese of Sacramento. Today, the diocese has 26 guides who lead workshops at parishes across the diocese.

"We host workshops in both English and Spanish for adults and young adults, and additional workshops in Spanish for teens, children, and married couples," Paula says. "We also host talks as well as day-long and weekend retreats. At the Cathedral, we had a guide, Virginia Aguilar, offering workshops, talks, and retreats for many years before the pandemic. After the pandemic, we are slowly returning to offering workshops at all the parishes in the diocese. We are hoping to bring a workshop back to the Cathedral soon."

The ministry divides each year into two semesters and begins all the workshops in the diocese at the same time — either on the last week of January or the first week of February, and on the last week of July or the first week of August.

"The program takes place over 15 sessions, once a week for two hours," Paula says. "This culminates in a four-hour retreat at a retreat house or park. A guide leads each session using a manual, as well as some recordings from our

"After our workshops, we see many Catholics return to the sacraments and discover vocations for different ministries."



Paula Caceres, workshop guide and TOV's Northwest National Coordinator

continued on page 4



PRAYER AND LIFE WORKSHOPS *continued from page 3*

founder that relate to the central theme of each session. During each session, we learn and practice a new form of prayer. Throughout the week in between sessions, participants practice that form of prayer for 30 minutes each day, and also read a Scripture passage chosen for each day.”

By attending these workshops, participants can enrich their spiritual lives and grow together with their families and the parish community. By growing in our relationship with Christ, we can positively impact everyone around us.

“The central axis of our workshops is personal and daily prayer with abandonment, a liberating combination with deep spiritual

fruits,” Paula says. “After our workshops, we see many Catholics return to the sacraments and discover vocations for different ministries. By getting to know Jesus, we also grow closer in love to our brothers and sisters in Christ — especially when we ask ourselves, ‘What would Jesus do?’

“The workshops contribute to the unity and strengthening of both the individual and the family, making both the Church and community a better place,” she adds. “The ministry helps its participants to grow spiritually through an encounter with Jesus in personal prayer, which is necessary for any Christian and true servant.”

For more information about Prayer and Life Workshops, contact Paula Caceres at paulac.tov@gmail.com or encuentro.tov@gmail.com.

A LETTER FROM OUR PASTOR *continued from front cover*

brings peace to the soul and assists us in living as disciples of Christ.

In this newsletter, we showcase two opportunities for prayer. On Sunday mornings, join our parish community in praying the Rosary between the 10 a.m. and 12 noon Masses. The other opportunity features Prayer and Life Workshops, another approach to evangelization, to learn to grow spiritually through prayer.

I encourage each of us to take time to evaluate our prayer life and make a commitment to devote a part of each day in talking with Jesus Christ. Also, consider participating in the many prayer opportunities offered by the Cathedral.

Sincerely yours in Christ,

Fr. Michael O'Reilly
Pastor





CATHEDRAL
OF THE
Blessed
SACRAMENT

Una Carta del Nuestro Parroco

Este Mes, Nos Enfocamos en
LA ORACIÓN

Queridos feligreses,

ORACIÓN – Mientras nos esforzamos por fortalecer nuestra relación con Dios, ¿pasamos tiempo de calidad hablando con Él a través de la oración? ¿Tenemos una vida de oración significativa en la que apartamos tiempo intencionalmente para dedicarlo a la oración personal y participar en los servicios de oración comunitarios? ¿Es la oración una parte integral de nuestra vida?

Para crecer en santidad, la oración es esencial. Nos beneficiamos de tener conversaciones reflexivas con Jesús mostrando nuestra gratitud por sus bendiciones y pidiendo su guía para hacer frente a los desafíos que enfrentamos. La oración trae paz al alma y nos ayuda a vivir como discípulos de Cristo.

En este boletín, mostramos dos oportunidades para la oración. Los Domingos por la mañana,



úñase a nuestra comunidad parroquial para rezar el Rosario entre las Misas de 10 a.m. y 12 del mediodía. La otra oportunidad presenta los Talleres de Oración y Vida, otro enfoque de

continúa en la página 4





CATHEDRAL
OF THE

Blessed SACRAMENT

Stewards of God's Gifts

EL ROSARIO DEL DOMINGO POR LA MAÑANA: *Construyendo Comunidad en la Oración*

Nuestra Santísima Madre se preocupa profundamente por nosotros, sus hijos. María intercede por nosotros mientras oramos, llevando nuestras peticiones a su Hijo. Una de las formas en que podemos conectar nuestras oraciones con las de María es rezando el Rosario, una poderosa oración y devoción para muchos católicos.

Cada domingo por la mañana, después de la misa de las 10 a.m., un grupo se reúne en los escalones de la entrada de nuestra catedral. Los Rosarios en nuestras manos, los feligreses rezan los misterios Gloriosos, típicamente alternando entre inglés y español siempre que sea posible.

Patrick McCormick y John Fairbanks ayudan a facilitar la reunión.

“Intentamos que cinco personas participen directamente en liderar una década,” dice Patrick. “La audiencia general varía de un 20 o 25” personas.”

John junto con su amigo, Charlie Rush, quien desde entonces se mudó a Tennessee, esperaban con ansias que la iglesia abriera nuevamente después de que la pandemia de COVID-19 forzó el cierre de la iglesia.

“Nos parecía que las leyes permitirían que la parroquia pudiera celebrar la Misa adentro en lugar de sentarse en sillas afuera del jardín o en la plaza o sentarse solo en casa y mirarla en una pantalla pequeña,” dice John.

Decidieron comenzar a rezar el Rosario por dos intenciones: la apertura de la iglesia y el fin del aborto.

“El primer Rosario estaba programado para el Día de San Valentín de 2021, que cayó en domingo,” dice John. “Como el destino lo tendría, la iglesia abrió ese



domingo. Así que el Rosario se redujo a una sola intención: el fin del aborto.”

Las reuniones del Rosario brindan el espacio para que nuestra comunidad parroquial venga y ore por una intención unida. Hacerlo antes (o después) de la Misa significa que los feligreses no necesitan viajar ninguna distancia adicional para participar.

“Esta es una gran oportunidad porque todos vamos a estar allí de todos modos para asistir a Misa,” dice Patrick. “Entonces los feligreses de las 10 a.m. pueden quedarse después de 20 minutos y los de las 12 p.m. los feligreses vienen un poco temprano a la iglesia para orar.”

“Me gusta la idea de una parroquia muy unida y nada construye una comunidad como orar juntos,” dice John.

La reunión del Rosario está patrocinada por los Caballeros de la Catedral, el ministerio ACTS de la Catedral y el grupo Pro-Vida de la Catedral. Todos son bienvenidos a unirse para rezar el Rosario en los escalones de la Catedral todos los Domingos alrededor de las 11:15 a.m.

Para obtener más información, comuníquese con John Fairbanks en john@capitolmr.com.

TALLERES DE ORACIÓN Y VIDA:

Transformando la Forma en que Pensamos, Oramos, y Vivimos

Nunca es demasiado tarde para crecer en nuestra relación con Cristo. A través de los Talleres de Oración y Vida, o *Talleres de Oración y Vida* (TOV), podemos explorar todas las formas en que la oración puede transformar nuestra forma de pensar, orar y vivir. Al asistir a un taller de 15 sesiones, que lleva a los participantes a través de varias tradiciones de oración, podemos entrar en una experiencia más profunda y amorosa con Dios.

“Los Talleres de Oración y Vida son una nueva forma de evangelización, más viva y con una visión más positiva de lo que siempre hemos conocido,” dice Paula Cáceres, guía de talleres y Coordinadora Nacional Noroeste de TOV. “En nuestros talleres aprendemos trabajando y trabajamos aprendiendo. De la misma manera, aprendemos a orar orando. Los talleres son una forma de liberarnos y sanarnos a través del conocimiento de Dios, una transformación a la luz de la Palabra y la promoción de los valores del Evangelio y los sacramentos.”

Talleres de Oración y Vida fue fundado por el P. Ignacio Larrañaga en 1984. Con el tiempo, su misión se ha expandido a más de 40 países como ministerio diocesano. Paula se involucró por primera vez en 2008, cuando asistió a su primer taller como una forma de profundizar su vida

de oración. Después de dos años de formación a través del programa, se le pidió que ayudara a establecer el ministerio aquí en la Diócesis de Sacramento. Hoy, la diócesis tiene 26 guías que dirigen talleres en las parroquias de la diócesis.

“Organizamos talleres en inglés y español para adultos y adultos jóvenes, y talleres adicionales en español para adolescentes, niños y parejas casadas,” dice Paula. “También organizamos charlas y retiros de un día y de fin de semana. En la Catedral tuvimos una guía, Virginia Aguilar, ofreciendo talleres, charlas y retiros desde muchos años antes de la pandemia. Después de la pandemia, poco a poco estamos volviendo a ofrecer talleres en todas las parroquias de la diócesis. Esperamos traer pronto un taller a la Catedral.”

El ministerio divide cada año en dos semestres y comienza todos los talleres en la diócesis al mismo tiempo, ya sea la última semana de enero o la primera semana de febrero, y la última semana de julio o la primera semana de agosto.

“El programa se lleva a cabo en 15 sesiones, una vez a la semana durante dos horas,” dice Paula. “Esto culmina en un retiro de cuatro horas en una casa de retiro o parque. Un guía conduce cada sesión utilizando un manual, así como algunas

“Después de nuestros talleres, vemos a muchos católicos regresar a los sacramentos y descubrir vocaciones para diferentes ministerios.”



Paula Cáceres, guía de talleres y Coordinadora Nacional del Noroeste de TOV

continúa en la página 4



CATHEDRAL
OF THE

Blessed SACRAMENT

Stewards of God's Gifts

TALLERES DE ORACIÓN Y VIDA *continúa de la página 3*

grabaciones de nuestro fundador que se relacionan con el tema central de cada sesión. Durante cada sesión, aprendemos y practicamos una nueva forma de oración. A lo largo de la semana entre sesiones, los participantes practican esa forma de oración durante 30 minutos cada día y también leen un pasaje de las Escrituras elegido para cada día.”

Al asistir a estos talleres, los participantes pueden enriquecer sus vidas espirituales y crecer juntos con sus familias y la comunidad parroquial. Al crecer en nuestra relación con Cristo, podemos impactar positivamente a todos los que nos rodean.

“El eje central de nuestros talleres es la oración personal y diaria con el abandono, una combinación

liberadora con profundos frutos espirituales,” dice Paula. “Después de nuestros talleres, vemos a muchos católicos regresar a los sacramentos y descubrir vocaciones para diferentes ministerios. Al conocer a Jesús, también nos acercamos más en amor a nuestros hermanos y hermanas en Cristo, especialmente cuando nos preguntamos: ‘¿Qué haría Jesús?’”

“Los talleres contribuyen a la unidad y fortalecimiento tanto del individuo como de la familia, haciendo de la Iglesia y de la comunidad un lugar mejor”, agrega. “El ministerio ayuda a sus participantes a crecer espiritualmente a través del encuentro con Jesús en la oración personal, necesaria para todo cristiano y verdadero servidor.”

Para más información sobre los Talleres de Oración y Vida, comuníquese con Paula Cáceres a paulac.tov@gmail.com o encuentro.tov@gmail.com.

NOS ENFOCAMOS EN LA ORACIÓN *continuado desde la portada*

evangelización, para aprender a crecer espiritualmente a través de la oración.

Animo a cada uno de nosotros a tomar tiempo para evaluar nuestra vida de oración y comprometernos a dedicar una parte de cada día a hablar con Jesucristo. Además, considere participar en las muchas oportunidades de oración que ofrece la Catedral.

Sinceramente suyo en Cristo,

P. Michael O'Reilly
Pastor

