

## La Cuerda

Cuentan que un alpinista, deseperado por conquistar una altísima montaña, inició su travesía después de años de preparación, pero quería la gloria sólo para él, por lo tanto subió sin compañeros. ....

Empezó a subir y se le fue haciendo tarde, y más tarde, y no se preparó para acampar, sino que decidió seguir subiendo, y oscureció. ....

La noche cayó con pesadez en lo alto de la montaña, ya no se podía ver absolutamente nada. Todo era negro, cero visibilidad, la luna y las estrellas estaban cubiertas por las nubes.

Subiendo por un acantilado, a solo unos pocos metros de la cima, se resbaló y se desplomó por el aire, cayendo a una velocidad vertiginosa. El alpinista solo podía ver veloces manchas oscuras y la terrible sensación de ser succionado por la gravedad. Seguía cayendo... y en esos angustiantes momentos, le pasaron por su mente todos los episodios gratos y no tan gratos de su vida. ....

Pensaba en la cercanía de la muerte, sin embargo, de repente, sintió el fortísimo tirón de la larga sogas que lo amarraba de la cintura a las estacas clavadas en la roca de la montaña.

En ese momento de quietud, suspendido en el aire, no le quedó más que gritar: ¡¡¡Ayúdame Dios mío!!!

De repente, una voz grave y profunda de los cielos le contestó:

**¿QUÉ QUIERES QUE HAGA?**

¡¡ Sálvame Dios Mío !!

**¿REALMENTE CREES QUE YO TE PUEDA SALVAR?**

- Por supuesto Señor

**ENTONCES CORTA LA CUERDA QUE TE SOSTIENE...**

Hubo un momento de silencio; el hombre se aferró más aún a la cuerda.

Cuenta el equipo de rescate, que al otro día encontraron a un alpinista colgando muerto, congelado, agarradas sus manos fuertemente a la cuerda...

A TAN SOLO DOS METROS DEL SUELO... ..

¿Y tú? ¿Qué tan aferrado estas a tu cuerda? ¿Te soltarías? .....

No dudes nunca de Dios. Nunca debes decir que El te ha olvidado o abandonado. No pienses jamás que El no se ocupa de ti. Recuerda siempre que El te sostiene de su mano derecha.



## La Sagrada Comunión

**En la Eucaristía** lo tenemos a Él. Se nos entrega totalmente, con su Cuerpo, con su Sangre, con su Alma y con su Divinidad. Lo comemos cada día si comulgamos, hablamos íntimamente con Él, como se habla con el padre, como se habla con el Amor. Es una realidad, como lo es nuestra existencia y el mundo y las personas que cada día encontramos mientras caminamos. Bajo las especies sacramentales se contiene verdadera, real y sustancialmente el Cuerpo glorioso de Cristo con su alma y su divinidad, el mismo que nació de Santa María, el que permaneció durante cuarenta días con sus discípulos después de la Resurrección, el que después de su Ascensión al Cielo vela nuestro caminar terreno.

**La Comunión** no es un premio a la virtud, sino alimento para los débiles y necesitados; para nosotros. Y nuestra Madre la Iglesia nos exhorta a comulgar con frecuencia, diariamente a quien le es posible, y nos insiste a la vez en que pongamos todo el empeño en apartar la rutina, la tibieza, el desamor, en que purifiquemos el alma de los pecados veniales mediante los actos de contrición y la Confesión frecuente y, sobre todo, en que no comulgamos jamás con sombra alguna de pecado grave, sin habernos acercado antes al sacramento del perdón.

**Ante las faltas leves**, el Señor nos pide lo que está a nuestro alcance: el arrepentimiento y el deseo de evitarlas. Además de disponer convenientemente el alma con actos de fe, de esperanza y de amor, es necesario disponer también el cuerpo: no haber tomado ningún alimento desde una hora antes y acercarse con la debida reverencia, correctamente vestido, etc.. Es la naturalidad del cristiano que manifiesta el respeto adecuado a quien más se le debe, y consecuen-

cia de la fe del que sabe a qué Banquete ha sido invitado. Es necesario que todo nuestro porte exterior de, a los que nos ven, la sensación de que nos preparamos para algo grande.



**Nuestro amor a Jesús** presente en la Sagrada Eucaristía se manifestará en el modo de dar gracias después de la Comunión; el amor es ingenioso y sabe encontrar modos propios para expresar la gratitud. Y esto aunque el alma se encuentre en la aridez más completa. La aridez no es tibieza, sino amor en el que está ausente el sentimiento, pero que impulsa a poner más esfuerzo y a pedir ayuda a los intercesores del Cielo, como el propio Angel Custodio, que nos prestará en ésta, como en otras ocasiones, grandes servicios.

**Incluso las mismas** distracciones deben ayudarnos a un mayor fervor a la hora de dar gracias al Señor por el bien incomparable de habernos visitado. Todo debe aprovecharnos para que en esos minutos en que tenemos al mismo Dios en nosotros, nos encontremos en las mejores disposiciones posibles dentro de nuestras muchas limitaciones.

**La Virgen, Nuestra Señora**, nos ayudará a preparar nuestra alma con aquella pureza, humildad y devoción con que Ella le recibió después del anuncio del Angel.

Hablar con Dios - Francisco Fernández Carvajal



**Christ** Un letrero en un parque: "Favor de no pisar el pasto, el que no sepa leer, que pregunte. Gracias".

Un agente de tránsito se acerca a un automovilista. -Dígame, Señor, no vió Usted la flecha en el semáforo?

Contesta el automovilista: - ¡Ah! ¡Si no vi el indio, como quiere Usted que vea la flecha!

- ¿A donde vas? - pregunta el marido a su mujer.  
- A donde me da la gana.  
- ¿Cuándo volverás?  
- Cuando se me ocurra.  
- Perfecto, pero no más tarde, ¡eh!



pensamientos  
**provechosos**

¡Que bien sale todo, cuando todo se hace por amor a Dios!

**jaculatoria**  
DEL MES

(Confía totalmente en Dios y dícelo)

El Señor es mi luz  
¿A quien temeré?



## Tu Rostro habla...

Se dice que hace tiempo, en un pequeño y lejano pueblo, había una casa abandonada. Cierta día, un perrito buscando refugio del sol, logró meterse por un agujero de una de las puertas de dicha casa.



El perrito subió lentamente las viejas escaleras de madera. Al terminar de subir las se encontró con una puerta semi abierta, lentamente se adentró al cuarto. Para su sorpresa se dio cuenta que dentro de ese cuarto había mil perritos más, observándolo tan fijamente como él los observaba a ellos. El perrito comenzó a mover la cola y a levantar sus orejas poco a poco. Los mil perritos hicieron lo mismo. Posteriormente sonrió y ladró alegremente a uno de ellos. El perrito se quedó sorprendido al ver que los mil perritos también le sonreían y ladraban alegremente con él. Cuando el perrito salió del cuarto se quedó pensando para sí mismo: ¡que lugar tan agradable!.....

Voy a venir más seguido a visitarlo.

Tiempo después otro perrito callejero entró al mismo sitio y entró al mismo cuarto.



Pero este perrito al ver los otros mil perritos del cuarto, se sintió amenazado, ya que lo estaban mirando de una manera agresiva.

Posteriormente empezó a gruñir, obviamente vio como los mil perritos le gruñían a él. Comenzó a ladrarles ferozmente y los otros mil perritos le ladraron también a él. Cuando este perrito salió del cuarto pensó: ¡que lugar tan horrible es este. Nunca más volveré a entrar aquí!.....

En el frente de dicha casa se encontraba un viejo letrero que decía: La casa de los mil espejos.

Todos los rostros del mundo son espejos. Decide cual rostro llevarás por dentro y ese será el que mostrarás. El reflejo de tus gestos y acciones es el que proyectas ante los demás. Las cosas más bellas del mundo no se ven ni se tocan, solo se sienten en el corazón.

## Contra la Rutina



### 6- Elijamos buenos amigos y amigos

Necesitamos más que nunca amigos humanos, personas, grandes y buenos amigos, con los que compartir muchas horas, conversaciones sinceras y cercanas, amistades de verdad, que te apoyen y te conozcan auténticamente, que te acepten con tus fallos y potencien lo mejor en ti.

### 7- Reconocer y reafirmar lo que vale la otra persona

Seamos sinceros: no tiene sentido que andemos llamando "flaca" a quien no lo es, o "güera" a mi hija morena. Hemos de saber (grandes y pequeños) que somos buenos en unas cosas y no en otras. "Hijo, pareces bueno en A y en B, pero creo que C no es lo tuyo". Reafirmemos al otro en lo que vale, y se verá a sí mismo como lo que es, una persona valiosa.

### 8- Estimular la autonomía personal

Hacer cosas buenas nos hacen buenos a nosotros. Esta idea ayuda a tener autonomía personal, hacer las cosas por nosotros mismos, para mejorar nosotros.

### 9- Diseñar un proyecto personal

No irás muy lejos si no sabes donde quieres ir. Has de tener un proyecto personal para crecer, y atender y ayudar a discernir y potenciar los proyectos de los tuyos.

### 10- Tener un nivel de aspiraciones alto, pero realista

Hemos de jugar entre lo posible y lo deseable. Si aspiramos alto, nos valoraremos bien, tendremos autoestima. Pero, ¿es factible? Debemos conjugar un alto nivel de aspiraciones con la realidad de nuestras capacidades y recursos.

Autor: Aquilino Polaino

## reflexión

Tenemos que abandonar la vía de la violencia, la vía de sangre y lágrimas, la vía de la muerte, el viejo camino, trillado generación tras generación, por hombres que solo creían en el poder y la posesión y la ley del más fuerte.

Hemos de recorrer el largo camino hacia la humanidad entre los hombres, el camino a la luz por la noche, el largo camino al amor, para que la alegría de vivir construya un arco iris multicolor en el cielo de nuestra aldea, que se llama tierra.

Phil Bosmans

### 1- Disponibilidad

Consiste en dedicar tiempo (¡que es lo que menos tenemos!) a atender a nuestros hijos y esposo/a. Hay que estar disponible, porque hay problemas que sólo se arreglan en el momento en que el otro se anima a plantearlo y pide ser escuchado.

### 2- Que los padres hablen menos y escuchen más

El hijo sabe que los padres cuando dicen "tenemos que hablar" quieren decir "te voy a soltar un discurso por algo tuyo que no me ha gustado". Esto cambiaría si los padres se hicieran un propósito: dedicar el 75% a escuchar y sólo el 25% a hablar. Hay que soltar el diario, quitar el volumen de la TV, girar la cabeza hacia quien te habla, mirar a los ojos, poner atención.

### 3- Coherencia en los padres y autoexigencia en los hijos

Uno es coherente cuando lo que piensa, siente, dice y hace es una sola y misma cosa. Hay que dar ejemplo primero.

### 4- Tener iniciativa, inquietudes y buen humor.

La rutina es un enemigo en las relaciones conyugales y con los hijos. El punto clave es que haya creatividad e iniciativa en la vida de pareja y eso se contagiará a toda la familia. Creatividad e iniciativa protegen a la pareja de la rutina. Los hijos aprenden su "educación sentimental" simplemente viendo cómo se tratan papá y mamá, viendo que se admiran, se halagan, se alaban, son cómplices. "Cuando sea mayor trataré a mi mujer como papá a mamá".

### 5- Aceptar nuestras limitaciones, y las de los nuestros

Hay que conocer y aceptar tus limitaciones, las de tu cónyuge, las de tus hijos. Pero es importantísimo no criticar al otro ante la familia, no criticar a tu cónyuge ante los niños, o a un niño ante los hermanos, comparando a un hermano "bueno" con uno "malo". Eso hace sufrir al hijo y le quita autoestima.

Es mejor llevarlo aparte y hablar.



Respuesta: 1.Vodka - 2.Vino - 3.Ron - 4.Leché - 5.Anis