

Conéctate

CAMBIA TU MUNDO CAMBIANDO TU VIDA

LA CRISIS DE LOS CUARENTA

Un hito dispuesto por Dios

MINUTOS QUE CUENTAN

Atesorar recuerdos felices

ADOLESCENTES

10 cosas que todo padre debe saber



NÚMERO SOBRE LA FAMILIA

Disponemos de una amplia gama de libros, casetes, compactos y videos que alimentarán tu espíritu, te infundirán ánimo, ayudarán a tu familia y proporcionarán a tus hijos amenas experiencias educativas. Escribe a una de las direcciones que se indican a continuación o visítanos en: **www.conectate.org**

México:

Conéctate

Apartado 11

Monterrey, N.L., 64000

conectate@conectate.org

(01-800) 714 47 90 (número gratuito)

(52-81) 81 34 27 28

Chile:

Conéctate

Casilla de correo 14.982

Correo 21

Santiago

conectatechile@mi-mail.cl

(0) 94 69 70 45

Colombia:

Conéctate

Apartado Aéreo 85178

Santafé de Bogotá, D.C.

conectate@andinet.com

Argentina:

conectatearg@lycos.co.uk

Estados Unidos:

Activated Ministries

P.O. Box 462805

Escondido, CA 92046-2805

info@activatedministries.org

(1-877) 862 32 28 (número gratuito)

Europa:

Activated Europe

Bramingham Pk. Business Ctr.

Enterprise Way

Luton, Beds. LU3 4BU

Inglaterra

activatedEurope@activated.org

(07801) 44 23 17

© Aurora Production AG, 2005.

Es propiedad. Impreso en Tailandia.

http://es.auroraproduction.com

A menos que se indique otra cosa, todas las frases textuales de las Escrituras que aparecen en *Conéctate* provienen de la versión Reina-Valera de la Biblia, © Sociedades Bíblicas Unidas, 1960.

**A NUESTROS AMIGOS**

Francisco y Ana María estaban enamorados. Él le propuso a ella matrimonio, y ella aceptó. Pero la cosa no era tan sencilla. Francisco sabía que para formar un matrimonio feliz y armonioso necesitaba el consentimiento y el beneplácito de los padres de Ana María, don Julio y doña Cecilia, pero particularmente la venia de dona Cecilia. Francisco no era ningún ingenuo y sabía que abordar a su futura suegra podía tener sus complicaciones. El caso fue que se armó de valor, con la esperanza de que la suerte lo acompañara.

—¿Eres consciente de que en un matrimonio cada uno aporta por igual, un 50%? —le dijo doña Cecilia a Francisco con ánimo de ponerlo a prueba.

—En el nuestro no —respondió Francisco sin vacilar—. ¡Pondremos cada uno 60% de nuestra parte!

Y así fue. No vayan a creer que este cuento me lo inventé yo de un plumazo. Para nada. Un colega mío es precisamente hijo de ese matrimonio y me contó su vivencia. Si bien la historia es sencilla, contiene una importante verdad. Los hogares y uniones conyugales felices —mejor dicho, toda relación que funciona—, se edifica a base de pequeños gestos y actos de abnegación, en los que cada una de las partes entrega ese 10% extra sin guardar registro alguno de quién fue el que hizo el último favor. ¿No te parece genial que alguien se porte así contigo?

Sin embargo, ¿cómo se hace para tener ese amor capaz de ayudarnos a superar los altibajos, las pruebas y los desengaños que nos trae la vida? Procede de la fuente de todo bien —el propio Dios—, y está a tu entera disposición. «Toda buena dádiva y todo don perfecto descende de lo alto, del Padre de las luces, que nos da todas las cosas en abundancia para que las disfrutemos» (Santiago 1:17; 1 Timoteo 6:17). «Pedid, y se os dará» (Mateo 7:7).

Que Dios te bendiga —y también a tu familia— con una dosis extraordinaria de Su amor, y que este número de *Conéctate* llegue a tu casa y a tu corazón como caído del Cielo.

Gabriel, en nombre de *Conéctate*

Año 6, número 5

Mayo de 2005

DIRECTOR

Gabriel Sarmiento

DISEÑO

Giselle LeFavre

PRODUCCIÓN

Francisco López

¿PASASTE LOS CUARENTA?

ipuede que ahora empiece lo mejor!

SE SELECCIONARON CUATROCIENTOS NOMBRES de personalidades de todos los tiempos. En la lista había estadistas, militares, filósofos, poetas, pintores, escritores y científicos. Luego se indicó cuál había sido la mayor obra o logro de cada uno. Dado que toda lista de esas características puede ser muy subjetiva, fue revisada después por un panel de historiadores y otros expertos, que cambiaron ciertos nombres y obras cumbre hasta que se llegó a un consenso.

Conociendo la fecha de nacimiento de esas personas y la fecha en que habían realizado aquellas obras, se determinó a qué edad había alcanzado cada uno el cenit de su carrera. Luego se ordenó la lista de acuerdo con ese dato y se dividió en grupos de diez años.

Se descubrió que el 35% de las mayores conquistas de la humanidad las hicieron hombres que tenían entre sesenta y setenta años. El 23% habían sido llevadas a cabo por personas que tenían entre setenta y ochenta, y el 8% por personas de más de ochenta. Es decir, que el 66% de las grandes obras del mundo las realizaron hombres de más de sesenta años.

El 24% de los grandes logros corresponden a personas que tenían entre cincuenta y sesenta años, y el 9% a personas que tenían entre cuarenta y cincuenta. Sólo el 1% de esos 400 personajes llevó a cabo su obra cumbre antes de los cuarenta años.

Las grandes obras que se realizaron antes de los cuarenta años se reparten en dos categorías: por un lado, las hazañas juveniles que requieren gran destreza y vigor físico, como las conquistas de Alejandro Magno, y por otra la poesía lírica, ejemplificada por el temperamento hipersensible y la breve vida de los cultores de dicho género.

Por eso, si pasaste los cuarenta y presentes que ya vas cuesta abajo, recapacita. Es posible que estés llegando a la flor de la vida. ■

¿QUÉ ES LA VEJEZ?

NADIE ENVEJECE simplemente por haber vivido cierto número de años. Sólo se avejenta quien abandona sus ideales. Los años arrugan la piel; la pérdida de interés, en cambio, marchita el alma. Las preocupaciones, las dudas, la propia inseguridad, los miedos, la desesperación... esos son los años interminables que doblegan el espíritu en desarrollo y lo vuelven al polvo.

A cualquier edad, existe en el corazón del hombre la pasión por lo asombroso, el deseo de afrontar impertérrito las dificultades de la vida, la inagotable sed infantil de descubrir lo que viene a continuación y la capacidad de participar con alegría en el juego de la vida.

Nuestra lozanía depende de la medida de nuestra fe; el escepticismo, en cambio, nos torna viejos. Somos jóvenes en tanto que tenemos confianza en nosotros mismos; si cedemos a nuestros temores, nos vamos desluciendo. En la medida en que conservamos la esperanza, conservamos también la juventud; la desesperación, en cambio, nos lleva camino de la decrepitud.

DOUGLAS MACARTHUR
(1880-1964)

LA CRISIS DE LOS 40:

PASADOS LOS CUARENTA AÑOS, la mayoría de las mujeres experimentan cambios físicos y emocionales al entrar en la menopausia. A esa edad, algunos hombres también atraviesan depresiones o conflictos internos a los que se suele dar el nombre de *crisis de los 40*, entre otros motivos porque tienen que asumir que ya no poseen las fuerzas físicas de antes y les sobrevienen preocupaciones acerca de su productividad y utilidad futuras.

La crisis de los 40 no solo afecta a quienes pasan por ella, sino también a sus familias y allegados. Por eso, no sólo es importante que nosotros, los que ahora atravesamos esa etapa de la vida, tengamos los conocimientos y las herramientas necesarias para saber abordar los cambios y retos que nos presenta la misma; también es conveniente que los demás estén informados de ello, a fin de que puedan apoyar y comprender a quienes pasan por ese periodo.

La crisis de los 40 puede explicarse científicamente en términos de cambios fisiológicos que normalmente se producen en el organismo a esa edad. Sin embargo, para enfrentar los trastornos físicos y emocionales que entraña, o para ayudar a alguien que se ve en esa situa-

Un hito dispuesto por Dios



Cuando llegamos a una encrucijada de ese tipo, lo que ocurra a continuación se ve afectado en gran medida por nuestro enfoque de las cosas.

ción, conviene tratar de ver esta etapa de la vida desde la perspectiva divina. Como ocurre muy a menudo, Dios la ve desde un prisma bastante distinto del nuestro. Además, es capaz de explicar muchas de esas cosas mejor que los médicos y los expertos, aunque sin duda podemos bene-



ficiarnos también de los consejos de ellos.

Si bien en la Biblia no se encuentra la expresión *crisis de los 40*, las Escrituras contienen muchos consejos que vienen al caso. Algunos de ellos resultan especialmente útiles para quienes todavía no han llegado a esa edad, pues recalcan la importancia de ser muy considerados y tratar con mucho amor a los demás, sobrellevando los unos las cargas de los otros y poniéndonos en su lugar. Como siempre, el Señor promete recompensarnos por el tiempo y el esfuerzo que dediquemos a velar los unos por los otros.

TODO FORMA PARTE DEL DISEÑO DE DIOS

Nuestro entendimiento natural no alcanza a captar la trascendencia de todo lo que sucede en nuestro organismo conforme pasa el tiempo y nos hacemos mayores. El rey David lo expresó bien: «Te alabaré por el maravilloso modo en que

me hiciste» (Salmo 139:14, versión N.C.). Pero el Señor es capaz de ayudarnos a entenderlo en la medida de lo necesario, si escudriñamos Su Palabra y acudimos a Él en oración para que responda a nuestros interrogantes e inquietudes.

Ese período de incertidumbre por el que Él permite que pasemos es como una encrucijada o control de carretera en el que nos vemos obligados a detenernos para hacer balance de nuestra vida y asegurarnos de que seguimos por donde Él quiere que vayamos. Cuando llegamos a una encrucijada de ese tipo, lo que ocurra a continuación se ve afectado en gran medida por nuestro enfoque de las cosas. Si miramos la situación negativamente y vemos solamente los problemas y las aparentes limitaciones, tomamos el camino que conduce hacia abajo. En cambio, si consideramos todas las posibilidades y nos fijamos metas elevadas, tomamos la senda ascendente que nos lleva a mayor felicidad y satisfacción. Como dijo Jesús, nuestra fe —lo que esperamos que Dios haga por nosotros— es un factor determinante: «Conforme a vuestra fe os sea hecho» (Mateo 9:29).

Romanos 8:28 presenta una promesa fundamental que constituye un excelente punto de referencia: «Dios hace concurrir todas las cosas para el bien de los que le aman» (versión N.C.). Si amamos a Dios y sabemos cuánto Él nos ama, podemos estar seguros de que Él se preocupa de darnos lo que más nos conviene y anhela valerse hasta de las crisis que se nos presentan en la mediana edad para llevarnos a efectuar cambios positivos en nuestra vida. Así podemos ver esa etapa a través de los ojos de la fe, fijándonos no en las contrariedades, sino en las nuevas posibilidades que sabemos que Él nos va a abrir.

SACAR FUERZAS DE DEBILIDAD

Esta temporada de mayor lentitud, de mayor debilidad, es para nuestro bien. Tiene por objeto llevarnos a una etapa de maduración en la vida, un periodo de plenitud en el que podemos gozar de nuestra existencia más que nunca.

Suele suceder que por medio de nuestra debilidad, de nuestras dolencias y de otras dificultades personales aprendemos a acercarnos

a Él y nos vemos obligados a depender más de Él. Como dijo el apóstol Pablo, a veces le resultamos más útiles cuando estamos débiles que cuando estamos fuertes. «Bástate Mi gracia; porque Mi poder se perfecciona en la debilidad» (2 Corintios 12:9).

Además, a causa de nuestra debilidad y de nuestro carácter más contemplativo, valoramos más la vida y apreciamos más al Señor y Su bondad. Estimamos más ciertas cosas para las que antes estábamos demasiado ocupados o que simplemente dábamos por hechas. Aunque nos parezca que al llegar a esta etapa de la vida perdemos algo, en realidad salimos ganando mucho más de lo que perdemos.

Este periodo de nuestra vida bien puede ser uno de los mejores, uno de los más felices, fructíferos y gratificantes. Es posible que sea una época de gran satisfacción —aun mayor que la que sentíamos en nuestra juventud—, pues llegamos a una edad en que ya hemos vivido muchas experiencias propias de aquella etapa: las aventuras, los retos, los amores, los altibajos, las alegrías y los pesares que derivan de crecer y madurar. A estas alturas buscamos satisfacción profunda y auténtica, la que proviene de hallar y cumplir el designio de Dios para nosotros.

JESÚS ANSÍA AYUDARNOS

Es bastante común que en esta etapa de la vida nos veamos embargados por emociones inexplicables o hasta por depresiones. Cuando nuestros sentimientos se ven zarandeados de aquí para allá, puede que nos sintamos como los discípulos de Jesús que cruzaban el Mar de Galilea cuando se levantó una tormenta que amenazaba con hundir su pequeña embarcación. «¡Ayúdanos, Maestro, que perecemos!», clamaron. Jesús ordenó a la tormenta: «Calla, enmudece». Y cesó el viento, y todo quedó completamente tranquilo (Marcos 4:37-41).

Sin duda, Jesús puede con la misma facilidad calmar nuestras emociones y devolvernos la serenidad. Es capaz de alejar la desesperación y sustituirla por esperanza, buen ánimo, felicidad y fe. Es preciso que nos aferremos a

las promesas que nos hace en Su Palabra, que tengamos confianza en Él mientras dure la tempestad, que estemos convencidos de que nunca nos va a defraudar y que todas las cosas redundan en bien nuestro.

El rey David rezó: «Cuando mi corazón desmayare [...] llévame a la roca que es más alta que yo» (Salmo 61:2). Cuando nos sintamos agobiados, cuando nos sintamos acorralados por la depresión, debemos subirnos a la Roca: Jesús. Él nunca permitirá que nos veamos abrumados. Él es el remedio para esos ataques de depresión.

Es importantísimo que no aceptemos esos sentimientos y emociones negativos, y mucho menos que tomemos decisiones basándonos en ellos. Cuando te sientas deprimido o confundido, cuéntaselo a Jesús. Pídele que disipe esos sentimientos. Él puede darte fuerzas, gracia, entendimiento y discernimiento. Invoca todas las promesas que Él nos ha dado en Su Palabra, sabiendo que son para ti y para momentos como este, y que te ayudarán a salir adelante.

Él aprecia que acudamos a Él. Es más, espera pasar esos ratos con nosotros con más ansias de lo que nos imaginamos. Por eso, cuando te sientas agobiado o deprimido o no puedas dormir, habla con Jesús. Él nunca está muy ocupado. Nunca duerme. Cuéntale tus cosas más íntimas y llega a conocerlo más profundamente que nunca. Él tiene nuevos horizontes que enseñarte. Solo espera a que acudas a Él.

LO MEJOR ESTÁ AÚN POR VENIR

Si esos momentos de desazón te llevan a los brazos de Jesús —y en consecuencia, a hallar una paz y felicidad que nunca antes conociste—, ¿no te parece que valen la pena?

La vida no acaba por haber llegado uno a los cuarenta o cincuenta años. Ese no es el fin; es el inicio de una nueva etapa, de un nuevo período. Jesús anhela valerse de las enseñanzas que vas a sacar, de la madurez y sabiduría que vas a alcanzar en esta etapa intermedia de la vida, como peldaños que te llevarán hacia adelante y hacia arriba y te acercarán al espléndido futuro que te tiene reservado. ¡Opta por la senda ascendente! ■

Las luces del litoral

VIRGINIA BRANDT BERG

Cuando la salud de mi esposo se fue quebrantando
y yo iba a verlo al hospital,
me fijaba en los pacientes tendidos en sus camas
y en los que aguardaban en las salas de espera,
y pensaba en su sufrimiento.

Algunos, particularmente los muy ancianos, se pasaban día tras día tendidos, sin ninguna compañía. Durante un mes acudí todos los días sin falta al hospital, y nunca fue nadie a visitarlos. Nadie se hizo siquiera un ratito para ir a verlos. Estaban desamparados. Iban pasando los días, y tal y tal cama quedaba vacante, pero las visitas brillaban por su ausencia.

En cierto momento me asomé por la ventana del cuarto donde estaba recluido mi marido y observé los autos que circulaban velozmente por la autopista de enfrente. Pensé entonces en la pobre masa humana que deambula perdida, triste y con el corazón partido.

Comprendí entonces que toda la gente, tanto los moribundos como los que van trajinando por la vida, precisan del amor y la misericordia del Padre. Tomé también conciencia de que el Señor requiere urgentemente de nosotros que brillamos para alumbrar el camino que conduce a Su gran corazón de amor. En aquel hospital, sentada al borde del lecho de mi esposo, me venía a veces a la memoria el siguiente himno:

Desde el faro de Dios brilla
para siempre Su piedad,
y a nosotros nos encarga
las luces del litoral.

Que alumbren bien esas luces.
Desde lejos se han de ver.
A más de un pobre marino
rescataremos tal vez.

La noche oscura ha llegado.
La tormenta ruge hostil.
Ojos ansiosos procuran
esas luces descubrir.

Refuerza tu tenue luz
para algún pobre bajel
que anda buscando el puerto
y se podría perder.

Las Luces del litoral, letra y música de Philip Bliss (1838-1876)

Dios, Su Hijo Jesús y el Espíritu Santo son el gran faro que ilumina la mar; nosotros, en cambio, somos las luces del litoral. Dios nos ha encomendado algunas tareas sagradas, ciertas cosas que debieran tener máxima prioridad en nuestra vida. Muchos asuntos demandan nuestra atención, pero es tan escaso el tiempo que podemos dedicar a todo ello. Si nos descuidamos, arrinconaremos o perderemos de vista los verdaderos valores, lo que realmente tiene importancia. ¡Qué gran ayuda puedes llegar a ser para tu familia y tu prójimo! Y por prójimo se entiende toda persona que ponga Dios en nuestro camino y que necesite amor (el nuestro y el de Dios), es decir, toda persona a la que Dios quiera amar y ayudar por medio de nosotros. ■





UNA INVITACIÓN A

c e n ar

ANÓNIMO

Al cabo de 21 años de matrimonio
descubrí una nueva manera
de mantener viva la chispa del amor.

Hace poco salí con otra mujer.

En realidad, fue idea de mi esposa.

—Sé que la quieres —me dijo un día, sorprendiéndome.

—Pero... ¡yo te quiero a ti! —protesté.

—Lo sé, pero también la quieres a ella.

La otra mujer era mi madre. Había enviudado 19 años antes. Sin embargo, las exigencias de mi trabajo y mis tres hijos habían hecho imposible que la visitara salvo en contadas ocasiones. Aquella noche la llamé para invitarla a salir a cenar y ver una película.

—¿Qué te pasa? ¿Te encuentras bien? —me preguntó.

Mi madre era una de esas mujeres que sospechan que una llamada a altas horas de la noche o una invitación sorpresiva es señal de malas noticias.

—Pensé que sería agradable pasar un rato

juntos —respondí—, sólo tú y yo.

Tras pensarlo un momento, contestó:

—Me encantaría.

El viernes, al salir del trabajo, fui a recogerla en el auto. Estaba un poco nervioso. Al llegar, la noté nerviosa a ella también. Me esperaba en la puerta con el abrigo puesto. Se había rizado el pelo y lucía el mismo vestido que cuando celebró su último aniversario de bodas. Sonreía. Tenía el rostro tan radiante como un ángel.

—Les conté a mis amigas que iba a salir con mi hijo y quedaron impresionadas —me dijo al entrar al automóvil—. Están ansiosas por que les cuente cómo va nuestro encuentro...

Entramos a un local que, pese a no ser ele-



gante, era muy acogedor. Mi madre me tomó del brazo como si fuera la primera dama. Una vez que nos sentamos, tuve que leerle el menú. Ella solo alcanzaba a leer la letra grande.

A la mitad del plato principal, levanté la vista y vi que me miraba con una sonrisa nostálgica.

—Cuando eras pequeño, era yo quien te leía el menú.

—Entonces es hora de que me dejes que te devuelva el favor —respondí.

Durante la cena sostuvimos una conversación agradable. No fue nada del otro mundo; simplemente nos pusimos al día de lo que ocurría en la vida de cada uno.

Hablamos tanto que nos perdimos la película. Más tarde, cuando llegamos a su casa, dijo:

—Saldré contigo de nuevo, pero solo si me permites que invite yo.

Acepté.

—¿Cómo fue la cena? —me preguntó mi esposa al llegar a casa.

—Muy agradable. Mucho más de lo que me imaginaba —respondí.

Pocos días después, mi madre murió de un ataque cardíaco. Fue tan repentino que no tuve oportunidad de hacer nada por ella.

Algún tiempo después recibí un sobre con una copia de un recibo del restaurante en que habíamos cenado mi madre y yo. Venía adjunta una nota que decía: «Pagué esta cuenta por anticipado. Estaba casi segura de que no llegaría a ir; sin embargo, pagué para dos —tú y tu esposa—. Nunca sabrás lo que significó aquella noche para mí. Te quiero».

En ese momento entendí lo importante que es decir oportunamente: «Te quiero» y dedicar a quienes amamos el tiempo que se merecen. ■

NO ES EL CIELO, PERO CASI

Sobre el matrimonio

Anudad vuestros corazones
con un lazo que no sea corredizo.
William Shakespeare (1564-1616)

Dicen que los matrimonios se hacen en
el Cielo, pero del mantenimiento nos
encargamos en la Tierra.
James Dobson (1936-)

El matrimonio es una aventura.
David Seamands

El éxito en el matrimonio no depende tanto
de *encontrar* a la persona ideal,
sino más bien de *ser* la persona ideal.
Robert Browning (1812-1889)

Ten los ojos bien abiertos antes del
matrimonio; y entrecerrados después.
Benjamín Franklin (1706-1790)

Aunque dos corazones rebosen amor, hacen
falta años para que queden plenamente
unidos en matrimonio. Una alianza conyugal
feliz es un largo y extenso enamoramiento.
Theodore Parker (1810-1860)

Lo más importante en un matrimonio es que
ambos cónyuges tengan confianza en Dios y
en Jesucristo. Si se tiene fe, todo es posible!
D.B.B. (1919-1994)

Apliquemos el amor como Dios quiere que lo hagamos: con todo nuestro corazón, con toda nuestra mente y con todas nuestras fuerzas (Mateo 22:37-39). Eso supone preocuparse de veras e interesarse de corazón por los demás; no decir: «Te quiero mucho», y luego marcharse y olvidarse de todo; no decir: «Calentaos y saciaos», cuando tienes contigo qué darles (Santiago 2:16; Proverbios 3:28). El amor, si no se manifiesta en lo físico, es como la fe sin obras, que está muerta (Santiago 2:26). Demuestra amor verdadero complementando con gestos de bondad la amabilidad de tus palabras (1 Juan 3:18). **DAVID BRANDT BERG (D.B.B.)**



El llamamiento de una madre

EN MI ADOLESCENCIA ME ENCANTABAN LOS NIÑOS y me relacionaba muy bien con ellos. Sin embargo, cuando me hice mayor ya no hubo cabida para ellos en mis sueños y en mis planes. Me parecía que el mundo me llamaba y que, por haber llegado a la adultez, era mi derecho ver y experimentar a plenitud todo lo que la vida me ofrecía. Me sentía impulsada a perseguir mis aspiraciones e ideales. Sin embargo, no tardé en caer en la cuenta de que el Señor tenía otro plan para mí. A poco de casarme empecé a tener hijos y me pregunté: «¿Qué fue de todos mis sueños?»

El caso es que cumplí el designio que el Señor me había trazado como madre, y Él me bendijo haciendo realidad muchos deseos míos. Sus planes eran mucho más acabados que mis limitadas quimeras. Habiendo vivido el ciclo completo de la maternidad, puedo decir por experiencia que el plan del Señor satisfizo todas mis necesidades y más. A fin de cuentas, salí ganando.

Una de las enseñanzas más sobresalientes que me dejó la maternidad fue la importancia de obrar por medio de la oración. Aparte de los niños —mi marido y yo tuvimos seis en ocho años, dos de ellos mellizos—, también tenía otras obligaciones. Dado que no me quedaba tiempo para ellas, tuve que encontrar una forma de realizarlas. Ese medio resultó ser la oración.

Descubrí que podía valerme de los momentos en que daba el pecho al bebé para rezar por todas las otras cosas que tenía que hacer. En vista de que mis quehaceres excedían lo que era capaz de lograr por mis propios medios, pedía al Señor que me indicara cuál era la siguiente tarea que debía realizar, así como también que me diera otras soluciones para aquellas cosas que no iba a poder hacer. Y Él me respondía y obraba prodigiosamente. A veces me enviaba alguna ayuda inesperada o modificaba una situación en respuesta a una plegaria específica que yo había hecho, y la montaña de trabajo que tenía delante simplemente se desvanecía.

Al principio me quedaba asombrada, pero luego me volví totalmente dependiente de aquellos ratos. Aprendí que si acudía al Señor en busca de orientación y colaboraba con Él por

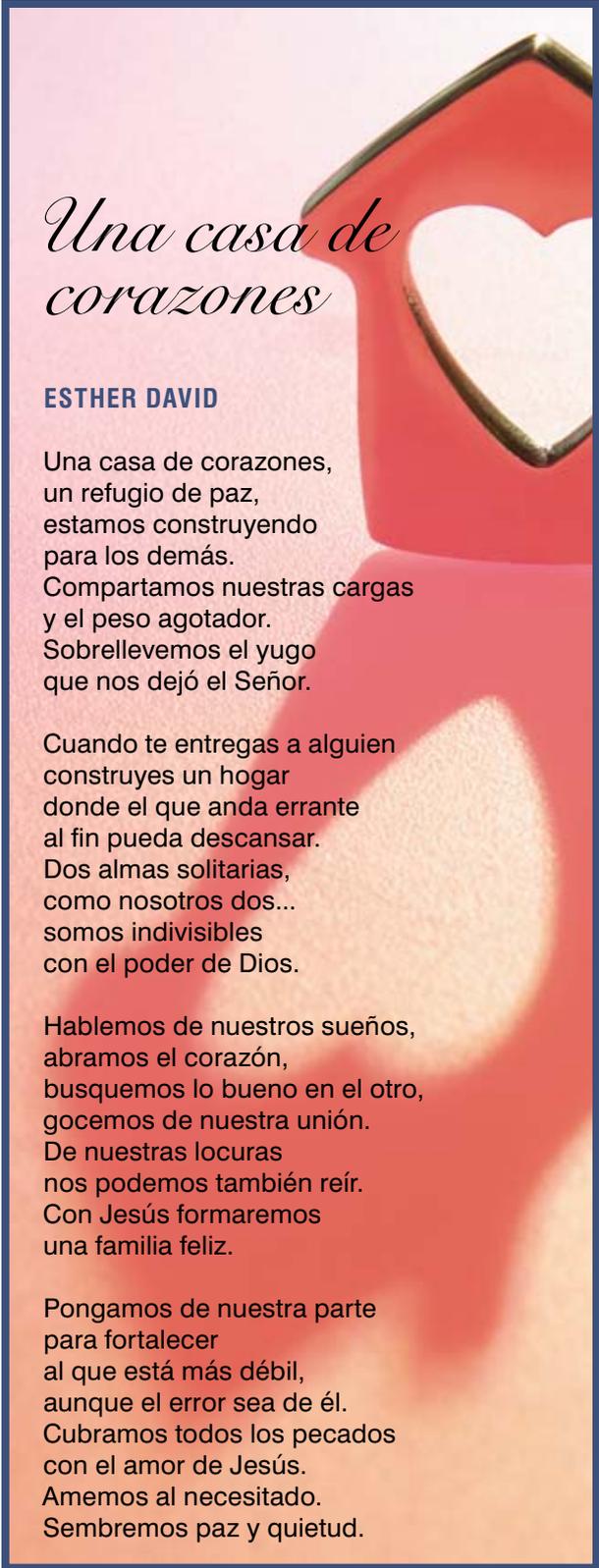
medio de la oración, podía rendir mucho a pesar de estar sentada en una silla con el bebé. Al cabo de poco tiempo descubrí que así lograba mucho más porque trabajaba estrechamente unida a Él. Así que mis nenes se convirtieron en un factor importante a la hora de ayudarme a cumplir la voluntad de Dios en otros aspectos de mi vida, pues me obligaban a retirarme con Él muchas veces a lo largo del día.

En relación con eso, aprendí a apreciar lo que di en llamar «estar confinada a la voluntad de Dios». En vista del poco tiempo y las escasas fuerzas de que disponía, sabía que no podía darme el lujo de andar corriendo de aquí para allá haciendo lo que se me ocurriera en el momento. Tenía que detenerme y pensar en lo que quería lograr, planificar cómo hacerlo y dejar a un lado todo lo demás.

Otra cosa que aprendí en la época en que mi vida giraba en torno al cuidado de los pequeños fue que mi actitud frente a las circunstancias determinaba en gran medida mi estado de ánimo, es decir, si me sentía contenta y alegre o apesadumbrada y quejumbrosa. En muchas ocasiones las condiciones físicas no tenían tanta importancia. Al principio me deprimía; pero luego comencé a interesarme en todo lo que había que aprender y acepté eso como un reto. Eso supuso una diferencia enorme.

Aquellos ratos a solas con Jesús y el bebé, desde temprano en la mañana, llegaron a ser muy entrañables. Las relaciones que forjé en aquellos momentos fueron desarrollándose y floreciendo a lo largo de los años. Me enamoré de cada uno de mis bebés y al mismo tiempo me enamoré más de Jesús. En lugar de ser una muchacha un tanto egocéntrica e independiente, me aficioné a mi papel de madre. Llegué a amar aquello a lo que le había tenido tanto pavor. ¿Qué provocó ese cambio de actitud? Dejé que el Señor me diera corazón y temperamento de madre. ¡Y así se produjo el milagro!

Si Dios te ha dado hijos, acepta el reto. La maternidad es un don preciado imbuido del más puro amor celestial y a la vez destinado a durar apenas unos pocos años que pasan rápido. Ámalo y valóralo mientras puedas. ■



Una casa de corazones

ESTHER DAVID

Una casa de corazones,
un refugio de paz,
estamos construyendo
para los demás.
Compartamos nuestras cargas
y el peso agotador.
Sobrellevemos el yugo
que nos dejó el Señor.

Cuando te entregas a alguien
construyes un hogar
donde el que anda errante
al fin pueda descansar.
Dos almas solitarias,
como nosotros dos...
somos indivisibles
con el poder de Dios.

Hablemos de nuestros sueños,
abramos el corazón,
busquemos lo bueno en el otro,
gocemos de nuestra unión.
De nuestras locuras
nos podemos también reír.
Con Jesús formaremos
una familia feliz.

Pongamos de nuestra parte
para fortalecer
al que está más débil,
aunque el error sea de él.
Cubramos todos los pecados
con el amor de Jesús.
Amemos al necesitado.
Sembremos paz y quietud.

Minutos que cuentan

CRIAR CON EL
CORAZÓN



GABRIELA
DELORENZO

pautas para padres

Vivamos de tal manera que todos nuestros hijos adquieran nuestras mejores virtudes y dejen atrás nuestros peores fracasos. Transmitámosles la luz de la compasión y el valor, y el espíritu de constante búsqueda. Propiciemos que el resplandor de esa luz sea más intenso en ellos que en nosotros.

ROBERT MARSHALL

EL DÍA TIENE 1.440 MINUTOS. Si a eso le resto las aproximadamente nueve horas que duermen mis hijos, me quedan 900 minutos al día en que me bombardean con preguntas, pedidos, lloriqueos, risas, besos, abrazos y desastres.

A veces me siento sobrepasada. Tengo tres niños pequeños. Cuidarlos bien es lo más importante que hago en la vida. Caigo tan fácilmente en eso de enfrascarme en las tareas que a veces descuido el aspecto más importante de la vida en familia: el amor. Fueron mis hijos los que hace poco me recordaron cuáles son los minutos mejor empleados de mi jornada.

Estaba muy ajetreada tratando de limpiar la habitación antes que el bebé se despertara de la siesta. En ese momento entró Charlotte —de seis años— con una sonrisa encantadora y me preguntó si podíamos armar un rompecabezas juntas. Traté de convencerla de que lo hiciera sola y le expliqué que en ese momento yo no tenía tiempo. Su mirada de decepción me dio a entender que más que ayuda con el

rompecabezas, lo que quería era pasar un ratito conmigo. Me detuve a pensar en lo que estaba por hacer. «Cuando Charlotte piense en su infancia, ¿qué quiero que recuerde? ¿Lo limpia que siempre estaba la habitación, o los ratos que pasábamos juntas?» Armé el rompecabezas con ella, nos reímos y le di un abrazo cuando terminamos. Diez minutos bien empleados.

—¡Mamá, mamá, léeme este libro, por favor!

Aquella noche ya le había leído tres cuentos a Cherise, que entonces tenía tres añitos. Yo estaba cansada y necesitaba ocuparme de unos quehaceres antes de irme a la cama. Quise decirle amablemente que no, pero insistió. «Lo que quiere en realidad —pensé— es que le preste un poco más de atención, que esté con ella unos momentos más para que pueda demostrarme cuánto me quiere y sentirse segura de que yo la quiero». Le leí otro cuento, arropaditas las dos debajo de las mantas de mi cama, y se quedó dormida sobre mi hombro. Quince minutos bien empleados.

Había sido una semana particularmente intensa: estaba colaborando en la preparación de una función para 100 niños de escasos recursos, y ese día tenía invitados. Mi lista de quehaceres era interminable. A mis hijas se les ocurrió preparar unas galletas para las visitas. Procuré razonar con ellas. No era necesario, puesto que ya

teníamos unas que habíamos comprado. Además no me quedaba tiempo. Pero no pude resistirme a sus expresiones angelicales. Llenas de satisfacción por haber horneado las galletas casi sin ayuda mía, se las sirvieron a los invitados. Me alegré de haber accedido. Treinta minutos bien empleados.

Mi nene de nueve meses —Jordán— me tiene siempre en ascuas. No puedo quitarle el ojo de encima: va de travesura en travesura. Me la paso sacándole cosas de la boca y resguardándolo de nuestras impetuosas mascotas. En cierta ocasión en que no se quedaba quieto ni un minuto jugando con algo, me exasperé. Se había puesto a lloriquear y estaba de mal humor. A mí me estaba dando dolor de cabeza. En medio de aquel frenesí, me di cuenta de que tal vez necesitaba un poco más de cariño, así que se lo demostré. Lo tomé en brazos y dejé que recostara su cabecita en mi hombro mientras bailaba suavemente con él. ¡Le encantó! Después de una pequeña merienda, jugó solito de lo más contento el tiempo suficiente para que yo pudiera ayudar a las niñas con sus tareas escolares. Quince minutos correctamente empleados.

En medio de todos nuestros quehaceres y nuestras obligaciones de adultos, no olvidemos las palabras de Cristo: «Dejad que los niños vengan a Mí, porque de los tales es el reino de los Cielos» (Mateo 19:14). ■

LA MANO QUE MECE LA CUNA GOBIERNA EL MUNDO

¡Qué tarea tan importante la de una madre! Las madres de la siguiente generación son las que moldean el futuro. La maternidad viene a ser la vocación más sublime de todas. Claro que cuidar de un nene no siempre parece una labor de mucha trascendencia; pero no la tengas en poco. ¿Quién sabe lo importante que puede ser algún día la influencia que tenga ese niño en la vida de muchas personas?

La labor de una madre es ardua. Se requiere la fuerza de Sansón, la sabiduría de Salomón, la paciencia de Job, la fe de Abraham, la percepción de Daniel y el valor y la capacidad administrativa de David. Y sobre todo, también hace falta el amor de Dios. ¡Vaya tarea!

Lo que torna maravillosa a una madre es su espíritu abnegado, su disposición a sacrificar tiempo, fuerzas y —de ser necesario— hasta la salud por el bien de su hijo. Cualquier mujer puede dar a luz a un hijo, pero hay que ser una madre de verdad para aprender a instruirlo en su camino (Proverbios 22:6).

D.B.B.



La mejor inversión que puedes hacer en tu nueva familia es dedicarle tiempo.

Formar familia... otra vez



CUANDO ME ENAMORÉ DE LA JOVEN VIUDA QUE AHORA ES MI NOVIA, ME SENTÍ EL HOMBRE MÁS AFORTUNADO DEL MUNDO. ADEMÁS DE HABER ENCONTRADO A LA ESPOSA DE MIS SUEÑOS, VENÍA CON TRES HIJOS ESTUPENDOS. ¡UNA FAMILIA COMPLETA! QUIZÁ MI ENFOQUE NO ERA MUY REALISTA, PERO EL HECHO ES QUE GANARME EL AMOR Y RESPETO DE LOS NIÑOS NO ME HA RESULTADO TAN FÁCIL COMO ESPERABA. ¿TIENEN ALGÚN CONSEJO PARA ESTE PAPÁ ATRIBULADO?

No eres el único. Cuando un papá o una mamá vuelven a casarse, no suele salir todo a pedir de boca desde el principio. Labrar fuertes lazos afectivos con los miembros de una nueva familia lleva tiempo y mucho amor. Es normal que los niños mayores se resientan con el nuevo cónyuge. Para ellos nadie podría jamás tomar el lugar del padre o madre ausente. Puede que a los más pequeños también les cueste tener que compartir el afecto de su padre o su madre con el recién llegado. Muchos padrastros y madrastras cometen el error de sentirse dolidos, ofuscarse, desanimarse y distanciarse de los niños. Esfuérzate por hacer a un lado toda susceptibilidad y ora para que el Señor te ayude a discernir la situación y verla como la ve Él. Pídele que te indique qué dará mejor resultado en tu caso particular. Aunque mucho depende de la edad y madurez de los niños, a continuación te brindamos algunas pautas que han dado buen resultado a otras personas en tu situación:

Comunícate. La comunicación franca y sincera es el primer paso. Si resulta evidente que solamente uno o dos de los niños no están felices con la nueva situación, probablemente lo mejor será conversar con ellos por separado sobre los conflictos que los perturban y sus posibles soluciones. Es un buen momento para hacer caso de la exhortación bíblica de ser «pronto para oír, tardo para hablar, tardo para airarse» (Santiago 1:19). Una vez que cada uno de los niños haya tenido ocasión de expresar cómo se siente y tú hayas establecido un clima de confianza, tal vez convenga tener una reunión informal con todos. La ocasión puede ser una comida especial, en la que cada uno explique cómo se siente con la nueva familia y qué cambios o mejoras le gustaría que hubiera.

Pídele soluciones al Señor. Eso se puede hacer en conjunto, en pareja, individualmente, o un poco de cada manera. A veces el Señor responde de forma rápida y directa ayudándonos a verlo todo desde Su perspectiva o hablándonos al corazón. En otros casos, resuelve los conflictos con el tiempo.

Ora. Pide al Señor que dote a cada uno de comprensión y de un amor profundo y sincero por los demás, así como también que los ayude a cambiar en lo que sea necesario para que los demás gocen de felicidad y bienestar.

Dedícale tiempo. La mejor inversión que puedes hacer en tu nueva familia es dedicarle tiempo; y una de las mejores formas de empezar es hacer caso de algunos de los «cambios y mejoras» que te propongan, siempre que sean prudentes y viables.

No dejes de orar. Los niños necesitan tiempo para adaptarse. Puede que tarden una temporada en superar ciertas actitudes negativas. Las plegarias específicas obtienen resultados. En la medida en que sigas orando, verás que las montañas de problemas se desvanecerán.

adolescentes

10 COSAS QUE TODO PADRE DEBE SABER

- [La adolescencia no es fácil.]** A esa edad los chicos quieren ser independientes y quieren que los traten como a adultos, pero en muchos casos carecen de madurez, la cual solo adquieren a través de la experiencia. Hay que otorgarles algo de independencia y a la vez orientarlos. Dale libertad de elección en cuestiones que los ayuden a madurar pero que no entrañen un grave riesgo ni para ellos ni para nadie en caso de equivocarse.
- [Los adolescentes viven un proceso de cambio continuo.]** De la misma manera que necesitan una alimentación sana y abundante, además de mucho descanso y ejercicio para poder crecer y gozar de buena salud en el plano físico, también necesitan abundantes influencias positivas para madurar emocional e intelectualmente.
- [Cada joven es diferente y tiene necesidades particulares.]** La mayoría de los adolescentes pasan por las mismas etapas, pero a edades distintas y con diverso grado de dificultad. No los trates a todos por igual.
- [Es mejor tener un enfoque positivo.]** Si solo les hablas cuando tienes que reprenderlos, procurarán eludirte. En cambio, si estableces una buena comunicación con ellos desde pequeños y la mantienes a medida que vayan creciendo, hay mayores posibilidades de que acepten tus consejos cuando pasen por la difícil etapa de la adolescencia.
- [El adolescente tiene que hallar el equilibrio entre diversión y obligación.]** Puedes contribuir a su proceso de maduración enseñándole a anteponer el deber al placer. Cuando lo haga, recompénsalo con actividades recreativas.
- [Los jóvenes necesitan límites claramente definidos.]** Claro que suelen ponerlos a prueba para averiguar hasta qué punto se pueden salir con la suya. Conversa con ellos sobre las reglas, procura llegar a un acuerdo, y luego hazlas respetar con amor y a la vez con firmeza.
- [El adolescente necesita su espacio.]** En sus tentativas por establecer su propia identidad, es normal que el joven se distancie de sus padres. No te lo tomes a la tremenda. Déjalo probar sus alas dentro de ciertos límites razonables, pero a la vez hazle saber que siempre estás accesible.
- [Los jóvenes necesitan sentirse realizados.]** Ayúdalos a fijarse metas que valgan la pena, que sean viables y que despierten su interés. Luego ayúdalos a alcanzarlas.
- [En la adolescencia las presiones sociales se sienten con más fuerza.]** Los amigos de tus hijos adolescentes influyen en ellos para bien o para mal. Procura, pues, llegar a conocerlos y trata de sacar a relucir lo mejor de ellos.
- [Los jóvenes necesitan sentirse comprendidos.]** Puede que no logres entenderlos mejor de lo que se entienden a sí mismos, pero Jesús sí los entiende. Escucharlos y luego encomendar juntos sus problemas al Señor es más eficaz que desvivirse por darles todas las respuestas tú mismo.

[LECTURAS ENRIQUECEDORAS]

RECETA PARA UN HOGAR FELIZ

El amor es la piedra angular.

Juan 13:34

1 Corintios 13:13

Colosenses 2:2

Dios nos concede amor para amar a los demás.

Romanos 5:5

Gálatas 5:22

1 Tesalonicenses 3:12

1 Tesalonicenses 4:9

2 Tesalonicenses 3:5

Debemos superar nuestras diferencias con amor.

Proverbios 17:9

Filipenses 2:3

Colosenses 3:13

1 Pedro 4:8

Padres, traten a sus hijos con amor y ternura.

Lucas 1:17

Colosenses 3:21

Efesios 6:4

1 Tesalonicenses 2:7

Tito 2:4

Los padres deben gobernar a sus hijos con autoridad templada por la paciencia, la misericordia y la verdad.

Proverbios 16:6

Proverbios 29:15

1 Timoteo 3:4

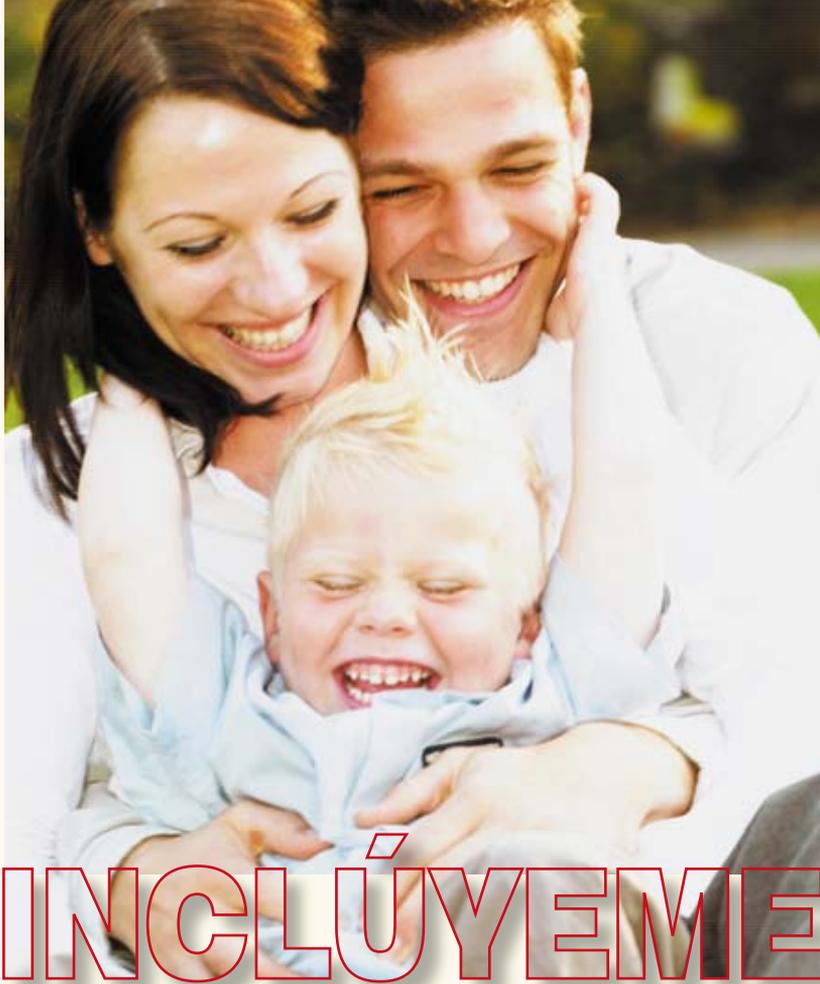
1 Timoteo 3:12

Los hijos deben respetar y obedecer a sus padres.

Proverbios 1:8,9

Efesios 6:1

Colosenses 3:20



INCLÚYEME

Si deseas que tu familia sea más feliz y quieres disfrutar de una vida familiar más satisfactoria, toma nota:

Inclúyeme en todo lo que hagas.

No me refiero a que tengas que vivir una religiosidad formalista, almidonada, insulsa. ¡Todo lo contrario! Te sorprenderá lo divertido que puede llegar a ser. Las ventajas de incluirme a Mí son demasiado numerosas como para exponerlas aquí; pero te describiré brevemente tres de ellas:

DE JESÚS, CON CARIÑO

La PRIMERA es que tengo cantidad de ideas. Mi padre y Yo creamos este mundo. Fue nuestro primer proyecto familiar, si se quiere. Tendrás que admitir que se nos ocurrieron cosas muy buenas. Todo lo que creamos fue en función de ti y lo hicimos con la intención de que lo disfrutaras al máximo; por tanto, ¿no crees que puedo sugerirte cosas más interesantes que hacer con tus seres queridos y amigos que quedarse hipnotizados frente al televisor?

La SEGUNDA es que Yo los entiendo. Me compenetro con personas de cualquier edad. Sé mejor que nadie unir las generaciones y mantener la armonía entre ellas. No te olvides de que llevo siglos en esto. No hay situación que tú tengas que afrontar que Yo no haya ayudado a otros a superar. Consulta, pues, conmigo apenas surjan conflictos domésticos.

La TERCERA se resume en más amor. ¿No es eso lo que más desea tu familia, amor? Yo soy amor, el mismísimo espíritu de amor. Donde Yo estoy, hay amor. La Biblia dice que en Mi presencia hay plenitud de gozo, delicias a Mi diestra para siempre (Salmo 16:11). Tengo mucho amor para ti y los tuyos, mucho más del que puedes imaginarte, mucho más del que puedes contener. Está a tu alcance en todo momento. Basta con que lo pidas.

Estoy a tu entera disposición. Di simplemente: «Jesús, gracias por formar parte de mi familia, por ser nuestro jefe de familia. Acompáñanos en lo que nos disponemos a hacer».