MOMENTOS DE PAZ III

Un malestar común: la conversación vacía.

Algo que siempre engendra malestar: la conversación vacía. Tengo la experiencia de hablar con mucha gente, sobre todo joven y de muchos países.
Una de las cosas que más detestan es encontrarse con personas que hablan sin ton ni son. Les falta el ímpetu vital en sus vidas.

Tan sólo recurren a lo fácil: hacerse los graciosos sin tener gracia, dar una pasada a la vida de los otros.
Su diversión consiste en reírse de la gente anciana, en decir vulgaridades a las jóvenes, en creerse chulos o chulas por el simple hecho de herir los sentimientos de quienes son diferentes de ellos o ellas.

Otra cosa que dice la juventud recta- hay mucha- es que les encanta pasárselo o montárselo bien en plan bonito, elegante y educado. Todo puede formar una hermosa y vibrante sinfonía en la que no hay desacordes.
La gente está ansiosa de encontrar personas serenas; personas que en el temple de la conversación sosegada y tranquila, digan la palabra exacta y medida.
Cuando se habla con ellas se experimenta la sensación deque estás en un oasis o en un lago de alta montaña: sosegado, feliz y relajado.
Es gente que domina la reacción espontánea para no convertirse en seres un tanto irracionales.

Hay gente vulgar que se paga de decir tacos en la conversación vengan o no vengan a cuento. Ciertamente que un taco a solas y en voz alta puede tener el valor de una verdadera catarsis. Pero, en compañía de otros aunque aparentemente te rían la gracia, al final quedas mal.
Temo, me decía un joven, a quien dice barbaridades pensando ciegamente que me halaga. La conversación demuestra tu educación.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La violencia externa e interna indica falta de dominio personal

Tranquilo y relajado ante este breve momento de paz, te darás cuenta de que a veces la violencia que otros producen en las calles, en los bares, en la misma familia... no conducen a nada positivo.

Quizás puedas hacer mucho por evitar la violencia externa a ti. Pero, sin embargo, en lo referente a tu violencia interior, te diré que todo depende de ti mismo.
Hay días en que te sientes raro, rara, violento o violenta contigo mismo. ¿Qué ganas con esa actitud?

Nada: amargarte la vida y hacerla difícil a quienes conviven contigo. En el fondo, la violencia indica a las claras falta de dominio en tu propio ser.

Para evitar esos momentos de violencia personal, detente ante las bellas imágenes que te ofrece la vida cada día; escucha acompasadamente la música de fondo y recréate con alguna idea o pensamiento de quien te habla como amigo desde el alcázar de su corazón.

Para encontrar la paz que tanto anhelas, incluso en los días flojos o de cierta "depre", nada mejor que acordarse y vivir la realidad de que sólo construye el amor.

Construye a tu lado y en tu propia alma lagos tranquilos, transparentes y suaves en los que se vea tu figura reflejada.
¿Te has dado cuenta de lo fe0/a que te pones cuando estás airado o violento?

¡Animo! Sé cordial con todos.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Nada te pertenece

Cuanto tienes en este momento, lo has recibido de tus antecesores. Lo que tú has hecho – y muy bien, por cierto- es transformar cuanto has heredado. Esta es tu riqueza y tu aportación al mundo en el que te desenvuelves felizmente.
Tu generación, sea la que sea, posee una preciosa misión en la vida: cambiar y mejorar la preexistente.

Hace dos mil y pico de años fueron pronunciadas estas palabras:"Bienaventurados los limpios de corazón". Te suenan y las sabes de memoria.
Pero posiblemente, con tu vida transida de mil preocupaciones, no has caído en la cuenta de su hondo significado, y sobre todo de su riqueza cuando la vives a niveles profundos en el mar de corazón.

Puede que hayas heredado casas, campos, dineros, coches, electrodomésticos, pisos...Sin embargo, la felicidad de tu corazón limpio es tarea tuya personal.

Cuando quieres mantenerte alegre, dichoso, relajado...sientes la necesidad de hacer una purificación y una obra transformadora de tu intimidad, de aquellos secretos que nadie sabe excepto tú mismo y Dios.

En la medida en que mantengas en tu corazón la sencillez, la transparencia y la limpieza, en esa misma medida irá naciendo cada día en ti una fuente que mana agua hasta la misma vida eterna.

Ser una persona de corazón limpio, te lleva a sentirte feliz ante as imágenes que estás viendo; jubiloso ante la música que escuchan tus oídos; y pensativo y dichoso interiormente ante la voz amiga que te habla a tu propia interioridad. Hay gente que tiene el corazón manchado porque todo lo ensucian. No saben emocionarse ante estas imágenes: no saben gustar cada momento con fruición.
¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Encierras en tu interior una enorme fuerza

Encierras en tu interior una fuerza que te impulsa a pensar mejor, a desear o aspirar a cosas cada vez más altas, y a regocijarte de todo lo bueno que sucede a tu derredor.

Una persona sensible y agradable como tú vive la existencia de tal manera que nada se le escapa. Tienes las antenas de tu bello cuerpo desarrolladas hasta el infinito. Gracias a ellas captas la belleza que hay incontenible en la obra de la creación.

Sientes ante esta belleza inconmensurable ansias de trascender hasta el mismo Creador. Es una sed preciosa, serena, apacible, humilde.

¿Sabes lo que significa humilde? Significa la persona que está abierta a las ricas bellezas que hay en la vida, que hay dentro de ti mismo; humilde es también la persona vacía de sí misma y totalmente abierta a los deseos y designios del Creador y de los demás.

Cuando dejas que en tu corazón florezca la flor de la humildad, notas en seguida que te sientes un ser que respira ancho y profundo por los anchos caminos de la perfección humana.

La humildad, lejos de apartarte de tu propia esencia de persona, lo que hace es crear en ti una nueva dimensión abierta incluso a aquello que tus ojos no ven ni palpan: la transparencia.

Me contaba hace unos días una madre con toda la entereza del mundo: "Mira, he perdido a mi hijo a los 14 años. En lugar de lamentos y hacer numeritos de lágrimas y de lloriqueos incontenibles, cuando le pregunté y la vi en misa, me comentó con toda humildad: ¡Qué alegría que Dios me haya concedido a mi hijo durante 14 años. Ahora se ha ido con él".

Hace falta que pienses y medites estas palabras.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La sobria vigilancia purifica de entrada a la conciencia.

Filoteo del Sinaí escribía en el siglo VII: " La sobria vigilancia ilumina y purifica de entrada a la conciencia, cuando la conciencia ha sido purificada, expulsa las grandes tinieblas como una luz oculta que estallara de repente. Y cuando las tinieblas han sido eliminadas, gracias a una auténtica vigilancia y de forma continuada, se le revela a la conciencia un nivel más profundo que hasta entonces permanecía oculto: la lucha invisible del espíritu y el combate del corazón".

Hay personas que viven la vida a salto de mata. Van de bar en bar, de pub en pub, de calle en calle y de un sitio para otro sin orientación ni norte.

Cuando te acercas a ellas y entablas una conversación profunda, te rechazan y te dicen que vives en otra galaxia.
Por otra parte, para ellos es algo normal. Han descuidado completamente el cultivo de sus cualidades internas. Padecen una sequía del espíritu.
No solamente no se controlan o vigilan para crecer en los valores humanos y espirituales, sino que, además, los desprecian como algo inútil.

Vivir apegado a la realidad de los instintos y de los sentidos sin control de los mismos mediante la vigilancia, engendra al cabo del tiempo en la persona fisuras que casi nadie puede unir o cicatrizar.

La vigilancia constante sobre sí mismo te lleva y te conduce a niveles altos de claridad y equilibrio personales.
Cuando vives esta realidad en tu vida, se cumple aquello que decía santa Teresa de Avila: "Nada te turbe, nada te espante, sólo Dios basta".
Cuando te vigilas, halas dulzura, paz en los prados de tu corazón.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La contemplación es una acción en potencia

Decía Máximo el Confesor:" La contemplación es una acción en potencia, y la acción es una contemplación activa; la virtud es la manifestación del conocimiento, y el conocimiento es una fuerza que protege la virtud".

Conocerás a mucha gente que en la actualidad se mueve mucho, trabaja en exceso.
No dejan ningún tiempo libre para su vida. Hasta los mismos domingos se entregan a hacer trabajos extras para ganar más. Andan con mal humor. Llegan rendidos a sus casas y no mantienen relaciones con sus hijos.

Pierden su vida en la simple y pura actividad. Son los activistas por excelencia.
Sin embargo, la contemplación- que han dejado totalmente- es la única arma que tienen para hacer contrapeso a tanta actividad.

La combinación de acción y contemplación o de contemplación y acción se traducen en una tranquilidad grande en la persona. Y además, en un conocimiento casi perfecto de la vida, de las personas y de los acontecimientos que cada día suceden en la sociedad.

Una persona que se dedica a la contemplación, gana muchos enteros cada día en su desarrollo personal.

NO se pierde en la barahúnda del mundo. Pisa tierra firme y al mismo tiempo orienta sus pasos hacia valores que nunca mueren y que tienen una proyección en la nueva vida. Quien se habitúa a combinar sabiamente estas dos cosas está liberando e iluminando cada día su corazón. Igual que la llama consume la materia, el fuego de la meditación detenida, reflexiva y amorosa transporta a la persona a la perfección de su ser.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Los sentidos están ante nosotros como un velo espeso

“Los sentidos ante nosotros están como un velo espeso”, decía Teodoro de Edesa, siglo X.
El velo del amor a sí mismo cubre el corazón, impidiendo que le sean revelados los fundamentos del universo, comentaba Elías el Edicos, en el siglo VII.
Parecen escritas hoy mismo estas palabras. Hay momentos en tu vida en los que deseas llegar muy alto en tus sublimes aspiraciones. Todo lo ves lindo y hermoso. Y sin embargo, cuando menos lo piensas, los sentidos te juegan una mala partida.

Te sientes incapaz de dominar tus apetencias sensoriales. Una cosa es lo que tu mente y corazón anhelan y otra bien d distinta lo que, en realidad, haces.
Los sentidos te cubren e impiden ver horizontes amplios, cielos azules y estrellados; cumbres altas y mares amplios. Ellos tienden a encerrarte en tu propio castillo y a verte simplemente como un amasijo de pasiones desorbitadas.

La solución a tu desaguisado reside en que cada día envíes a tu corazón el rocío de tu lluvia fina y delicada, consistente en el cultivo de tus virtudes y cualidades.

La virtud te conducirá a ver el universo en toda su magnificencia. La virtud hará que contemples de forma positiva todo cuanto eres y cuanto haces.
No hay mejor terapia para tu progreso personal que la admiración de todo aquello que te enriquece en tus valores imperecederos. La luz de tu fe te hará descubrir la esencia de la s cosas; el faro de la esperanza te sumergirá en un universo en el que todo es glorioso; el fuego del amor te hará quemar tus vicios y encenderá en ti una hoguera permanente de comprensión de todo y de ti mismo.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Por el dinero, la vanagloria y el placer no amamos al mundo

“ A causa de la pasión por el dinero, de la vanagloria y del placer, es por lo que hemos recibido la orden de no amar al mundo ni nada de lo que hay en el mundo; no para odiar sin discernimiento a las criaturas de Dios, sino para extirpar de raíz las causas de estas tres pasiones”, dice Marcos el Asceta.

Te habrás encintrado a lo largo de tu existencia con personas que andan sumidas en un mar de pasiones.
Tan profundo han llegado que ya no saben ver claridades por ninguna parte. Sus ojos se han cegado.

Tuve una vez ocasión de hablar con un joven. Su corazón era piedra durísima que no sentía ya prácticamente nada.
Su inteligencia no lograba equilibrar aquella vida joven envuelta en la mezquindad y en lo ruin.
Hablando con él, le hice ver la belleza de la virtud y la felicidad que procura al corazón y a la persona entera. Gracias, me dijo tras un rato, por su conversación.
Eres la única persona que me ha hablado de la belleza de la virtud, Hasta ahora mis colegas me habían dicho que la vida consiste en darle rienda suelta a cuanto sienta mi cuerpo.

Ellos me han llevado a la ruina. Pasados algunos meses, me enteré deque se había marchado a la soledad del campo. Y, en contacto con la naturaleza y con su Creador, rehizo su vida totalmente. Era ya un joven equilibrado.

Se sentía transformado por la virtud. El amor por el dinero es una prolongación de la glotonería. Es un mal que provoca muchas pasiones. Este joven en plena naturaleza, había apreciado la comida de los pájaros y animales. Basta lo necesario para vivir bien.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Haz de tu vida una pura gratuidad

La gratuidad de Jesús en el Viernes Santo

Estas palabras te suenan bien al oído y engrandecen tu alma. Cada uno busca lo suyo. Compartir significa una mayor visión de la vida.
Te reventará de coraje, de rabia y hasta te sentirás nervioso cuando ves el derroche de algunos y la pobreza desconcertante de tantos otros.

La gratuidad es una flor que nace en el desierto de este mundo apegado al consumo innecesario. Las imágenes de Ruanda y de las chabolas de tu ciudad o pueblo, te están llamando a la gratuidad de lo que puedas aportar, y sobre todo a la entrega gratuita de tu persona en tantos ratos libres que tienes al cabo del día o del año.
¿Sabes una cosa?
El regalo, la belleza, el adorno pueden ser innecesarios, pro la vida sin ellos se hace inhumana y carece de la fuerza motriz de toda existencia, el amor.
Es más bello dar que recibir, dice Jesús en los Hechos delos Apóstoles.

Cuando te ejercites en dar sin esperar recompensa, te aseguro que serás una persona feliz.
Da a fondo perdido. Firma cheques en blanco para alguien que ni siquiera conoces.

El otro día recibí un cheque de 5000 euros. Era totalmente anónimo. Iba destinado para una misión.
Por más que quise preguntarle al señor por su nombre, no me lo dijo. Todas sus palabras se redujeron a éstas: "la gratuidad es la flor del corazón". Lo gratuito nace de lo más noble del ser, que es la libertad. Mientras que en tu vida no dejes que acampe el desinterés, no serás dichoso.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Resonancias y claves para una lectura en el dolor

Una de las realidades que menos comprendes es la del dolor. ¿Por qué tengo que sufrir esta enfermedad¿ ¿Por qué me ha tocado a mí que tengo familia, hijos, posesiones, riquezas?

¿Por qué me ha tenido que venir este dolor en la flor de mis años? ¿Por qué me deja mi novia o novio? ¿Por qué se ha muerto mi padre o mi mejor amigo? ¿Por qué¿ ¿Por qué?...
Y así podrías ir enumerando todos los porqués que tú quieras. En este día, en el que ves desfilar ante tus ojos imágenes bellas y una música agradable para tus oídos, el dolor parece el contrapunto a todo eso. Y es verdad.

Pero, ¿qué adelantas con tantas quejas y por qué te martilleas la cabeza con tantas preguntas?
Todos sufrimos. El dolor no se comprende. Se combate.
Sé que no te vale que diga que otros sufren igual que tú. La gran respuesta al tema del dolor que padeces- que padecemos- únicamente se encuentra – para los creyentes – en la luz.

Jesús fue un ser de luz. Justamente esa luz le daba una gran serenidad bajo la mirada de su Padre celestial. Otra clave para el dolor te viene dada por el hecho de saber que eres amado por Dios.
Me contaba una pareja de jóvenes de otro continente que en cada beso que se daban, en cada susurro de su labios, en cada paso que daban contemplando paisajes, flores de diversos colores, decían siempre:"Dios nos ama. Amemos a Dios.

De esta forma, comentaban, nuestra vida transcurre por las sendas de este mundo sin sentir el zarpazo del dolor. Todo lo vemos con naturalidad: la salud, la enfermedad y el dolor. Conectamos nuestras pilas con el amor de Dios. Eso es todo.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“En esta casa tan sólo se venga a hablar de Dios”

Esta frase la encuentras en todos los conventos fundador por santa Teresa de Avila.

Personalmente, siempre me quedo impresionado cuando veo escrita en los locutorios de estas casas de paz, de acogida y de silencio impresionante.
Recuerdo que una vez, cansado de dar vueltas por la ciudad y de ver muchos monumentos artísticos, quise descansar un rato. Me vino a la mente la idea de visitar el arte del convento teresiano mientras hacía un poco de oración.

Al entrar leí pausadamente esta frase para que se adueñara de todo mi interior. Cerré los ojos por espacio de unos minutos. Me fui relajando. Y notaba cómo nacía en mí el deseo de hablar con alguna de aquellas hermanas que, desde la flor de la vida, se habían entregado a Dios.

Conseguí hablar con la superiora. Y en sus ojos brillantes y en sus palabras llenas de consuelo, captaba su mundo interior arremansado por su suave sonrisa y su voz queda y serena.
Me vio algo turbado. Entonces me ofreció un libro indicándome que leyera despacio con ella tres versículos del Salmo 96:

“Cantad al Señor un cántico nuevo,
cantad al Señor toda la tierra;
cantad al Señor, bendecid su nombre,
proclamad día tras día su victoria.
Contad a los pueblos su gloria,
Sus maravillas a todas las naciones”.
Al finalizar, le pregunté: ¿qué ha sentido ante este Salmo?
He sentido que Dios me habla y he hablado contigo de él.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

¿Qué ofreces en la vida?

Es un pueblecito de la Borgoña francesa, Taizé. Te invito a que entres en la gran iglesia de la Reconciliación. Entrando, a la derecha, hay un papel en el que se leen estas palabras.

Personalmente, cada verano que voy allá para sentirme relajado mediante la contemplación de la naturaleza, las puestas de sol y el mundo abigarrado de la juventud de todo el mundo, leo estas palabras y las pienso mientras doy una vuelta por aquella frondosa colina.
Me hacen mucho bien, juntamente con la oración.

Pongo mi corazón al descubierto ante tanta belleza natural y humana.
Y me pregunto: ¿Hay tinieblas en tu corazón o luces resplandecientes que te ayuden a caminar feliz por la vida?

Y tras mucha horas de silencio, llego a la conclusión deque es una tontada vivir sin luz y refugiarse en la oscuridad.

El joven o el adulto que cierra sus ojos a la verdad, a la fuente de la luz, va fabricando cada día una nube gigantesca que le impide ver hasta la misma luz del sol.

Si dejas que en tu corazón entren las tinieblas, pesares, tristezas... y no los ahuyentas en seguida, terminas por contemplar todo con oscuridad, sin belleza, sin lucidez.

Por eso, al salir de aquel lugar paradisíaco, vuelvo de nuevo a leer la frase para tenerla presente al menos durante un año, hasta que retorne a repostar mis energías interiores.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

No te burles ni dañes a nadie

“No es justo burlarse o hacer daño a otras personas. Cuando herimos a los demás solemos desencadenar su ira, arriesgándonos a recibir réplicas hirientes o muy poco agradables”.

Así me gusta verte: sereno, tranquilo, en paz contigo mismo. Vales un Potosí. Quiero que te des cuenta.
Una vez me contaba una señora que se sentía francamente mal.

Su marido, al llegar del trabajo, descargaba en ella toda su ira y su malestar en el trabajo. Ella, con toda amabilidad, le daba un beso y le preguntaba cómo había pasado el día.
El, como respuesta, le comentaba: no me digas ni me preguntes nada. Refunfuñando se iba al cuarto de aseo, se ponía con ropa más cómoda, se sentaba ante la TV y decía: Dejadme tranquilo.

Se acercaban los hijos a la vuelta del colegio. No le decían nada porque sabían que se iba a enfadar.
El señor no caía en la cuenta de que su hogar era casi un infierno. No había diálogo, no se hablaba de nada.

Todo su malestar del trabajo lo descargaba con la familia.
Al cabo de unos años los hijos crecieron. Ya le respondían de mala manera.
La madre, sin embargo, les aconsejaba que fueran siempre educados y que no aprendieran las malas formas de su padre.
No es justo herir a nadie. No es humano burlarse de alguien que tenga algún defecto físico.
Estos momentos de paz, aunque breves, son suficientes cada día para que caigas en la cuenta de la realidad de la vida, la asimiles y la vivas a pleno pulmón.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Contempla el cielo estrellado

Te aconsejo a que de noche te asomes a tu balcón, salgas a la terraza o al campo. Detén tus ojos en el firmamento. Captarás realidades y amplitudes que te ensancharán tu pensamiento y el aire puro penetrará en tus pulmones.

Me contaba un grupo de montañeros que cada mañana al levantarse, miraban al cielo, y todos juntos comentaban o recitaban estas palabras:

"Gracias a la vida por brindarme un nuevo día para amar, una oportunidad más para superarme y colaborar en el desarrollo de mis semejantes.
Me entregaré plenamente a lo que piense, hable o realice; de todo suceso o experiencia extraeré su cuota de sabiduría; aligeraré el peso de mis apegos; ninguna ocasión de aliviar el dolor ajeno pasaré para mí inadvertida, y compartiré mis modestos bienes con quienes necesitan más que yo".

Cada nuevo día, esta misma tarde o mañana que están ante este río de imágenes y ante estas palabras sublimadas por la música, debes mirar el cielo en la noche que se acerca diáfana en su inmensidad y en su grandeza.
Lástima que tus ojos no puedan contemplar y fijarse en las miríadas de estrellas en perfecto equilibrio y armonía, como grandes luciérnagas suspendidas en el espacio infinito...

Un joven del colegio de san Juan Bosco en Turín, al mirar de noche el cielo, decía:"¡ Qué maravilla que la creación y el cielo tan grande y variado de estrellas sea fiel a Dios! Y yo, a mis 15 años, no guardo el equilibrio dentro de mi ser.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La alegría debe plenificarte

¡Ojalá la alegría te plenifique en cada instante de tu vida!

La alegría puede hacerte feliz si:

. Si tomas conciencia de tus cualidades y las haces fructificar.
. Si no te encierras en ti mismo, y tu amor lo conviertes en un amor sin fronteras para construir una sociedad nueva.
. Si eres valiente en llevar a cabo todos tus compromisos.

. Si eres tan generoso que no rechazas a nadie y, es más, si eres capaz de compartir tu alegría con los marginados de hoy: drogadictos, parados, angustiados, tristes...
. Si pones a disposición de los otros todo lo que eres y tienes: inteligencia, voluntad, libertad, amor, dinero...

. Si no te desentiendes y pasas de la sociedad en que vives, sino que con tu coraje intentas cambiarla.

. Si tiene por norma hacer las cosas bien, cueste lo que cueste.
. Si no eres manipulado ni explotado por los medios actuales de comunicación oral y escrita.

. Si no dejas pasar la vida, sino que tú pasas por ella, dando sentido a quienes no lo tengan.
. Si crees que el futuro será lo que hoy sea tu esfuerzo.
. Si sientes como tuyos los problemas y preocupaciones de tus hermanos, los hombres.
. Si en los acontecimientos de la Humanidad eres una persona crítica que sabe proponer soluciones y colaborar en lugar de quejarse.
De esta forma, ahora que estás relajado y contento, podrás ser animador nato de la fuente inagotable de tu alegría.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Pistas para la alegría

Hay varias cosas que pueden inundar tu vida de un gozo permanente. ¿sabes cuáles son? Te las enumero para que las pienses durante este rato de relajación.

1. **Sonríe: No pares de sonreír. Cuanto más, mejor. La sonrisa alegra tu corazón. Dicen que quien mucho ríe, lleva una vida feliz y difícilmente sufre un infarto. Guarda la paz de tu alma, conserva tu buen humor, calma los nervios y embellece tu rostro. ¡Qué poema más bello es ver la alegría de tu rostro sonriente.**

2. **Fíjate en lo bueno de las cosas. No te olvides que por encima de las nubes negras, la vida reverbera siempre con la claridad de Dios Creador. No te lamentes de que las rosas estén rodeadas de espinas, sino más bien alégrate y regocíjate pensando que una cosa tan prosaica como las espinas merecen gozar de la compañía de algo tan delicioso como la rosa.**

3. **Derrama felicidad. La felicidad es un perfume que nadie puede derramar en los otros sin que caiga alguna gota sobre él.**

4. **Piensa en cosas agradables: Nuestra vida es lo que los pensamientos hacen de ella.**

5. **Escribe los beneficios recibidos. Te diría que los escribieras para conservarlos en tu memoria. Mira, amigo/a, que tienes demasiados dones y gracias recibidos de Dios para que te entretengas en tristezas y melancolías.**

Ya vez que con estos cinco puntos puedes ser una persona distinta a la que eres en la actualidad.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

¿Qué proyecto de vida tienes?

Cuando te veo hoy por las ondas invisibles del afecto, te noto algo preocupado/a.
Te invito a que escribas tu proyecto de vida personal. Hay gente que no lo tiene. Camina a la deriva por la vida como un barco sin rumb9 en alta mar.

El proyecto de vida es una llamada a realizarte verdaderamente en la sociedad, en las coordenadas de espacio y tiempo concretos que te afectan.

El sueño y la ilusión de llegar a realizar lo que se siente en el interior es una maravilla. Un plan de vida o proyecto te conducirá por sendas diarias hasta metas insospechadas.

¿Has visto a alguien que quiera subir a una montaña partiendo desde arriba? No. A nadie. Todo el mundo se hace un plan de caminos que lleven hasta la cima de en donde se respira un aire limpio y desde donde se contempla el aire contaminado y polucionado de la gran ciudad.

Una vez hablaba con un grupo de matrimonios. Era ilusionante ver cómo seguían unidos tras 25 años de casados y con la misma ilusión del día de su boda.

¿A qué se debe esto?- les pregunté.
Muy sencillo, me contestaron. Desde el instante de nuestra boda nos prometimos llevar o vivir nuestro proyecto personal y comunitario de familia.
Todos los días, sobre todo los domingos después de la misa, revisamos nuestro plan de vida. Nos abrazamos todos juntos y decimos: ¡A vivirlo!

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“Mi paz os doy, mi paz os dejo”

“Mi paz os doy, mi paz os dejo, no como la da el mundo.”
Quisiera que tu vida fuera un remanso de paz en cada momento. No andes turbado por nada. Te sentirás mal contigo mismo y con los otros.

Jesús, a sus discípulos y creyentes de todos los tiempos, les dijo estas palabras que encabezan este momento de paz. La paz debe ser tu compañera inseparable todos los días.

Con ella no puede haber divorcio ni separaciones inútiles y estériles. La paz te da la sensación de anchura, de equidistancia de las cosas, de los acontecimientos, de la política. Te sumerge en tu interior más querido.

Si vives en paz contigo mismo, nadie te acorrala, ni hiere. Es difícil hablar de esta paz.
La paz es el regalo más bello que puedes hacerte a ti mismo y a los demás cada día.
Si eres una persona portadora de paz, aliviarás la turbación de mucha gente que anda inquieta, estresada y de mal humor en todos sitios.
La persona que está llena de paz, respira una suavidad y una cordialidad que deja a todo el mundo con el que trata, aquietado, tranquilo y admirado por su dominio.

Nadie vive la paz si no es capaz de dominar los instintos que atentan contra ella.

La paz es fruto de un ejercicio diario, de una ascesis que va más allá del pasotismo. Ser seres de paz significa llevar en la mente y en el corazón la bandera blanca de una conciencia tranquila; la enseña de una capacidad estupenda para sembrar en torno a ti prados hermosos en los que crece el verdor de la paz.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Propuestas evangélicas para ser feliz

Cuando se medita el Evangelio de cada día, uno siente el asombro de que palabras escritas hace más de dos mi años, conservan siempre la misma frescura.

Es una pena que haya tanta gente que no las piense cada día. De hacerlo, notarían que su vida interior y exterior cambiaría radicalmente.

Por atención y hazte una radiografía de su incidencia en tu vida personal. No mires a los otros. Mírate a ti mismo.
Dice Jesús: "Tenéis que nacer de nuevo". Es una gozada el sentido de esta frase. Se mete en nuestra alma como una brisa suave que nos hace sentir la dulzura del tiempo concentrado en nuestro rostro bañado por tanta suavidad.
Nacer de nuevo cada día consiste en ponerse en actitud de aceptar el día- no tal como viene- sino dándole el aire renovador que necesita tu vida.

Si no naces cada día, pronto te marchitas. Y ya ves que hay gente joven en edad y que, sin embargo, vive como la gente anciana.
Bueno, en realidad, quien se renueva cada día nunca siente la vejez.

Nacer de nuevo es un piropo que te lanza cada día la naturaleza parque te sientas amado por ella. Guardaos de los falsos profetas.
Sí, no hace falta que te diga que son falsos profetas todos aquellos que, aunque están a tu lado, te llevan a acciones, pensamientos y deseos que empobrecen tu personalidad.
Son falsos profetas todos aquellos que hacen de la vida un territorio para sembrar la discordia e inoculan en tu interior el veneno de la desilusión.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La fe es capacidad de relación del hombre con el Absoluto

Me causa cierta consternación oír o ver programas de TV en los cuales alguna gente se proclama agnóstica.
Les tengo un gran respeto. Te darás cuenta – quizá como yo mismo- de que la fe es un don gratuito de Dios, ofrecido a todo el mundo.

Algunos, sin embargo, no lo aceptan. Pienso, al ver esos programas, en los millones de creyentes de todas las épocas- y la nuestra no es menos- que dan su vida entera por vivir la fe en el Absoluto o Dios.

Piensa que esta relación es personal y amorosa. La fe es una relación de amistad con Dios, siendo consciente deque él siempre te ama, aunque tú le falles. ¡Menuda suerte!

Sentirse amado por Dios es el mejor camino para vivir esta relación con él. Las mismas imágenes que ves en la tele o la música que escuchas, te levan a tu propio interior estas palabras que, nacidas de un corazón de fe, intentan hacerte ver que eres una persona divinizada, hecha a imagen y semejanza de Dios.
Cuando te sientes acogido por la ternura y el amor, vuelcas tu sensibilidad en ello, y sientes que creces y maduras.

La fe te lleva a una experiencia profunda de Dios y por eso puedes proclamar como el salmista en el Salmo 139:"
Señor, tú me sondeas y me conoces, me estrechas detrás y delante, me cubres con tu palma".

O lo que dice el Salmo 26: "¡Qué delicia es tu morada! Mi alma se consume anhelando los atrios del Señor, mi corazón y mi carne retozan por el Dios vivo. Yo amo la belleza de tu casa, el lugar donde reside tu gloria".
Di ahora mismo: Gracias, Señor, por haberme dado la fe.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La oración es una zambullida en Dios

Hay gente que piensa que la oración personal o en familia es una pérdida de tiempo. No sé lo que pensarás tú.

En estos momentos de paz, te imagino tranquilo y disfrutando de tu propia vida.
Hay lugares para aprender a orar y cursillos. En Taizé, por ejemplo, acuden cada año miles y miles de jóvenes y adultos con el fin de encintrar un sentido a sus vidas mediante la oración, la charla con los hermanos de la comunidad y el canto en la iglesia de la Reconciliación.

Es una oración ecuménica, es decir, la perfecta unión de personas que creen el mismo Cristo. Unos son de confesiones religiosas protestantes, otros católicos o bien ortodoxos.

Me vienen ahora a la mente las palabras del padre Claret cuando hablaba de la oración:

"Si quieres adelantar por el camino del espíritu y no dejarte arrastrar;

si quieres espantar y apartar de ti las moscas de los malos pensamientos;

si quieres que tu entendimiento quede lleno de buenos pensamientos y tu corazón de grandes y eficaces deseos de perfección y fervorosos afectos;

si quieres tener un espíritu varonil o femenino y un ánimo constante;

si quieres extirpar todos los vicios y adquirir todas las virtudes;
si quieres subir a la contemplación y a la mayor unión con Dios, sé una persona de oración".
¿Qué te parece? Me imagino que no pensarás que la oración es cosa de monjas y de curas solamente. Es de todo el quiere ser él mismo.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“La hermosura es el regalo de los dioses”, dice Homero.

La persona, tú en concreto, no eres un objeto sino un sujeto; no una cosa, sino alguien. Te gustaría que todo el mundo te apreciara y te quisiera por lo que eres más que por tu hermosura.

Te felicito si eres bello o bella. Es una gracia que Dios te ha dado para que todo el mundo que te vea, se quede encantado por tu hermosura.

Te invito a que la lleves con naturalidad y sencillez. Me gustaría que te piropearan elegantemente. Me gustaría que hicieras de tu elegancia un lindo libro abierto en el que todos pudieran escribir versos, prosa poética y nunca vieran tu hermosura como un objeto que se desea tocar y marchitar.

Me imagino que sufrirás mucho cuando encuentres personas fieras y salvajes que hacen de tu regalo de los dioses motivo de bajeza, razón para decir palabrotas, ocasión para suscitar en personas poco finas deseos malsanos y viles.

Lleva tu hermosura como una rosa que se abre cada día ante la luz del sol y que, sin darte importancia, recrea la mirada de todos aquellos y aquellas en cuyos corazones ondea todavía la palabra asombro.

¡Qué pena que esta palabra y sobre todo la realidad que encierra, haya muerto ya en muchos corazones!

No sienten nada. Me contaba ayer una hermosa joven que llora casi todos los días ante la maravilla del mundo que le rodea. Se extasía ante los niños con su inocencia y la transparencia de sus ojos; llora ante los abuelos que se aman todavía; llora ante la frescura de la juventud.

Cultiva en ti el don de la admiración.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

No sé mentir, ni adulo ni mendigo

"No sé mentir, no adulo, no mendigo; si un libro no me gusta, así lo digo: ¿ qué pinto en Roma yo, por tanto, amigo"? (Juvenal).

Habrás notado que en tu vida de relaciones con las demás personas, que hay gente que miente sin darle la menor importancia.

Con tal de quedar bien ante todos, dicen mentiras. En ellas no se cumplen las palabras de Juvenal. Tú, sin embargo, no sabes mentir. Tus palabras son el reflejo de la verdad. La verdad es la que te hace libre en toda ocasión y momento.

Una segunda característica que se aprecia bastante en la sociedad actual y en alguna o muchas personas, en concreto, es la adulación. Les encanta halagar al jefe para tenerlo contento; les satisface decir buenas palabras al amigo o compañero. Y, por supuesto, son pura falsedad. Los corazones que son ruines y mezquinos creen que adulando a los otros se los ganan.
A veces sucede así porque los que son objeto de halago, son unas personas inmaduras.

La madurez no se conquista por los años que tengas. Ella es un ejercicio permanente por situarte en las coordenadas de ser tú mismo aunque alguien intente supervalorar tus cualidades.
Si no caes en la cuenta de esta realidad, puedes convertirte en un ser manipulado por quienes hacen en la vida la carrera estúpida de adular sin ton ni son a los demás para ganarse sus beneficios.

Los decía Aristóteles: "Los tiranos se rodean de hombres malos porque les gusta ser adulados, y ningún hombre de espíritu elevado lo hará". ¡Enhorabuena!

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Los avaros atesoran demasiado

“Los avaros atesoran como si hubieran de vivir eternamente, y los pródigos disipan lo mismo que si fuesen a morirse” (Aristóteles).

Me comentaba una familia pobre y humilde que se sentían totalmente felices con lo que ganaban. No aspiraban nada más que a poder comer cada día y a vivir la vida con la sencillez evangélica.

Si alguna vez les quedaba algo, al final de año lo entregaban a gente más necesitada.
Por el contrario, tú habrás observado cómo la inmensa mayoría de la gente se afana por tener cada día más, aún a costa de su salud física y espiritual.

Cuenta un gurú, maestro de espíritu en la India, que sus monjes viven en la pobreza más estricta para llegar al grado máximo de la perfección.
A base de mucho ejercicio de desprendimiento, logran escalar la cima de la santidad y del equilibrio personales y comunitarios.

La gente de Occidente, rica, que va allá a vivir una temporada con ellos, tardan en adaptarse a no tener frigoríficos, ni bebidas, ni licores en ninguna comida.
Cuando se han habituado a vivir de esta forma, se encuentran felices.

Se dan cuenta de que con la mente abierta y con el corazón desprendido de muchas cosas alcanzan una felicidad que no consiguen en el mundo del consumo. La avaricia que aquí les inculco a todos es que vivan la pobreza en grado extremo. La avaricia es un vicio que acaba con el corazón y con la persona. Vive para tener más. Tú no eres así. Quien trabaja para vivir es más dichoso que quien trabaja para tener más.
¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La venganza nos iguala a los enemigos

"Vengándose, uno se iguala a su enemigo; perdonando, se muestra superior a él".

Con la placidez de un mar en calma, te brindo estos momentos de paz. Sé que este brindis es muy difícil de cumplir si no dominas las ansias de revancha y de venganza que como aguijones mortíferos anidan en cada corazón humano.
Te diré algo que pienso que te va a extrañar mucho. Una madre desconsolada vino el otro día a verme. Estaba destrozada en su débil corazón.
¿Qué le ocurre?- le pregunté.
Mira, me contestó, me han violado a mi hija con tan sólo 16 años. Es todavía una niña. Mi marido y mis hijos quieren vengarla dándole muerte al violador.

Les he dicho que den muestras de su vida sensata y cristiana perdonando al joven que ha cometido tan grave atropello.
Han reaccionado furiosos.
No obstante, paso a paso y con la oración en mis labios, les he hecho ver que su fuerza radica en el perdón y no en la venganza.
Nos hemos sentado juntos a pensar y meditar. El resultado ha sido que han ido a casa del joven a hablar con él. Este se ha quedado de piedra cuando los ha visto asomar.
Esperaba lo peor. Sin embargo, con palabras emotivas y sentidas, le han comunicado que sienten mucho lo ocurrido. Queda perdonado.

La justicia dará ahora sus pasos para su condena. El joven, como alguien que ha visto el cielo muevo y la tierra nueva, les ha pedido perdón. Las palabras de aquella buena madre han sido el vehículo para que la venganza no se llevara a cabo. Es un hecho real. Hay gente buenas en el mundo.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La naturaleza de la castidad es como la de los rayos solares

Decía el filósofo Francis Bacon algo que te ayudará a valorar tu vida como persona proba y honesta:
"La naturaleza de la castidad es como la de los rayos solares, que pasan por las inmundicias y quedan puros como antes".

Reflexiona atentamente sobre esta frase, su contenido, su belleza expresiva mientras contemplas algo que te agrade. Después de pasar unos instantes contigo mismo en tu amada soledad, intenta dar alcance a estas palabras.
Y, en tercer lugar, observa el mundo que te rodea. ¿Ves mucho aprecia hoy día por esta virtud de la castidad?
Muchos creen que es cosa de débiles. Falso. Mantener los sentidos a raya cuesta muchos sacrificios. Dejarlos a su antojo es la cosa más fácil del mundo, pero al mismo tiempo la más envilecedora.

El gran escritor indio Tagore decía que de la sobreabundancia del amor surge o nace la castidad.
Por tanto, amigo/a, si eres casto es porque amas mucho más que el que se ha entregado a una vida sexual desordenada.

Me encontré el otro día con una joven que trabaja a fondo perdido en tu ciudad. Fue mi encuentro con ella como hallar un mirlo blanco.
Su conversación era transparente como sus bellos ojos. Un cierto resplandor desprendía su rostro. Me contaba que había hecho ofrenda de su castidad a Dios viviendo en medio de la ciudad y trabajando con la gente más necesitada.
Cuando se le acercan pretendientes, les dice con suave sonrisa: lo siento. Me ha fascinado el mundo de los otros a los que debo mi amor entero.
Admiro a quienes se casan por amor y a quienes viven el amor de otro modo.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

El segundo matrimonio es un adulterio decente

Sitúate en el siglo II en la culta ciudad de Atenas. Por ella desfilaba el emporio de la cultura y sabiduría de Occidente y Oriente. Pues bien, en el lejano siglo II vivió un apologista cristiano. Un día, ante tanta gente sabia, pronunció estas palabras de plena actualidad:
"El segundo matrimonio es un adulterio decente".

Cuando Atenágoras dijo estas palabras, algunos de entre la multitud quisieron apedrearlo. Veían injustas aquellas palabras tan duras y dichas en público.
En nuestros días sonarían con tintes nuevos. Habría, posiblemente, más gente que quisiera acabar con su vida.
Te veo pensativo ante este dilema que presenta Atenágoras. Muchos y muchas conciben dejara su mujer o al hombre casados como la cosa más natural.

Hoy dicen que, aunque separados o divorciados, quedan como amigos.
¿Te crees esto en la profundidad de tu ser?
¿No quedan heridas sin cicatrizar tras unos años de convivencia en el amor?
Crees que es imposible. Puede que te encuentres en este caso. Lo cierto es que si analizas o preguntas a cualquiera de los divorciados sobre el hecho o la causa que les ha llevado a esta situación, te responderán que no se entendían.
Respuesta que sabe a tópica en muchos casos. No quieren reconocer que lo que les ha ocurrido a uno de los dos o a ambos es que han llegado al matrimonio sin la madurez afectiva necesaria.
No ha madurado y, como consecuencia, su vida juntos se ha convertido en un infierno.

¿No es esto, acaso, peor que el mismo adulterio?

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Hombres y mujeres insoportables

El escritor francés Asselin Henry afirma:" Las personas más insoportables son los hombres que se creen geniales y las mujeres que se creen irresistibles".

¿Te has encontrado alguna vez con gente de repelente?
Me imagino que sí. A todos, más tarde o más temprano, nos toca esa mala fortuna.
Es casi insoportable tratar con personas llenas de orgullo. No suelen escuchar a nadie, miran a los otros por encima de los hombros, se creen superiores en todo.
El genio es un don de los cielos para que lo ponga- el que lo tiene- a disposición de los demás. Has conocido a gente inteligente y que, sin embargo, no se dan importancia en nada. Pasan casi desapercibidos. Estos son los verdaderos genios.
Hoy, habrás observado que los medios de comunicación social lanzan como la espuma, a quienes ellos creen que son genios. La medida de esta genialidad radica en los oyentes, en la cantidad de televidentes que se aglutinan para ver sus programas.
Verás que ningún genio verdadero se pone a hacer programas basura en la radio o en la TV. Y lo digo con todo el respeto para quienes trabajan en los medios audiovisuales.

¿No has alejado de tu presencia y quizá de tu trato a mujeres que solamente hablan de conquistas, de que no hay hombre que se le resista por su belleza?
Me imagino que sí. ¿Y qué piensas? Posiblemente como yo: son mujeres vacías, la mayoría de las veces. Vanidad de vanidades y todo vanidad. Esta es la frase que mejor les cuadra.
Termino con el pensamiento de <Augusto Comte:" Una mujer sin ternura es una monstruosidad social de la naturaleza; más aún que un hombre sin valor". En todos los ritos de la vida, la sencillez es mejor que la extravagancia
¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Atiende al que te hable

“No escuchar al que te habla, no sólo es falta de cortesía, sino también de menosprecio. Atiende al que te hable; en el trato social nada hay tan productivo como la limosna de la atención”(Honoré Balzac).

¡Qué paz se siente cuando eres escuchado! Te sientes como una persona nueva a la que respetan. Escuchar a alguien es meterse en su mundo interior para respetarle y para que deje que todo lo que tiene dentro, pase como vasos comunicantes a ti.
Debes sentirte orgulloso cuando alguien se te confía. Es señal de que posees la rara capacidad de detener tu tiempo para dedicarlo a otros. La gente dice continuamente que no tienen tiempo para nada, Si te fijas bien, los que no hacen mucho son quienes más repiten esa palabra frecuentemente.

La persona que ha encontrado a alguien con la que comunicarse a niveles profundos, ha encontrado un tesoro.
La confianza se gana a golpes de corazón abierto a todos. Te invito a que seas cortés con quien te habla. Experimentarás un gozo tan intenso como cuando caminas por entre los campos alfombrados de diversos colores en la primavera.

Sin darte cuenta, te conviertes en un prodigio de perdona. Sí, es cierto. Cada vez que atiendes a alguien, cada vez que te detienes con otro para no pensar más que en él, y dejas tus preocupaciones personales, te estás ganando el aprecio y la fidelidad de quien te habla.

No te cierres en banda con tus intereses. No sería humano. ¡Qué pena que cuanta mayor es la comunicación de la tecnología, más escasa es la escucha de los demás.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Me retiro para encontrarme a mí mismo

Nunca como en nuestros días va tanta gente a los monasterios durante las vacaciones.
En la intimidad contigo mismo descubres las ideas que te mueven a vivir y a trabajar en los diferentes puestos profesionales.
Te agota el contacto diario con el mundo. Entonces, cuando puedes, sientes la necesidad de llenarte del don precioso de tu persona; del amor que sigue bombeando en tu corazón; de los riesgos y peligros que corre tu vida si está vacía de auténticos valores que la plenifiquen; te das cuenta de que el dinero y otras preocupaciones no te satisfacen completamente.

Percibes en tu mundo interior que de vez en cuando se siente agitado y que también le agitan los sufrimientos por la incomprensión de la gente y, por qué no, por la intolerancia que vas acumulando en tu trato con los demás.

En estas circunstancias, escoges unos días para retirarte fructíferamente a lugares en los que la tranquilidad y el sabor de la oración eleven tu tono vital.
No te vas a un lugar solitario huyendo del mundo; no marchas a estos sitios de paz para refugiarte en ellos.
Te vas, imagino, para encontrar sentido nuevo a tu vida y cargarte con las baterías que te hacen una persona afincada en el mundo sin que sus cosas indignas hagan acto de presencia en ti.

A solas contigo mismo tomas las decisiones que repercuten directamente en tu bienestar personal, en la riqueza de tus dones que has dejado abandonados por el excesivo trabajo y dedicación a tu empresa.
La mejor empresa eres tú mismo. No lo olvides.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

El orgullo es un dios con máscara

El orgullo hace que el hombre se convierta en un dios con minúscula. Pedro Damasceno decía hace muchos siglos que el "orgullo, a causa de su autosuficiencia, puede hacer equivocarse a todo el mundo, incluido al que lo tiene, en la medida en que no admite que pueda caer en tentaciones...Al no dejar transparentar ninguna falta, el alma nutre esta única pasión"...

Te miro en tu casa tranquilamente sentado y haciendo un rato de relax. Te imagino lleno de humildad, es decir, abierto a los otros en una actitud de escucharles y de ver lo bueno que hay en cada ser humano. ¡Enhorabuena!

El orgullo no ha hecho presa de tu vida. La autosuficiencia es el vicio más estúpido que puede tentar al hombre.

Un soberbio y orgulloso es, en el fondo, un infantil que ha crecido físicamente pero que su afectividad, su mundo relacional y su alma se mantienen en las esferas y en los peldaños del infantilismo.

Se creen dioses a los que todo el mundo debe rendir pleitesía. No consienten que nadie esté por encima de ellos. Se creen los más valiosos.

Cuando te encuentras con gente de esta calaña, sufres lo indecible porque, en primer lugar, no te dejan hablar y, en segundo lugar, sientes la tentación de dejarlos cuanto antes porque buscan de ti sólo el interés y el que los consideres superiores en todo.

Y ya sabes que de persona a persona no hay diferencia.
Te dejo tranquilo. Piensa en tus faltas para corregirlas. Y si aflora lo más mínimo el orgullo en tu persona, destiérralo como cizaña que impide que seas tú mismo.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

El corazón, centro de unificación del ser humano

Es curioso que en los siglos IV y V, la época de los Padres de la Iglesia, es cuando se han escrito las páginas más bellas acerca del corazón.

Gregorio Palamas afirmaba que "es de la raíz última de nuestro ser temporal, transfigurado por el bautismo de Cristo y de la Eucaristía, de donde nace y brota la luz divina".

Te miro sereno cuando meditas estas sencillas palabras. Veo que tu corazón bombea la sangre, la vida por todo tu ser. No te das cuenta. Tócate el pecho, tus manos, tus venas y notarás que desde hace años y con fidelidad enorme sigue alimentando todo tu ser.

Aprecia sus movimientos. Te indican que eres un ser estupendo. No abandones la caricia de tu corazón que te riega suave y delicadamente en cada instante de tu vida temporal.

Hay gente que tomado – como tú- conciencia de la riqueza de su corazón. Ve en él el centro de los afectos, la morada viviente en la que actúa la luz divina en cada momento.

¡Qué bello es mi corazón!, decía un joven al notar que su vida es transformación interna en su cuerpo y externa mediante la entrega a los demás.

Isaac el Sirio vivió esta experiencia que tú vives ahora hace ya muchos siglos. Y comentaba así: " El corazón de aquel que visita su propia alma en todo momento goza de las revelaciones, El que recoge en sí mismo su contemplación contempla la irradiación del Espíritu.

El que ha conseguido vencer toda distracción contempla al Maestro en el interior de su corazón".
No dejes de perder más tiempo. Levántate por la mañana alegre y dile gracias a tu corazón.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

El papel del corazón y el papel del espíritu

Es el mismo Gregorio Palamas quien clarifica el rol de cada uno: " Lo que es nombrado como espíritu es la energía de este espíritu, suscitada por los razonamientos y pensamientos. Pero el espíritu también es la potencia que pone en obra estos pensamientos, la cual es llamada corazón en la Biblia".

Me gusta verte sumido algunos instantes cada día en tu propio ser. De esta forma, no pierdes ni un instante de tu preciosa existencia. Eres una persona fenomenal.

Y te felicito porque has tomado conciencia de esta realidad que constituye la unidad de tu ser entero.
El corazón es el lugar, y el espacio en los que amas, la fuerza interior unificadora e integradora de tu ser humano. No lo olvides.

El espíritu , por el contrario, sería una parte más delimitada de tu persona, concentrada en la función del conocimiento espiritual. Es el órgano del conocimiento, el órgano de la visión trascendente, de la visión divina.

"Los ojos del espíritu son los que abren las puertas del corazón".
"El espíritu recibe y contempla los signos divinos que Dios escribe en el corazón", dice Gregorio del Sinaí.

Desde luego, es una maravilla lo que somos y lo que llevamos dentro.

Nos pasamos la vida dando gracias a Dios por la belleza depositada en nuestros corazones y en nuestro espíritu.
Somos seres afortunados de esta aventura inmensamente fascinante que constituye la vida.
Intenta unir tu corazón y tu espíritu.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La oración del corazón y la oración en el corazón

La oración del corazón se remonta a los siglos III, IV y V sobre todo. Fueron los monjes quienes, en medio del desierto, hacían diariamente esta clase de oración mientras sus ojos limpios contemplaban y admiraban las dunas y los pequeños oasis de agua y arboleda.

Diadoco, obispo de Foticea, lo afirmaba así en el siglo IV: " Los que no cesan de meditar en las profundidades del corazón el nombre de Jesús santo y glorioso podrán un día ver la luz del espíritu".

Te pregunto: ¿Haces alabanza a Dios por el don de tu vida? Puede que no. Pasas los días y hasta más tiempo sin orar. Difícilmente podrás vivir esta intimidad divina de tu ser con la divinidad de Dios.

Esta tarde, mañana o noche, cuando meditas estas palabras, te invito que te adentres en tu ser interior para que detectes lo grandioso que hay en ti.

No pases desapercibido ante esta realidad. Esta oración de alabanza por lo que eres y lo que tienes, debe elevar tu corazón y tu espíritu a las alturas para sentir el gozo, la dulzura que harán que tus órganos desborden de alegría y de serenidad.

Haz que los latidos de tu corazón participen también de la oración. Con los pulmones inspira el nombre de Jesús, ensancha tu cuerpo, y al expulsar el aire de tus pulmones di sencillamente: Gracias, Señor, vida.

Eres maravilloso. Vives en tu trabajo, estás en casa y, sin embargo, tus horizontes son tan amplios que llegan hasta la misma divinidad.

¡Qué suerte!

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

El lugar del amor

Habrás oído esta palabra miles de veces. Es la palabra más empleada en todos los idiomas del mundo. Es la palabra que proclaman las canciones cada día por la radio y demás medios de comunicación.

Habrás observado que su comprensión es muchas veces errónea. La mayoría de la gente la relaciona directamente con el sexo. Y ciertamente tiene algo de sexo siempre y cuando la acción biológica tenga su resonancia y su fuente en el amor.

Cuando el amor estalla en tu corazón, advierte que debes elevarlo por encima de tontadas y pasiones que lo afeen o estropeen. Cuando desarrollas esta potencia en tu ser, todo se convierte en algo humano y divino al mismo tiempo. Es Dios quien está en la raíz de todo amor verdadero; es Dios quien está en el acto de la procreación cuando se hace por amor.

Juan Clímaco afirma:" Por su cualidad misma, el amor es la semejanza con Dios, en la medida en que le es permitido a los mortales. Por su energía, el amor es la embriaguez del alma. Por su naturaleza, el amor es la fuente de la fe, abismo de paciencia, mar de humildad".

En la morada de tu corazón, piénsalo bien hoy, estás tú y está Dios.

El amor verdadero participa del conocimiento y del corazón.

Tasio el Africano lo dice maravillosamente bien:" Adquiramos la fe para alcanzar el amor, de donde nace la iluminación del conocimiento.

Eres una persona magnífica y bendita. Entrégate a amar según estas coordenadas. Verás lo dichoso que te sientes. Pasarás de mucha aberraciones como hay acerca del amor.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Ama y respeta tu cuerpo

Quiero hoy hablar de tu cuerpo y me gustaría saber cómo lo aprecias y lo cuidas.

No pienses nada malo. Intento ser tan delicado como la ola del mar tranquilo en la estación veraniega. Quiero acercarme a él para bañarlo con ideas, pensamientos y proyectos que te hagan sentirlo en cada instante.

Tu cuerpo habla, tu cuerpo ama, tu cuerpo respira, tu cuerpo dialoga. ¿Qué te dice tu cuerpo? ¿Qué le dices tú a él?
Ha habido en la vida personas que han visto en su cuerpo un enemigo para su alma. Eran otros tiempos de ascesis y espiritualidad.

Hoy la psicología y la misma teología ven en tu cuerpo y en tu alma una sola y única persona. Es tu persona entera la que vive, la que actúa, la que siente, la que ama, la que trabaja y la que se salva.

Observa tu cuerpo hoy. Límpialo, lávalo, juega con él, deja que descanse para recuperar fuerzas.
No lo trates mal con exceso de bebidas y comidas glotonas.
No te olvides- si eres creyente- que tu cuerpo es de Cristo. Tu cuerpo, como dice la Biblia, es morada del Espíritu de Dios. Nada más y nade menos.

Cuando hayas observado tu cuerpo, dile gracias. No tienes nada más que éste. No lo compares con los otros.
Me contaba una alumna disminuida física: “ No me gusta que me mimen en el recreo o en clase por tener este cuerpo. He llegado a amarlo porque él me da la posibilidad de sonreír, de hablar y de comunicar mi espíritu y sus pensamientos a todos. Gracias, amado cuerpo”.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

¿Eres manantial o fuente seca?

Me imagino que eres un manantial a cuyas aguas refrescantes se acercan tus amigos y amigas, tus familiares y todo el mundo para sentir el frescor de una persona nueva, alegre, radiante de gozo y de hermosura, si no física totalmente, sí al menos en tu mundo interior, que es, al fin y al cabo, el que vale para siempre.

Pienso en ti como una persona que derrama amor por los cuatro costados; un amor contagiante y suave como una caricia de niño en tu cara.

Pienso también que de tu vida salta un manantial tan bonito y tan bello que crea su derredor riachuelos que fecundan la vida de los otros con placidez, con júbilo humano y hasta eterno.

Pienso en tu manantial que alimenta los mares con tus aguas limpias y dulces. El mar te lo agradece.
Pienso en ti como una persona cuya armonía es tan fina como los cantos en las montañas verdes y blancas del Tirol, en Austria.

Pienso que vales tanto, que todas tus cualidades las desarrollas al máximo, y te conviertes en un ser creativo ante quien todos se sienten a gusto.

Pienso en ti como una persona que cultiva tanto los valores físicos, mentales, cordiales como los espirituales.

No seas nunca un ser cojo, es decir, muy desarrollado en algunos aspectos y descuidado en tantos otros que, todos juntos, forman o constituyen la sinfonía exacta y afinada de tu persona entera.

Sé manantial y nunca fuente seca.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Eres una semilla diminuta pero muy importante

Una de las experiencias agradables de la vida es ir a vivir unos días en contacto con la naturaleza, con los otros y con Dios en Taizé.
Hay un día en que los hermanos, con sonrisa en los labios y relajados, da a todos los peregrinos una semilla de aquel lugar para que la planten en su respectiva ciudad o pueblo.

De esta forma, dicen, lo vivido aquí crecerá en otra parte. Los jóvenes recogen esta semilla con mucha alegría en sus corazones.

Va creciendo este arbolito plantado hace más de 60 años en un diminuto pueblo de Francia. Ahora está extendido en todos los cuatro rincones del mundo.

Te observo, amigo/a, como una semilla que crece en el jardín de tu persona. Cada día la riegas con tus dotes, la mimas con tus atenciones, la vivificas con el calor de tu alma y corazón.

Estas dando frutos cada día. Y muchas veces sin darte ni cuenta.
Frutos en tus servicios desinteresados por los que sufren; frutos alegres con los que están alegres; frutos jugando con tus hijos, amigas y amigos; frutos cuando detienes la marcha de tu trabajo profesional para perder el tiempo con los tuyos, que es, sin duda, la mejor manera de ganarlo.

Te invito este día a que hagas un ramillete con tus frutos.
Ve a tus padres y háblales de lo bien que estás, ,le das las gracias por el día en que la semilla de su amor, te engendró a ti para esta espléndida vida.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Sólo quien tiene secretos en su corazón

"Sólo quien tiene secretos en su corazón puede adivinar el secreto de los demás corazones" (K. Gibran).

¡Qué bellos y qué profundos son los secretos que encierras en tu corazón!
¡Cuántos anhelan conocerlos! Enriquecerían a mucha gente. Pero haces bien en guardarlos muy hondamente en ti. Eso sí, manifiéstalos solamente a quien pueda entenderlos, gozarlos y vivirlos al ritmo de tu vida.

No seas como algunas personas. Le cuentan todo al primero que se presenta. Conclusión: como no los entienden ni saben guardarlos, en seguida los difunden distorsionados.
Cuando me adentro en tus secretos, creo observar tal riqueza de sentimientos, tal cúmulo de ideales y de proyectos que me quedo anonadado.

Te felicito sincera y cordialmente.
Sé, por otra parte, que al ser una persona rica en valores, acumulas en tu vida una serie de secretos que te hacen conocer el mundo de los otros.
¡Menuda suerte la tuya! Estos secretos los has aprendido con tu esfuerzo por conocerte cada día mejor; por saber atender a cada persona que se ha acercado a la fuente de tu corazón.
Por haber acogido al mundo que sufre y al mundo que se alegra: sea joven, anciano, maduro...La riqueza de tu secreto es tal que irás derecha/o a la vida nueva, habiendo dejado tras de ti huellas y flores plantadas en otras personas que continuarán cultivando tus secretos como propios.
Para ello, naturalmente, que te imagino como una persona observadora de cuanto sucede a tu alrededor y que sabes, mediante tu reflexión, convertirlo en secreto precioso.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Una aventura para cada día

"Contemplar a una persona o cosa cada día del año y descubrir siempre algo nuevo en ella...es una aventura mucho más apasionante que la que puede ofrecer cualquier viaje", dijo el Maestro (A. Mello).

Te veo original y entusiasmado este día. No sé por qué estas palabras de A. Mello te calan hondamente en tu ser entero.
Te alabo porque eres lo suficientemente inteligente como para saber gustar y amar y apreciar lo que tus ojos ven cada día desde que te levantas hasta que el cansancio los cierra.

Te comparo con las aves que cruzan el firmamento; con las gaviotas que van tras la estela del barco en busca de peces; con el verde de los pinares que cobijan abundantes nidos.
Sí, ellos, aunque ven cada día esos espacios, los admiran y le cantan con lo que saben hacer: volar o bien ofrecer la misma naturaleza- la madre de todos- los encantos de sus revoloteos airosos.

Te veo original porque no te apegas a lo vulgar, a lo superficial, al etiquetado que hace mucha gente de ti.
Tú, en contra de ellos, sabes gustar la belleza inaudita de cada persona sin que el tedio o el aburrimiento sacuda nunca las fibras de tu delicada sensibilidad.

La novedad sólo la tienen las personas que se dejan asombrar por la aventura del interior de cada ser humano. Cuanto más se descubre a la persona, tanto más se llega a amarle y a respetarle.

Por el contrario, cuando no se ama de verdad, en seguida viene la discordia, la riña, la pelea, la incomprensión. ¿Sabes cuál es la causa? No es otra que la falta de amor. Se quiere uniformar a la persona. Y de esta forma se consigue siempre apartarla.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La contemplación de los seres sensibles

Dice Juan de Cárpatos:" En el momento presente puedo ver las cosas del mundo con una mirada apacible. He recuperado la simplicidad desnuda de la naturaleza, al mismo tiempo que la buena salud del espíritu, Por haberme bañado en el Jordán del conocimiento, mi carne se ha hecho semejante a la carne de los bebés".

Palabras bellas donde las haya. Te las presento en este día a ti que las lees y meditas.

Si tienes un pensamiento simple, sabrás contemplar el oro como oro y recrearte en su valía. Si tu pensamiento es apasionado, irás en busca de poseer el metal precioso.

Eres una persona linda porque en ti anidan perfectamente la libertad excelente de elegir bien cada cosa en este mundo. Asunto nada fácil.

Ordinariamente, podrás observar lo contrario. Has logrado esta perfección de tu ser mediante un ejercicio sensacional de saber en dónde está lo esencial de las cosas y de las personas.

Este camino te ha conducido al conocimiento real y puro de todo.
Sin darte cuenta, mantienes en ti la infancia espiritual, es decir, la sabiduría de no tener engaño en tu mirada; la sabiduría de recrearte en la belleza tal y como es; de gustar el contacto con las y las personas sin herirles, sin ofenderlas, sin hacerles daño.

No te digo que seas un angelito. No, ni mucho menos.

Lo que quiero decirte hoy es que luches por mantenerte equilibrado/a en tus apetencias de ver todo de forma nueva.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Esta mañana te lanzo esta pregunta: ¿por qué tienes tantos altibajos?

Esta pregunta te va a hacer pensar algunos momentos. Puede que te sientas raro/a en ciertos días y en algunas circunstancias.

Y a lo mejor no te has detenido en averiguar las causas. Unas veces pueden ser por tu estado anímico que cambia como el atmosférico. Otras puede que se deba a ciertas contradicciones que has encontrado en el trato con los padres, con la mujer o el marido o los amigos/as.

Te dejas influir muchas veces por los otros. ¡Ojalá que no fuera verdad!

Pero te suele ocurrir que si alguien te dice algo que te ofenda lo más mínimo, ¡zas!, te vienes abajo durante unos días.

Una fórmula fácil para no caer con frecuencia en altibajos, es conocerte bien. De esta forma, adivinas hasta el día en que te puede venir el bajón. ¿No es verdad?

Tantas otras veces es porque te sientes incomprendido/a tú misma/o. Pareces un "bicho raro" (perdón por la palabra"). Y no es así.

Es que, en estos instantes de altibajos, te crees y te sientes inferior a los demás.

Tu mente está turbada y tu corazón inquieto.

Te invito a que cada día te dediques algunos ratos para estudiarte a fondo. Hazte una radiografía de tus pensamientos, de tus sentimientos, de tus afectos, de tus ilusiones...para conseguir el equilibrio emocional adecuado y sin muchas perturbaciones.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

No salgo porque me da miedo ser rechazado

Así se expresaba un joven cuando la juventud florecía en él como un jardín florido y abierto a la esperanza.

¿Qué piensas de esta situación? Te imagino feliz contigo mismo y abierto a las diversas circunstancias por los que puede pasar tu vida de joven o adulto.

Te noto alegre en compañía de amistades, de tu novia o novio, de tu familia, en el silencio de tu vida consagrada a Dios en colegios o en monasterios. De todo hay en la vida del Señor. Y precisamente esta variedad bien llevada es la que da placer y buen gusto a la humanidad.

Te veo tranquilo, sin miedo al "qué dirán" que tanto retrae a mucha gente. Este eslogan jamás deberían pronunciarlo tus labios. Jamás.

Si alguna vez te asaltan estas ideas, échalas fuera en seguida de tu interior.
Solamente es rechazado aquél que no hace nada, que no aporta nada a los otros.
E incluso, amigo/a, tampoco debería ser rechazado, sino impulsado a que dé nuevos visos y horizontes a su persona.

La vida, la sociedad que te rodea, te necesita. Nadie puede hacer lo que tú puedes hacer.

Eres una persona irreemplazable. Aférrate a tu seguridad en ti mismo. Que nadie te la imponga desde fuera.

Tú eres el arquitecto de esta obra maravillosa que llevas dentro de ti. Puedes hacer de tu vida un palacio o bien una cueva sucia y maloliente. Vive libre de toda esclavitud.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

El mundo necesita bombas de amor

Si te adentras en el estudio de la Humanidad, notarás que se han hecho ya nada menos que 8.000 tratados de paz.

Y como ves, de poco sirven. El hombre construye castillos para defenderse en la Edad Media. Hoy monta organizaciones mundiales e internacionales para proteger a los países beligerantes.

Sin embargo, excepto los aguerridos y fascinados por Dios, pocos son los que dejan su alma y su vida a favor de los que padecen el horror de la guerra.

Hablando un día con unos soldados cristianos, les preguntaba qué necesitaría el mundo para que anduviese por los senderos de la paz.

Ellos, fornidos y valientes, me contestaron:
Mira, lo que hace falta en nuestro mundo turbulento son bombas de amor.

Estas no hacen daño a nadie; estas crean lazos de fraternidad; estas no rompen el equilibrio de los pueblos. Hemos de llegar a hacer una Humanidad en la que reine la armonía y desaparezcan de nuestra vista las fronteras.

Me dirás, amigo/a, que estos soldados son unos ilusos y utópicos. ¿Piensas así?

Medita bien. Si el amor entra de lleno en los corazones, la ambición desaparece como por arte de magia; si el amor reina en tu persona, construyes lazos de paz a tu derredor.

Las bombas de amor dulcifican al hombre. Te diría en este día que lances continuamente bombas de amor personales. Al menos así evitas la guerra con los que te rodean. Ya es mucho. ¡Enhorabuena!

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Tu ser sensible se emociona

“Pájaros perdidos de verano vienen a mi venta, cantan, y se van volando, Y las hojas amarillas de otoño, que no saben cantar, aletean y caen en ella, en un suspiro” (Tagore).

Cuando te veo tan sensible, me siento feliz. Es verdad. En el fondo, muestras un alma delicada en tu contacto con la naturaleza. Una auténtica belleza es ver desde tu ventana a los pajarillos que, inocentes y ágilmente se detienen en un vuelo cósmico.

Me imagino que no los espantarás, Al contrario, fija tus ojos en sus ojillos vivarachos, en el ritmo acelerado de su pecho, en la variedad de movimientos que hacen en tu ventana de cristal transparente.

Relájate observándolos. No los asustes. Ellos son unos visitantes de lujo para tu reposo y tranquilidad en la sala de estar.

Cuando llega el otoño dorado, súmete en la reflexión profunda acerca de la caducidad de las cosas.
Es el tiemp0o en el que la persona siente- dicen- más melancolía. Quizá porque ha dejado atrás las horas felices del verano junto a la risueña playa o el silencio que ha experimentado en la montaña.

Quizá también, porque el frío le retiene en casa más tiempo del normal.

Veo en las hojas amarillas que caen sobre el cristal de tu ventana, la imagen de tu propia vida.
Ellas han alegrado la naturaleza durante siete meses con su verdor. Ahora, con toda naturalidad, bajan a la tierra para convertirse en abono para la próxima estación de primavera. Sé tú como ellas: natural y fuente de vida.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Todo es transparencia para quien ama

“Para quien lo sabe amar, el mundo se quita su careta de infinito. Se hace tan pequeño como una canción, como un beso de lo eterno” (Tagore).

Todo lo puedes hacer como deseas si tu vida está repleta de amor. Cuando la gente habla de amor, tú,- en silencio-, la escuchas. Y te das cuenta de que n han entendido la fuerza transformadora de esta realidad inherente a todo ser humano que se precie de tal.

Cuando tú estás inmerso en la corriente benefactora del amor, todo lo difícil que la vida te presenta, te parece una pequeñez en comparación con la energía que nace dentro de ti, y que llevas admirablemente a los otros.

Cuando oyes a tu lado tantos lamentos y quejas acerca de la marcha del mundo, piensa que es debido, en gran parte, a que la persona no vive cerca de esta corriente alegre del amor.

Tú, feliz y contento mientras lees estos momentos de paz, eres una canción para mucha gente sedienta de amor.

Tú, con tu conducta ejemplar y tu entrega, eres un beso que te acerca a la eternidad viva y realizada ya en este mundo concreto en el que te ha tocado vivir.

El beso del amor no transporta en su donación los elementos pasionales que lo entristecen.
Desde que empecé a besar a la gente con pasión y malos deseos, me he convertido en un obseso, comentaba un joven.

Ahora, sin embargo, que he hecho una recomposición de mi vida, he vuelto a saborear el mundo sin careta.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Las lágrimas y la sonrisa

Una bonita observación que puedes hacer los días en que llueve. Contempla cómo la tierra va absorbiendo el agua suavemente.

Si la lluvia es tormentosa, te darás cuenta deque corre velozmente a los ríos, a los pantanos y al mar. Son dos momentos distintos para la tierra.

En el primer caso, las gotas de lluvia son como lágrimas de consuelo para su sedienta superficie. En el segundo caso, la tierra llora de pena al ver que tanta agua se pierde en los mares y otros lugares en donde hace menos falta.

Ella, sin embargo, a pesar de los pesares, saca fuerza de flaqueza para mostrar a tu mirada la sonrisa de sus flores, el viento suave que embellece y broncea tu cara.

La tierra quiere mantenerse siempre en flor. Toda una lección para ti. A lo largo del día y de cada estación tienes motivos más que suficientes como para renovarte y mantenerte siempre en flor con tu sonrisa.

Puede que unos días la lluvia de cuanto haces y eres, penetre más hondamente en ti. La conclusión esclara: ese día las lágrimas de la emoción afloran en tus ojos como dos gotas de rocío que adornan las hojas de los parques.
¿Has visto a la tierra quejarse alguna vez?

Echa los remos de tu vida a la mar. Rema con fuerza cuando haya tormenta. Rema suave cuando la lluvia fina empapa tu cabello y alivia tu rostro quemado por el sol.
Estarás en flor como una pura sonrisa.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Sé una sinfonía de colores

¿Qué tal te encuentras hoy? Bien. ¿Por qué te vas a sentir mal? Positiva todo cuanto te ocurra. ¡Estupendo!

¿De qué te hablo hoY

Te voy a contar algo que un día me llamó la atención. La acción tiene lugar en la India. Un maestro gurú había visitado Occidente. A la vuelta, los monjes del Himalaya- con toda curiosidad- le preguntaban o le decía que les hablase de lo que había encontrado en tan largo viaje.

El gurú indicó a los monjes que bajaran al río cercano con él.

El maestro cogió una piedra grande del río. Estaba limada y suave en todas sus esquinas. Era un canto rodado. Estás habituado a verlos en los riachuelos de tu pueblo o ciudad.

En un ademán de mucha fuerza, estrelló la piedra contra una roca. Se rompió. La cogió entre sus blandas manos. Se la mostró partida a los monjes.

Estos esperaban la respuesta de su maestro con ansiedad.

Y mirándolos fijamente, les dijo: En Occidente he encontrado a gente muy bien presentada en su exterior. Visten muy bien, hay mucho lujo en sus calles, coches y casas.
Pero en su interior he encontrado lo que veis en el interior de la piedra: sequedad.

Tienen un gran vacío de valores espirituales. Y esto se traduce en ellos en un intenso estrés, en una norme agitación que les lleva a ser infelices.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Enamorado o enamorada

“Tu cara anhelante persigue mis sueños como la lluvia por la noche” (Tagore).

Al mirar tu cara este día, veo en ella una pintura atrayente, fascinante, emocionante y cautivadora.
Veo que está enamorado/a. Sueñas con el amado o la amada como alguien que colma tus deseos y aspiraciones más íntimas y sublimes que anidan en tu ser.

Es una maravilla que esté enamorado/a. Es la fuerza vital divina depositada en tu corazón que fructifica en el fruto más adorable y bello de la creación.
Cuando por la noche oyes caer las gotas de lluvia sobre la ventana de tu habitación, piensa que es la voz de tu amado/a que toca a las puertas abiertas de tu corazón sensible.

El sueño mantiene en ti, estés casado o enamorado, la ilusión.
¡Cuánta gente no sabe enamorarse! Se quedan en el estadio del gusto físico. Una pena. Hay muchos caminos que recorrer juntos. Y estos caminos son como la subida a una gran pirámide en la que ondea la palabra “enamorados”, desplegada a los cientos de los cuatro puntos cardinales.
Una pareja me contaba un día: Ella para mí y yo para ella.

Pero sin cortar nuestras amistades, tentáculos a través de los cuales maduramos en esta carrera excelente y bella del enamoramiento.
Estar enamorados significa vivir “en-amor-dos”, pero lanzados ambos a la conquista del universo, como la lluvia que cae en todas partes para fecundarla tierra en flores y frutos.
Te veo feliz en tu cara en este día. ¡Animo! Has encontrado el inicio de la senda que te conducirá a la felicidad.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Conocerse y amarse

“Una vez, soñamos los dos que no nos conocíamos. Y nos conocíamos. Y nos despertamos a ver si era verdad que nos amábamos” (Tagore).

Cuando te vi, te pregunté por tu nombre. Me pareció bello y agradable al oído como una sinfonía de Beethoven.

Desde aquel día lo escribía en mis apuntes, en mi carpeta de clase, en las orillas de la playa, en el mar de mis pensamientos e imaginaciones. Todo era belleza en mi alma y mi corazón palpitante de sentimiento por ti.
Incluso, como un iluso o ilusa creía conocerte a fondo. Tu mirada y tu figura, tus palabras y tus sugerencias sanas se grabaron en mi interior como dardos suaves de ternura.

Pasados algunos días, me di cuenta de que iba muy rápido/a. Me funcionaba mucho más el corazón que la mente,. Y este desequilibrio nunca es bueno.
Entonces me preguntaba si que sería bueno continuar contigo esta relación que surgió de estampida.
Y a medida que iba hablando contigo, percibía en mi interior que había tanta belleza en nuestra relación que decidí proseguir este contacto para llegar a conocernos en profundidad.
Las olas del tiempo, con su ir y venir, me fueron acercando a la orilla de tu vida. En ella apreciaba valores morales, espirituales y psicológicos que aumentaban mi grado de amistad y de afectividad contigo.
Al cabo de un tiempo prudencial noté que te amaba. Y todo conocimiento llevado con calma y sin precipitaciones lleva a un amor profundo por la persona que se ha llegado a conocer en las íntimas fibras de su alma. Gracias a la vida, gracias a Dios. Te conozco y te amo.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Mi pena se va haciendo paz en mi corazón

“Como el anochecer entre los árboles silenciosos, mi pena, callándose, callándose, se va haciendo paz en mi corazón” (Tagore).

¡Qué plenitud desborda mi alma tras las horas de la dura pena!
Puede que este día u otro cualquiera sientas el azote, el latigazo, el zarpazo de la pena en tu vida. Nada es duradero cuando uno pone de su parte todo el esfuerzo para que aflore en nuestro ser lo mejor que encierra.
Te invito a que no le des vueltas a la cabeza pensando lo peor: no hay remedio para mi mal.

Es mentira. Toda pena desaparece en seguida de ti cuando te sobrepones y la borras ponto. Como una ola borra la huella que ha dejado la anterior de forma rítmica e intermitente.
La noche, con su canto de oscuridad hace que todo lo veas negro. Deja que la luz del día alumbre tu vida entera.
Recuerda las palabras del Salmo de la Biblia: “Ante ti, Señor, la noche es como el día”.
Esa es la realidad cuando vives envuelto en el espacio de tu propia realidad y no bajo los efectos de los fantasmas que crea tu imaginación.

Me contaba un grupo de jóvenes que les costaba insertarse en el mundo duro del trabajo. La razón no era otra que ésta: nunca habían sufrido nada. Todo se lo daban hecho en casa. Nada les había faltado. Y sin sufrimiento, sin pena aceptada en el fuego del corazón, nadie madura suficientemente. Acepta la pena que te aflige por horas y días. Te hará cambiar y te madurará convirtiéndose en tu vida en un lago cuta paz es visible para todos.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

A veces la mejor respuesta es el silencio

“Mar, ¿qué estás hablando?
-Una pregunta eterna.
.Tú, cielo, ¿qué respondes?
-El eterno silencio”(Tagore).

Si estás al lado del mar mientas lees y meditas estos momentos de paz, te ruego que contemples su superficie bañada pr el sol o por la luna que riela durante la noche.

El mar, criatura inmensa, las más grande que puebla nuestro planeta, es obediente a la ley del Creador.
Su contemplación serena tu nerviosismo; eleva tu pensamiento y el surtidor de tu alma a la misma eternidad.

La respuesta a tu pregunta está contestada con la prudencia y la bondad del mar en su quehacer diario de ir y venir a la tierra para besarla y refrescar sus orillas sedientas.
La segunda pregunta, aunque no estés en el mar, sí que, desde tu ventana, puedes asomarte al universo y admirar sui infinita grandeza.

Observa cada estrella. Visita, si puedes, algún observatorio astronómico. Te sentirás pequeño ante tanta inmensidad, variedad y magnitud de estrellas.
Detente en la Osa Mayor o Menor. Desde hace millones de años siguen las reglas fijas que el Creador les impuso desde el momento de su creación.
Y, bajando a tu mundo interior, toma conciencia de que tú eres infinitamente más grande que ellas. Tu vida no acaba ni termina como el firmamento. Tiene una prolongación en otra tierra nueva y en otros cielos nuevos, de los que habla Dios en su libro sagrado.

¡Vive hoy feliz!

MOMOENTOS DE PAZ

El mundo suspira por amarte

"¡Oye, corazón mío, los suspiros del mundo, que está queriendo amarte!" (Tagore).

Me gustaría que hoy hicieras un ejercicio muy simple: respirar y expirar aire en tus pulmones para que entres en este momento de paz.

Siéntate cómodo en tu butaca. Deja tu mente en limpio como la lana blanca del cordero recién nacido.
Por tus oídos atentos a percibir lo susurros de la naturaleza. Oye el canto del búho en la noche; escucha el zumbido de los grillos cuando mueven rápidamente sus alas; oye el ruido multitudinario de los jóvenes que se divierten en las discotecas o en los pubes o transitando por la calle de la "movida".
Y tú, tranquilo y reflexivo, vas adentrando en tu interior todo cuanto oyes de este mundo que te rodea en tu calle o chalet, en las afueras de la gran urbe.

¿No te das cuenta de que todo ser viviente lanza suspiros buscando algo fundamental que los llenes de gozo?
Desde el animal o el insecto hasta la persona que gime en la noche del dolor de la enfermedad, todos, absolutamente todos, buscan amor.
Tú, sin duda, buscas ahora mismo una atención especial para sentirte a gusto contigo mismo cuando la soledad de la noche aumenta el tiempo psicológico en los entresijos ocultos de tu ser.

Tú mismo, sin duda, estás deseando manifestar a alguien tu adhesión, tu cariño, tu afecto, tu amor.
Y te imagino feliz con tu corazón puesto al lado de otros corazones que te necesitan en este momento. Decía un anciano:" me paso la noche despierto pensando, orando y amando a los otros".

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Sólo al envejecer sabemos el sentido del amor

"A lo largo de la juventud pensamos amar, pero sólo cuando hemos envejecido en compañía de otro conocemos la fuerza del amor" (Henri Bordeaux, escritor francés).

En este día te traigo para tu momento de paz, la discusión o diálogo, mejor dicho, entre dos generaciones en la misma familia.

Decían los padres a los hijos: Aquí estamos tu madre y yo. Desde hace muchos años vivimos bajo el mismo cielo limpio de nuestro amor.

Hemos tenido dificultades a lo largo de nuestra vida, pero nunca hemos permitido que la llama del amor se apagara en nuestros corazones.
Mantenemos la juventud del alma. La del cuerpo, como veis, aparece desgastada por el trabajo, la edad y los sacrificios que hemos hecho por cada uno de vosotros.

Los jóvenes, atentos y ensimismados, admiraban a sus padres.
Y, en un gesto de suprema confianza, les dijeron: ¿Cuál ha sido el secreto?

Conocernos cada día mejor sin caer en la monotonía o el aburrimiento.

¿Qué nos decís a nosotros?
Sencillamente que améis siempre la verdad, No falseéis la vida con el engaño del amor falso. Os acarrará ruinas y la discordia en la convivencia.
Y mientras hablaban de dos generaciones, miraba, como puedes hacer tú, a dos ancianos encorvados que caminaban juntos unidos de la mano por la avenida de la ciudad.
¿Qué te parece?

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La formación de la amistad

“ No podemos saber el momento preciso en que se forma ala amistad. Como una última gota hace derramar el vaso, así un acto bondadoso de una sucesión hace que el corazón se desborde” (Boswell James, escritor inglés).

Algunos de tus compañeros se enfadaron cuando encontraste a un amigo o amiga que, cual tesoro enriquece tus relaciones.
Tus mismos padres, quizá, pusieron trabas a aquella persona que comenzó un día a entrar en tu casa para estudiar juntos o simplemente para dialogar sobre temas interesantes.
Tú, sin embargo, fiel a tu propia vida y a tus sanos criterios acerca de la amistad, fuiste creciendo y ensanchando tu mundo de relaciones.
Hoy te sientes feliz y con el ánimo distendido, y con la confianza de saber que hay gente que te escucha sin condiciones en este mundo movido por intereses.

De la mofa y de la burla has pasado a una realidad nueva. El vaso de tu felicidad se ve colmado a raudales. Y su agua llega hasta el corazón de tus padres, compañeros y gente con la que sales a divertirte los fines de semana.
El estudio o el trabajo se te hacen menos pesados. Alguien, la voz amiga, te invita a superarte cada día; a levantar el ánimo cuando está decaído; a luchar cuando la injusticia de los otros se ceban contra ti.
La amistad es la cima del universo. Es un amor desinteresado que solamente busca el bien del otro sin recompensa alguna.

En la verde orilla de la amistad has aprendido a entenderte a ti mismo o a ti misma. La corriente de la amistad ha vivificado tu vida entera. Las flores están contentas ante el tesoro de tu amistad.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La alegría de hacer el bien

"El saber es algo; el genio más; hacer el bien es más que los dos y la única superioridad que no crea envidia" (Fernán Caballero).

De esta frase, creo que la parte que más te puede gustar es la segunda. Perdona si me equivoco. Genios hay pocos a nuestro alrededor. En cambio sí que nos circundan personas excelentes que se desviven por los demás.

Tú eres un caso entre muchos. ¡Enhorabuena!
Cuando pensaba y recordaba este pensamiento, acudían a mi mente las palabras del Evangelio.

Los Apóstoles habían pasado tres largos años siguiendo paso a paso a Jesús. Lo habían visto trabajar codo a codo con ellos; predicar en sitios fáciles y difíciles; sufrir hasta la misma muerte de cruz.

Estos hombres sencillos pero fieles hasta el final intentaron sintetizar o resumir la vida del Maestro en pocas palabras.
Ya las sabes de memoria. Sin embargo, tienen hoy un eco especial en ti. Ellos dijeron: "Pasó por la vida haciendo el bien. O mejor: Todo lo hizo bien".
Una pareja de novios me comentaba el otro día que todos los fines de semana se "mojan" los dos trabajando en un bario necesitado de su ciudad.
Están tan contentos y unidos que todos los vecinos hablan bien de ellos. Son dos personas maravillosas que emplean los fines de semana para ir a ayudar en todo cuanto necesita la gente: cocinar, leer, cuidar a niños y jugar con ellos. ¿Qué te parece?

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“Solamente los necios desprecian la disciplina”

Confiesa que has nacido con un desequilibrio interior. Tienes una vida por delante para corregirlo y orientarlo para tu propio bien.

La persona que observa la disciplina no se debe etiquetar con el apelativo de militarista. No, ¿por qué?

Si tú eres una persona educada, fina, cortés, cumplidora, generosa, atenta y con buenas formas sociales sinceras, no hipócritas, puedes sentirte alguien que cultiva la disciplina. Eres un ser inteligente y no un necio.

También creo que la disciplina no te gusta a ti ni a nadie. No obstante, has de reconocer que sin un mínimo de ella la vida resulta muy difícil.

Suponte que en tu ciudad no hubiera señales de tráfico. Los atascos y los accidentes serían el pan nuestro de cada día.
Suponte también que cada uno diera rienda suelta a sus instintos pasionales, La vida serían infernal, inaguantable.
Te invito a que observes la naturaleza. Es la mejor maestra de la vida. Ella impone a otros seres vivos unas leyes y unos ciclos para que haya equilibrio ecológico, es decir, para que haya supervivencia.

Tú, sin embargo- como tienes libertad-, te ves libre de esas imposiciones de la naturaleza.

Ahora bien, por esa misma razón te hace falta una disciplina aceptada en tu interior.

Tendrás conocidos o lo oyes cada día en los medios de comunicación social que los más necios son los más violentos y los que menos disciplina observan.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La ingratitud quiere tener razón

“Lo peor de la ingratitud es que quiere tener razón” (Benavente).

Esta mañana te llevo un momento de paz a tu corazón. No quiero que te inquietes ante la gente desgraciada. Hay mucha.

La ingratitud es lo que más te duele. Te esfuerzas por hacer el bien, por hacer favores a quien te los pide y a quien no te los pide también.

Y sin embargo, ¡qué poca gente es agradecida! Ya le pasaba lo mismo a Jesús. Curó a diez leprosos y solamente volvió uno a darle las gracias. Uno solo.

Te duele mucho. Y tienes toda la razón. Es una injusticia. Piensa hoy el refrán español:”Quien no es agradecido no es de bien nacido”.

Una verdad tan grande como un templo. Cuando alguien se olvida de dar las gracias por los favores recibidos, está mostrando la clase de persona que es: un mezquino o mezquina.

Habrás oído a mucha gente que dice: Lo que tengo y lo que soy me lo debo a mí mismo. No tengo que agradecer nada a nadie.

¿Cabe mayor estupidez?

Sí te digo que no te sientas defraudado o enfadado. Mira únicamente el bien que haces y no esperes el gesto de la recompensa. Si no, te llevarás muchos chascos en la vida.

Ten en cuenta esta otra frase, tan filosófica como bonita:” Haz el bien y no mires a quién”.
Ejercita en ti la generosidad.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Hay quien cuida mejor a los animales que a las personas

Constatarás cada día en tu calle o en el parque la abundancia de perritos que salen a hacer sus necesidades. Los hay hasta que llevan su trajecito puesto en los días de invierno riguroso por el frío.

He visto en algunas ciudades cementerios para perros. Tienen hasta sus propias lápidas e inscripciones.
Y justamente en los países que se llaman "progres" y civilizados proliferan las sociedades protectoras de animales.
Te encantan los animales. A mí también.

No admito que se trate cruelmente a los animales.

Te indicaría que en este día leyeras uno de los poemas más bellos, nunca escritos, acerca de los animales.
Ya sabes y has adivinado que me refiero al poema escrito por san Francisco de Asís..

En sus bellas estrofas se dedica a alabar a Dios y a sus criaturas.

Llama al fiero lobo "hermano lobo". ¡Qué maravilla de identificación con la naturaleza!
A medida que vayas creciendo, cultiva lo natural en todos los sentidos. Pero, por favor, que la persona esté antes que el animal irracional.

No seas tú como tanta gente que prefiere comprarle cada día su ración de buena comida al perro, mientras que a su lado hay pobres muertos de hambre.

Hay perritos mejo9r tratados que los niños. Se trata mejor al "chucho" que a ala persona que trabaja en casa. Una equivocación. Cada cosa en su sitio.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

El deporte fortifica el cuerpo

"El deporte delega en el cuerpo alguna de las virtudes más fuertes del alma: la energía, la audacia, la paciencia" (Jean Giraudoux).

Te da gusto ver durante este día por los parques a la gente haciendo footing, jogging, carreras...Se ha convertido en una necesidad para tu salud. El estrés de la vida hace que el cuerpo acumule demasiadas toxinas que hay que eliminar por los poros de tu cuerpo.
También te lo recomienda el médico para tu corazón funcione mejor; para que no adquieras "michelines" en tu bello cuerpo.
Hoy el dicho latino tiene más actualidad que nunca:" mens sana in corpore sano", es decir, mente sana en un cuerpo sano".
Es bonito ver la silueta de tu cuerpo armonizado, precioso, esculpido como una estatua griega.
Y es más bonito todavía cuando practicas el deporte por el placer de estar en forma y no simplemente para ganar dinero. Como hacen algunos profesionales.
Recordarás lo que decía el apóstol san Pablo. El hablaba de la vida como un estadio en el que todos corremos y en el que todos podemos alcanzar una meta trascendente.
Hoy día muchas ideología de nuestro tiempo suelen olvidarse de esa meta del hombre, reducido a comparsa. Y el hombre grita en los estadios.
Te habrás fijado en los medios de comunicación. Dan importancia exagerada al deporte. Pero un deporte para "ver" sentado en la butaca. Pienso que cada día puedes dedicar una hora al menos para mantenerte en forma y para ayudar a tu precioso don de la salud.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Si otro te injuria puedes olvidarlo

“ Si otro te injuria, puedes olvidarlo; si te injurias tú mismo nunca lo olvidarás” (K. Gibran).

Posiblemente has bajado de tu trono en el que tan altamente eres considerado por ti mismo.
Y, al bajar, has injuriado al prójimo sin ninguna causa, Tan sólo te ha movido tu estúpida soberbia, diosa de la ignorancia..
Has entrado por la puerta hermosa de la conciencia de otra persona. La has ofendido llevado también por tu rabieta interior, no superada por la falta de tu equilibrio.

Has subido de nuevo a tu pedestal, y desde él te das cuenta de que has ofendido a la joven, al hombre, al niño o la mujer, punto de mira de tu ira.
Te sientes a disgusto en tu trono. Ya no eres el mismo. No puedes olvidar el mal que has acarreado a tus semejantes.
Lloras- si tienes delicadeza- el mal que has hecho. Pero como tu soberbia te mantiene erguido en tu trono, no eres capaz de bajar al terreno normal de los otros para pedirles perdón.

Te consumes allá arriba. Tu conciencia te remuerde y has perdido la tranquilidad. Una pena, pero tú eres el culpable.

¿No hubiera sido más bonito que bajases de tu trono para intentar mejorar la situación de mucha gente que sufre?
Ciertamente que sí. Mejorar a los otros es una de las obras de humanismo que mejor puedes hacer en tu vida. Ser una persona constructora de mejoras en la sociedad vale más que tantos arrebatos de injurias. Cuando cae el sol sobre tu trono, se abre en tu conciencia una rendija por la que entra el remordimiento inolvidable.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“No matarás”

Recuerda este día que no es solamente la guerra la que mata al hombre y destruye la paz y la sana convivencia. Observa que cada crimen contra la vida es un atentado y un duro golpe asestado al atrayente mundo de la paz.

La guerra daña a los pueblos, los arruina, los enfrenta y hace despertar en ellos el odio y la venganza.
Hoy todos hablan de paz y nunca como hoy hay tantos muertos por causa del terrorismo.
Y, ¿no has pensado alguna vez en la leyes injustas que hay en algunos países que permiten matar al inocente que está en el vientre de su madre indefenso?

¿sabes que los fetos de los abortos repercuten en una ganancia astronómica de millones de euros para los cosméticos?
¡Vamos!, es lo que nos quedaba por saber. SE emplean seres humanos para embellecer la cara y el rostro de gente que, aparentemente, no quiere envejecer.
¿Cómo puede la gente hablar de paz en su país y en el mundo cuando defiende la matanza de niños inocentes? Es un absurdo fatal al que ha llegado la humanidad.

¿Con qué derecho se constituye un gobierno en árbitro de la vida y de la muerte de quienes no pueden defenderse?

Nadie, con un mínimo de educación, sensibilidad y moral consentirá en dar muerte a un niño en el vientre de la madre por el hecho de que ella no lo quiera. ¿Quién es el dueño de la vida: el hombre o Dios?
“Desde el día en que maté a mi hijo para no verme deshonrada, no9 puedo vivir. Y la carga del deshonor no estuvo en mi embarazo sino en el asesinato.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

El trabajo es diversión

“Cuando el trabajo no constituye una diversión, hay que trabajar lo indecible para divertirse” (Jardiel Poncela).

¡Qué sorpresa la tuya cuando te has dado cuenta que es difícil divertirse sanamente!

Muchos y muchas de la juventudes actuales hacen consistir la diversión en pasarse las noche en la calle de “movida”, en pubs humeantes de tabaco, en discotecas bailando al ritmo que le marcan los disc-jockeys, Hasta la música se la dan hecha.
Y entre baile y baile agitados, rítmicos vienen los consabidos tragos de licores mezclados para que su efectos exaltantes les anime y les mantenga vivos y eufóricos durante casi toda la noche con la droga éxtasis y el alcohol.

Te imagino cuando llegas de madrugada a tu casa cansado y hecho pedazos.
El alcohol, el tabaco, el sexo han hecho presa de tu persona. Te levantarás tarde. El día será una resaca inmensa para tu cuerpo, que, aunque joven, siente el hachazo de mezclas alcohólicas y desenfrenos propios de quienes no saben dominarse a tiempo.

Tú eres una persona que sabes divertirte sanamente. Vas a la discoteca, al pub, a la movida pero , sin embargo, en todas partes ondea la bandera de tu dignidad personal. ¿Habrá cosa más bella que divertirte limpiamente?
Sientes, si eres sincero/a, que la felicidad de la vida no reside en borracheras y en desenfrenos. Todo hay que verlo bajo la óptica de tu mejoramiento personal. Necesitas divertirte. Has de encontrar la diversión de la que salgas a gusto, relajado y con ganas de empezar de nuevo.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La mujer como objeto en los medios de comunicación

“La mujer aparece en la tele y en los medios de comunicación social como un objeto.”

En contra de lo que puede pensar alguno “en amor, la agudeza femenina generalmente vence a la masculina” (François Gérard).

Te veo como una persona sana y elegante. No como una mojigata y quejica de cuanto sucede su alrededor.

Sé que si eres mujer, habrás reaccionado más de una vez en contra de tanto anuncio televisivo y de tantas películas en las que apareces como simple”objeto” del deseo del “macho ibérico”.

Una de las constantes de la publicidad es que el producto se vende mejor poniendo a la mujer “destapada”. Y cuanto más, mejor.

Tu cuerpo, una verdadera joya de arquitectura, hecho para contemplarlo y para sentir el placer en el momento del amor sincero y limpio, hoy se ve como una apetencia; hoy se emplea como reclamo para vender coches, cosméticos, detergentes y otro sin fin de productos que tú conoces muy bien.

La naturaleza te han hecho tan bella que todos los limpios de corazón, todos los seres delicados se quedan admirados ante la geometría perfecta de tu cuerpo.
Pero los hombres indecentes y perversos en sus intenciones, te ven sin pudor.
Tú sabes que todo lo hay detrás del destape es simplemente dinero y falta de imaginación. El limpio del día soleado, la silenciosa noche admira la obra de tu cuerpo hecho para acariciar al ser amado y para dar vida a otras vidas. Tu cuerpo es de una persona, no de un animal. Todo destape es una agresión a tu dignidad. Un destape es un acto de terrorismo provocado.
¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Bondad es el principio del tacto

“La bondad es el principio del tacto, y el respeto por los otros es la primera condición para ver vivir” (Henti- Fréderici Amiel).

La nube de la gracia ha descendido gozosa hoy a tu vida. Te ve luminosa como el sol; te anima y te dice: sé respetuoso/a como yo lo soy con las estrellas y con el cielo.

Sin mí el cielo no te tendría contrastes ni belleza para tantos cuadros y fotografías como hacen de mí.

Esta mañana, levántate alegre de la cama. Salta de un brinco. Tócate el cuerpo para darte cuenta de que empiezas a vivir un día nuevo lleno de bondad en tu trato con los demás seres.

Sólo podrás vivir tranquilo y feliz cuando mantengas en tu alma sencilla el respeto imponentemente bello por los demás y por tui mismo.
Eres un mar son orillas; un mar al que todos se acercan para refrescarse. Nunca en ti falta de respeto. Dejas qu4 todos entren en tus aguas serenas y cálidas para sentir el abrazo de tu persona, la palabra adecuada para cada uno, el trato que cada uno se merece en el santuario de su conciencia.
Me contaba un joven que, desde el día en que dejó de decir burradas, se convirtió en una persona respetada por todos y grata para los ojos de la chicas.
Antes, sin embargo, había sido un bruto y un vulgar. Por eso se sentía rechazado y marginado en la sombra de su negritud.
Una forma de respeto consiste en la corrección amiga. ¡Qué poca gente hay dispuesta a corregirte! Te dejan pasar tus faltas inadvertidas, te ríen las gracias y, al final, te enfadas porque no eran buenas personas. Tienes razón.

Felipe Santos

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“La ignorancia armoniza bien los errores” (Concepción Arenal).

Levántate el alba en este día. Observa la aurora naciente por el horizonte. Es una gozada, un placer y una experiencia que te ayudará a vivir este día espléndidamente.

Ante su luz y claridad, podrás ver los muchos errores que corren nuestros días por el mundo.
Te das cuenta de que cuando disminuye la fe en Dios, nacen las extrañas y peligrosas sectas como la hierba caída tras las primeras aguas otoñales.
Notarás también que hay una ignorancia respecto al tema religioso. Pero, en el fondo, toda la gente sabe de todo y de nada.
La secta ha surgido en el Japón, mata a la, gente con gases mortales. Y en otros sitios.

Y sin embargo, hacen sus plegaria a no se sabe quién. Hoy, lo sabes como yo, hay personas que van a los adivinos y adivinas para que les hablen del futuro; hay gente que cada día lee el horóscopo como si fueran dioses los astros y sus combinaciones en esos días en el amplio universo.

Hay gente que recurre a los psiquíatras y psicólogos para cualquier cosa.

Trabajé durante años al lado de un psicólogo, ¿Sabes lo que me decía? -Mira, muchos de los problemas que traen los pacientes son temas de conciencia y de su falta de fe.

¿No crees que el nivel de conocimientos religiosos debería guardar proporción con el nivel cultural de cada persona?
Los hay intelectuales en algunas materias y, sin embargo, en lo religioso se mantienen como niños.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“La dicha perfecta indica la solidaridad”(V. Hugo).

¿Dónde estás, amor mío? ¿Por qué te escondes detrás de todos, en la sombra?

- **No estoy en la sombra. Me encuentro a plena luz del día. Para mí la noche es como el día.**

¿Por qué?
Porque me he enamorado de la palabra solidaridad y de cuanto ella encierra de contenido.

No quiero brillos ni alharacas para hacerme notar. No me gustan los brillos personales.

Me encanta estar unido solidariamente a los hombres de todos los continentes.
No soy un solitario, sino un solidario. Y éste siente el susurro de cada cosa, de cada persona. Y está siempre en tensión constructiva por llevar una palabra de aliento a quien le haga falta; una ayuda material a un pueblo que la necesita urgentemente.

Me he casado con la humanidad, aunque te quiera como la flor preciosa que nace cada día en mi corazón, y me ayuda a lanzarme al amplio universo en donde, con letras de oro, se puede ver la palabra solidaridad.
Me siento feliz así. Ni soy dirigente, ni jefe, ni algo parecido. Dejo el relumbrón para personas que lo deseen.

Yo soy el gran colaborador de la Humanidad en mi silencio, en mi prestación rápida.
Mira, hay tareas que no salen a flote por falta de solidaridad. Cuando de noche voy al descanso o me levanto por la mañana, escribo en mi corazón abierto; solidaridad.

¡Vive hoy dichoso!

MOMENTOS DE PAZ

Cuado el trigo está en sazón hay que recogerlo

“El día afortunado es como un día de cosecha; en cuanto el trigo está en sazón, hay que apresurarse a recogerlo” (Goethe).

¿Qué te ocurriría si te cansaras de ser bueno? No seas de aquellos de quienes se dice: Mira, porque tiene pasta y riqueza ha dejado de ser bueno.
¡Vaya torpeza!- me dirás en tu interior.
Cuando sientas que el confort se adueña de ti y que vas lentamente dejando de ser afortunado en tu riqueza de valores interiores, pon una alarma en tu conciencia. Te vas deslizando por caminos peligrosos.

Mira tu hogar, tu vida entera como un océano para que tus buena sobras, el ejercicio de tu bondad nunca decaiga.
Enciende en tu vida hoy la lámpara de la fe y, desde ella, date cuenta de que todo cuanto haces en la oscuridad deviene pesimismo estéril.

Cuando notes a tu derredor que hay personas que se descuidan en la cualidad de ser buenos, enciende tu ánimo, dale rienda suelta a tu impulso vital para sembrar en los otros la exigencia y las nobles aspiraciones.
El otro día me contaba una joven trabajadora: he dejado de estar con alguna gente porque lo veían todo y lo enjuiciaban mal.

El cansancio de tantos exige un mayor esfuerzo por su parte. Es el tiempo adecuado y propicio para hacer el bien, el apostolado, el ejercicio sin desmayo y con ilusionada esperanza.

Pasarán los años. Y al final te preguntarás: ¿dónde estás, corazón mío¿ Estoy en tu pecho dando amor y vida a todos.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“No hay más que una educación, y es el ejemplo” (Gustav Malher).

Date a ti mismo la fuerza para levantar tu pensamiento sobre las mezquindades que te arrastran a dar mal ejemplo a los otros.

Date a ti mismo la energía para mantenerte a tono en tu indómita voluntad para que siempre brille en ti la luz del buen ejemplo.

Piensa este hecho. Le ocurrió a san Francisco de Asís.
Cuentan que este santo invitó a uno de sus hermanos a que saliera a predicar por todas las iglesias de un pueblo.

Francisco, en lugar de entrar en las iglesias, recorrió todas las calles saludando a la gente, hablando con las vecinas, tomando un vaso de agua aquí, un trozo de pan allá.

El hermano franciscano estaba algo aturdido. No sabía qué hacer. Pasadas unas horas, le preguntó a Francisco de Asís:

¿Cuñando predicamos?
Y Francisco, mirándolo con sus ojos suaves y dulces, le dijo:

“Hermano, volvamos a casa; ya hemos predicado”.

¿Qué habían hecho? Habían dado testimonio, ejemplo de modestia; habían contribuido, con su sola presencia entre la gente, a evocar la idea de trascendencia que, como frailes, significaban. No hacían falta muchos discursos.

Si eres padre, hijo, amigo/a, vive de la luz de tu ejemplo y no le comas el coco a nadie con palabras que no se corresponden con tu ejemplo.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

El chisme es como una avispa

“El chisme es como una avispa; si no puedes matarla al primer golpe, mejor que no te metas con ella” (Bernard Shaw)

El chisme, la murmuración, el rumor hieren tu corazón delicado. Tu vida es diáfana y transparente. Sin embargo, hay envidiosos que se empeñan en mancharla con el chisme, el lenguaje de gente superficial.

No le des mucha importancia. Está alerta para matarla al primer invento falso que hagan de ti. Matar significa apartarla de tu presencia por su indignidad en su juicio erróneo acerca de ti.

Pocas personas se salvan de esta agua pantanosas, de estas picaduras que tanto duelen.
Cuando te encuentres con alguien que dice: “No digas nada, pero me han dicho...dicen por ahí”...
Vienen con piel de cordero pero son víboras, avispas que van a picarte y a envenenar tu serena tranquilidad.

Date cuenta deque este tipo de personas existen. Y si eres un ser con algún ascendiente moral, público o religioso sobre los demás, debido a su cargo, los dardos del chisme se dirigirán contra ti todavía más envenenados.
Si eres un joven pulcro, te lanzarán picotazos para que tu dignidad- que tanto te cuesta mantener- se vaya al traste.

Es gente perversa que disfruta haciendo el mal.¡ Vaya tela!
¡Cómo para hacerles caso o prestarles atención!
El chisme alcanza su grado máximo de extensión cuando se propala por los medios de comunicación. Vete tranquilo al sueño ante chismes de gente que tiene el corazón reseco.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“El miedo viene siempre de la ignorancia” (Emerson).

Me echo a un lado para que pase el miedo imaginario que hay en yu mente. Su marcha veloz te deja relajado.
Ya vez que ha pasado y no te ha ocurrido nada, absolutamente nada.

Un viejo e ilustre profesor fue preguntado por un grupo de jóvenes: -¿Por qué tenemos miedo?

El profesor, con mucha parsimonia y meditabundo durante un buen rato, les dijo:
Mirad, vivimos en una crisis moderna bañada por el miedo; miedo de los de arriba y de los de abajo; miedo a la verdad y a sus consecuencias, miedo a decir con honradez en los mítines políticos la realidad cruda del pueblo o nación para que todo mejore.

Los jóvenes siguieron con el profesor. Le hacían preguntas que salían límpidas de sus corazones y mentes juveniles.

¿Qué ocurre cuando el miedo se apodera de vosotros?

Que os paraliza, os atonta, os enerva.
Mirad, hoy quien dice la verdad abiertamente ante la sociedad, le llaman carca, momia, carroza, anticuado. Y, en el fondo, son los únicos que no tienen miedo.

El miedo es un mal consejero para la vida. Si puede, te la detiene y la desarrollas a medio gas. La persona valiente y cultivada nunca siente miedo. La verdad vence al miedo, La mentira hace que florezca.
Me imagino que las palabras de este profesor te harán sentirte optimista y con coraje.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“Carácter Firme es el que puede pasar sin éxitos” (Emerson).

No me gustaría que fueras una persona a la que todos llamaran con el sobrenombre de la “persona de las disculpas”. De verdad te lo digo.

Veo asomar en tu boca la pregunta: ¿Y por qué?
Porque toda disculpa es el arma más inútil que puedas emplear para tu defensa.

Puede que desde pequeño te hayan enseñado el arte de disculparte cuando llegas tarde al trabajo o a la escuela; a la cita amical o profesional; cuando no haces bien las cosas...

Estudiando a fondo tus disculpas, te das cuenta de que en su raíz son mentiras claras la mayoría de las veces.

Se echa la culpa al autobús, al compañero, a la moto, al despertador...todo menos a ti mismo.

Y cuando alguien que te quiere sinceramente te advierte de tu error, tú recurres al tópico: Mire, déjeme tranquilo, no me coma el coco. Es que yo soy así.

Tú, que ahora lees esta reflexión, di lo contrario: No debo ser así. ¡Estupenda reacción!

Resulta cómodo achacar a un modo de ser lo que casi siempre se debe a falta de espíritu de sacrificio en el dominio de las pasiones.

¿Crees tú que los que llegan a tiempo lo hacen por puro placer? ¿Tan torpes los ves? ¿No son seres de carne y hueso como tú?

La disculpa indica un carácter débil y aprovechado.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“La admiración no interroga nunca: con admirar comprende” (Benavente).

Si admiraras el don de tus padres, no dirías nunca el tópico:”No me comprenden”.

Si vieras en tus amigos sus buenas cualidades, su parte positiva y les corrigieras a tiempo sus errores o fallos, nunca dirías: “ No me comprenden”.
Si dijeras a tu marido o esposa siempre la verdad y os admiraseis como el día de la boda, nunca diríais: “No me comprenden”.

Si tú mismo te admiraras más a ti mismo y te positivaras, nunca le echarías la culpa de comprensión a los otros.
Porque, si lo analizas bien, decir ese tópico es tanto como decir que el problema está en los demás y nunca en ti mismo.

Estás tan oscuro como la noche o la sima más profunda. Ciertamente que, debido a la diferencia de edad, de cultura, de comportamientos puede surgir algún instante de incomprensión.

Pero, ¿quién no se equivoca?
Tú miras las cosas desde el punto de vista en que estás situado.
Y desde este punto de vista, descuidas la admiración dela bondad y calidad de la otra persona. Mal hecho. En lugar de interrogar tanto, admira más y comprenderás mejor.

La sabiduría popular enseña: “ Dos no riñen si uno no quiere”.
Aplícate el cuento si lo necesitas.

Dos jóvenes, él y ella, se dijeron una vez después de muchas discusiones e incomprensiones: Vayamos cada uno por su lado. Nos falta admiración mutua y así nunca seremos felices.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“Es necesario seguir los caprichos de la fortuna y corregirla cuando se pueda” (Napoleón).

¡Animo! ¿Cómo te encuentras?
Te veo hoy como una persona que dice que lo poquito que tienes te vale para ser feliz.

En contraposición, al ir anoche al descanso habrás visto en la tele la suerte de la bonoloto, el número de la lotería nacional o la de los ciegos, Once.

Habrás mirado con atención el periódico para ver si has acertado la quiniela de fútbol la QH.

Toda nación pobre se inclina mucho por la suerte de la fortuna. ¿No sabes que estos ingresos de la fortuna dan entrada multitudinaria al fisco?

Te parecerá injusto pero es así. Hay una desmedida preocupación por la fortuna y la riqueza fácil fraguada a golpe de suerte.
¿Qué refleja esto?

Una mentalidad burdamente materialista. Y no solamente lo refleja sino que la fomenta.
Piensas que es muy normal y natural mejorar la fortuna,

Hay intereses más nobles a los que mucha gente no le dedica ningún tiempo. Y estos valen para siempre.
Prisionero, ¿quién ha forjado tu propia cárcel? Ha sido tu ambición. Corrige tu desmedido afán de loterías y de golpes de fortuna. Dedícate a fabricar tu presente y tu futuro con el arma del trabajo. Esto tendría que dar el Estado a todos, Y no fomentar inútiles golpes de fortuna.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La emoción más bella es la mística

“La más bella emoción que podemos experimentar es la emoción mística. En ella está el germen de todo arte y de toda verdadera ciencia... En este sentido me cuento entre los hombres profundamente religiosos” (Albert Einstein).

Seguramente que si no hubiera puesto el nombre del autor de esta frase, pensarías que se trataba de santa Teresa de Avila o de san Juan de la Cruz o algún otro místico de la Iglesia.

Pues mira por dónde, la pronunció uno de los científicos más grandes de todos los tiempos.

Ante el espectáculo deprimente que hoy ves en la tele- en que casi nadie habla de Dios y una buena parte se confiesa agnóstico, o porque viste en nuestra sociedad declararse así- este sabio científico nunca ocultó su admiración por la maravilla de la creación, huella inmaculada de la existencia de Dios.

Amigo/a, como la flores se abren al sol y provocan en ti poemas emocionales, sensibles, agradables...así toda la creación manifiesta su apertura al Creador, y nos está sugiriendo un mundo superior que nos llama e impulsa hacia arriba.

Tú, en tus ratos de reflexión apacible, te habrás hecho interrogantes sobre quién eres, de dónde vienes y a dónde vas.
Me imagino que – si tienes fe- sabrás que ahora eres una flor mucho más bella que la que ves, porque tu alma y tu cuerpo son morada en donde habita Dios.

Cuando tengas dudas en tu fe, cuando pienses que la religión ha pasado de moda, recuerda las palabras de Einstein. Admirar y sentir la belleza de las cosas y personas es un camino hacia Dios.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La muerte os espera en todas partes

“La muerte os espera en todas partes; pero, si sois prudentes, en todas partes la esperáis vosotros” (San Bernardo de Claraval)

En este momento, muerte, déjame entregarme sin lucha ante ti; no te tengo miedo; te espero en cada momento que vengas a mi.

Sé que desde que he nacido, me aguardas como una hermana cariñosa para llevarme a otra vida distinta. No entiendo cómo hay gente que te tema tanto, que te vea como una guadaña que cortas cabezas, que arrebatas vidas.

Pienso esta mañana, cuando veo anunciado en la prensa terremotos, guerras , atracos, terrorismo...que aguardas en cada esquina de la ciudad, en cada sístole y diástole que mueve mi corazón.

Te veo siempre como algo lejano, dicen algunos; como algo negro, horripilante que les ocurre a los otros, pero no a mí.
Son quienes sólo piensan en vivir en esta vida caduca. En el fondo, hermana muerte, piensan así porque no saben nada de las delicias de la nueva vida en cielos nuevos y en tierras nuevas.

Me esperas y te espero. Y de este intercambio surgen en mi mente esta mañana sentimientos nuevos acerca de tu presencia en mi.

Sé que teniendo fe, no eres el final del camino. Sé que tú eres un “paso” de zebra para cruzar a la otra orilla.

Sé que tu destino y tu trabajo es hacernos vivir.
Sé que tu paso por mi vida mortal en esta tierra, con esta familia, con estos hijos, con estos amigos es sencillamente un cambio de casa.
Cuando pienso en ti hoy, me doy cuenta de que me aferro demasiado a esta morada. Hermana muerte, te espero y me esperas.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

El que está derrotado nunca tiene razón

“ El que está derrotado nunca tiene razón; tal es la ley del mundo” (G.Bulwer-Lytton).

No llenes nunca tu corazón de silencios de derrotas; no dejes nunca que la duda sacuda las fibras de tu alma; no permitas nunca que te enrollen las olas de la tormenta marina.

Si te entregas, sin duda alguna te sentirás derrotado. Vive cada instante como si fuera el último de tu vida. Pero vívelo luchando sin descanso, todo tu afán.

Tienes posibilidades inmensas, apasionantes.
Había un niño que se quedaba extasiado viendo a sus amigos estudiar. El se hacía cada día muchos planes para emularlos. Pero nada. SE aburría en seguida.

Quien sabe si tú mismo te habrás dicho más de una vez esta expresión: “Eso no es para mí; ¿quién me manda meterme en líos?”

Y te echas para atrás. Y no tienes razón. La gente juzga mal porque te falta el espíritu emprendedor en tu existencia que dormita en los laureles del fracaso y no del triunfo o éxito personal.

Una pareja de enamorados se prometió y juramentó algo sumamente importante para su vida presente y futura: “ No ser nunca mediocres en su vida de relaciones”.

Han pasado varios años. Siguen felices como siempre. Ambos luchan por mantener alta la victoria contra el derrotismos y los fracasos.
El Evangelio de Jesús es muy tajante cuando afirma: “Todo es posible para quien cree”.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La primavera acabó de florecer y se ha ido.

“La primavera acabó de florecer y se ha ido. Y cargada de vanas flores marchitas, espero y tardo” (Tagore).

Te veo exultante de alegría, como la azucena que grita en el jardín que ella es la imagen del niño puro.
La primavera de los momentos en que todo te iba bien se ha marchado durante unos instantes. Ti, sin embargo, crees que va a durar una eternidad.

No, tranquilo. No te impacientes. ¿No sabes lo que es la prueba?
Es un estado que todo ser humanos padece para entrar en un trabajo, para pasar unas oposiciones...

Tras la primavera que se ha ido, vendrá el dorado verano en que las mises, ya maduras, se cosechan en los campos para alimento de personales y animales.

Si no hubiera habido primavera, no podría haber madurado nada.
Esta es la palabra clave: maduración.

Si no tienes nunca pruebas, jamás podrás sentirte acrisolado como el oro.
Que te conste que es la pura verdad.

Tú creces en tu mundo interior y lo fortificas en la medida en que superas las dificultades y vas viendo la prueba como algo sustancial que plenifica tu modo de vivir.

Decía un soldado a otro: ¿En qué nos diferenciamos? Y uno de ellos contesta: en que tú sabes llevar a cabo con elegancia las pruebas del sargento y yo no las aguanto. Tu vida en el cuartel te va muy bien. Eres un joven de finura y de valores espirituales. Yo soy una m. Porque tan sólo hago lo que me gusta.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“El sentido común es poco común” (Greely Horace).

Había una pandilla de amigos y amigas. Solían hacer una prueba de trato, cortesía, buenos modales y un test para ver si tenía el nuevo aspirante cualidades normales, pero ante todo y sobre todo, sentido común.

No creas que hay mucha gente con sentido común. Incluso existen personas con carreras brillantes que no lo poseen.
¿No te das cuenta en esta etapa de crisis de valores cómo se tiende a generalizar, a etiquetar a la gente, a uniformar modas, lenguaje y gustos musicales?

A este grupo de amigos del que te hablaba al principio, le hacían duras críticas por hacer un test de entrada.

Sí, hoy se critica todo venga o no venga a cuento. No se distingue entre lo que hay que renovar y lo que hay que mantener.

Hay cierta juventud y adultos que quieren sobresalir por el prurito de su originalidad. ¿Crees que es originalidad ir vestidos todos de negro, con pendientes en casi todo el cuerpo?

Pues para ellos sí que lo es. Intentan protestar contra los otros y contra todo. Desean que les miren por las calles. Gozan de esta forma.

Los hay que levantan barreras tan altas que nadie puede atravesar. Pero ellos, en su vida particular y grupal, se levantan contra todo: la religión, la política, lo militar...
Hay quienes piensan que todo está permitido con tal de que no vaya con su forma de pensar. ¿Ves? No hay sentido común. ¿Cómo anda el tuyo? Espero que bien. ¡Enhorabuena!

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Mis pensamientos y mi imaginación

“Menudos pensamientos míos, ¡con qué rumor de hojas suspiráis vuestra alegría en mi imaginación”! (Tagore).

Te saludo hoy en el castillo sagrado de tus pensamientos. El murmullo de las hojas del bosque cercano me llevan a ti.

La corriente fresca de la cascada, con su blancura de nieve, acercan mis pensamientos a ti. Los nubarrones que cubre el cielo de este frondoso bosque encienden mi imaginación en vuelos silenciosos, suaves, impasible que me transportan a tu vera, a tu presencia.

Tú no la notas, pero estoy cerca de ti. Desde el tecleo del ordenador, presiento que tu alegría crece cuando recibas estas palabras que nacen del corazón y que, directamente van dirigidas al tuyo, como el perfume de una flor comunica el suyo propio a las otras flores.

¡Qué bello e imaginativo es viajar de mi hacia ti!
No cuesta nada: basta simplemente descubrir el poder de asombro que tiene la sensibilidad cuando se pone a descubrir seres que, aunque lejanos y desconocidos, los tienes junto a ti.

Escribía un hijo a su madre: Mira, madre querida, es tanto lo que te amo, que continuamente estás en mis pensamientos, en mis anhelos y en mis esperanzas.

El otro día, madre, cuando vi a mi futura mujer, sólo pensaba en ti. Quería verte en ella sencilla, amable, entregada, sacrificada y alegre. Su imagen, su belleza y su amor me conducen al puerto dichoso que representas tú para mi. Suspiras y suspiro yo por ti y tú por mi.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

¡"El que lleva su farol a la espalda, no echa delante más que su sombra!" (Tagore).

Cuentan que un joven caminaba de noche por un bosque sombrío y oscuro. Se quejaba de que no veía nada por delante de sus ojos. Tropezaba a cada paso. Se metían entre zarzas que le punzaban los pies y los brazos. Sangraba y lloraba de rabia porque no veía absolutamente nada.

En esto que un pastor se despertó ante sus gritos. Vio que llevaba una lámpara encendida a sus espaldas.

Se acerca al joven y le dice: ¿Cómo no llevas la lámpara en la frente en lugar de las espaldas?
El joven frunció el ceño, se sonrojó de vergüenza y le dijo: Mire, no me había dado ni cuenta.

¿No te suele ocurrir que no ves la luz radiante de tu vida, la de otras personas y la de la naturaleza?
Sí, a veces me ciego tanto que me encierro tanto en mi mismo que no acierto a ver nada fuera de mi.
La luz de la estrella nocturna y diurna que llevas encendida siempre en tu corazón debe servirte para orientarte.
Hace falta que sepas emplearla para iluminarte a ti y a los otros. No seas nunca un ser de tinieblas.

Hay mucha gente que espera de ti buenas palabras, lindas orientaciones.
No te quedes encerrado en tu fortificación.
Dicen que el matrimonio es parecido a una fortaleza. Quines están dentro quieren salir. Y quienes están fuera quieren entrar, Lleva luz siempre en ti.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Las hojas saben responder a la tormenta

"¿ No ves cómo nosotras, las hojas rumorosas, sabemos responder a la tormenta? ¿Quiñen eres tú, di, tan callada – Yo no soy más que una flor" (Tagore).

Alguien puede hacerte esta pregunta u otra parecida. Ten la mente abierta y el corazón despierto para responderle con la misma naturalidad de una flor.

¿Qué dirías, en breves palabras, de ti mismo, de ti misma? Posiblemente sólo dirías dónde vives, tu número de DNI... y pocas cosas más.

La propia naturaleza, cuando uno la observa de cerca y sintiéndola, da respuestas para todo.

¿No has visto cómo los pájaros cuando se avecina una tormenta se ponen nerviosos buscando un refugio?
Pasaba todos los días a la misma hora una joven por la calle. Su porte gentil, sus cabellos desplegados al viento, el ritmo acompasado de sus pasos y el movimiento de su cintura grácil suscitaban la admiración de los transeúntes.

Ella, sin mirar a nadie, continuaba su paso casi marcial.

Hasta que un día, un joven, prendado de su hermosura, se le acercó y le dijo:¿Por qué no miras nunca a nadie?- Porque cada mirada se clava en mi interior hiriéndome por la falta de delicadeza que observo- aunque no os deis cuenta- en la gente. ¿Quién eres? Ya ves. Un joven que espera ser amada y comprendida en todo su ser y no simplemente por mi aspecto externo.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“¡Búscate, hermosura, en el amor, no en la adulación del espejo”! (Tagore).

La hermosura enriquece tu vida. Cuando te encuentres duro y seco en tu corazón, admira la belleza proveniente de Dios y de tus padres.

Cuando algún día te vengas abajo y lo veas todo oscuro, levanta los ojos al cielo y dile a Dios:¡ Gracias, Señor, qué bien me has hecho!

Cuando el tumulto del trabajo levante sus ruido y no llegues a verte hermosa, no se lo digas al espejo, díselo al sagrario de tu conciencia.

Dos jóvenes, a cual de ellas más bella, discutían acerca del impacto que provocaban en los chicos cuando las veían pasar.
Una de ellas decía: Mi cuerpo es como una alta espiga que se mueve alegre en el trigal por la brisa de primavera.

La otra le respondía: Mi cuerpo es como una roja amapola que, en medio del trigal, da contraste y embellece con su color la monotonía dorada de las espigas.

En esto que se acerca un anciano y les dice: Las dos sois guapas. Miradme a mi: Cuando era joven todo el mundo me admiraba. Ahora que soy anciano también me admiran porque soy prudente, sabio y elocuente.

He buscado cultivar todo cuanto Dios me ha dado. Es a él a quien adoro cada día en plena naturaleza.

Huyo de la adulación falsa del espejo. Mi espejo son las buenas obras.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“Dios no espera respuesta por el sol ni por la tierra, sino por las flores que nos envía” (Tagore).

¿No sientes en tu alegría el latido del corazón de Dios?- le preguntaba un gurú a su discípulo.- No maestro. Todavía no estoy preparado para escuchar la voz de Dios y su mensaje en mis entrañas.

Tranquilo, no te impacientes. Te queda mucho camino por recorrer en tu perfección. Maestro, ¿cómo hacerlo pronto?

Mira, no te impacientes, re repito. A partir de mañana, le dijo el gurú, vete cada día dos horas a la montaña. En su altura cierra los ojos. Escucha el viento, escucha el vuelo de las águilas sobre tu cabeza, acerca tu nariz a percibir el olor de las flores.
El joven hizo este ejercicio durante varios meses. Una tarde se acerca al maestro y le pregunta: Examíneme para ver si ya noto el latido de Dios en mi corazón.
¿Has dejado tu mente en blanco? ¿es Dios tu gran preocupación? ¿Amas y sientes la naturaleza?

Sí, maestro.
Cuénteme alguna experiencia.
Mire, el otro día, estando en la altura y con los ojos cerrados. Comencé a llorar de emoción. ¿Qué me pasa?-me preguntaba.
Y en esto que oigo la voz del águila, el silbido del viento el perfume de las flores, Y, sin darme cuenta, comencé a camtar: Dios me ama, Dios me habla. Dios me envía su mensaje a través de los signos que él ha creado para recreo de mis ojos y sentidos, y para que en ellos vea sus huellas.

El maestro le dijo: Discípulo, has aprobado.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“Mi corazón abre sus olas en la orilla del mundo y le deja puesto con lágrimas. Te amo” (Tagore).

Estas palabras poéticas son tan bellas como tu vida. Sí, no muevas la cabeza en señal de desaprobación. Te veo como una persona abierta como flor perfumante a todo el mundo.

No hay escondites en tu corazón; no hay acepción de personas; no hay rechazos ni amiguismos exclusivistas; no hay fronteras que obstaculicen el paso de otros a tu insondable riqueza.

El mundo se te queda chico porque tu corazón es más grande que él. Cuando atraviesas aduanas, me imagino que sientes como yo una gran molestia. No tanto física cuando psicológica.

Me encontré una vez una cartera. La abrí. Era la foto de una joven inglesa. Miré su cara, su carné de identidad. Junto a él llevaba otro personal. Me causó curiosidad. Lo leí detenidamente.

Me quedé admirado cuando pude leer esta frase: “ Mi nombre es amor”.
Cuando tu corazón sea grande, se abrirá a las orillas de otros mares, de otros mundos y de otros seres.

Y cualquiera que te encuentre podrá decir al verte: esta persona me ha dejado lo mejor de sí misma: sus lágrimas sentidas y las palabras: Te amo.

La joven inglesa había captado la esencia y el “quid” de la vida.

¡No te parece?

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“Cual si fueran anhelos de la tierra, los árboles se ponen de puntillas para asomarse al cielo” (Tagore).

Espero que te gusten estas palabras y la realidad que encierran. Te siento como uno de esos árboles que, en un grandioso deseo de perfección personal, anhelas asomarte al cielo para , desde él, contemplar todas las bellezas que hay en torno tuyo.

Si has leído el libro “Juan Salvador Gaviota” o has visto la película de igual título, te habrás dado cuenta de la lección de la gaviota que se independiza de las otras.

La razón de su independencia es porque está cansada de volar bajo. Siempre a la altura de los acantilados o de los barcos que surcan que el mar.

Ella, como tú, en un verdadero deseo de apartarse del mundo de la carroña y de la mediocridad, emprende vuelos nuevos, distintos...

Las otras no aceptan su independencia porque la ven diversa. Cuando vueles alto, verás las cosas de forma diferente. Las observarás bajo el prisma y el telescopio de la perfección.

Tu vida cambiará de forma total. Será nueva y viva como los cipreses que, con su altura y su copa afilada, miran al cielo en el camposanto.

Cuando notes que has escalado grados de perfección, entonces, sólo entonces darás la flor de tu corazón a otros corazones.
No creas que es difícil: basta que salgas del mundo consumista que te envuelve por todas partes.

El ansia de perfección y de asomarte al cielo te colmará de felicidad mucho más que los mejores electrodomésticos.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

”El pez es mudo en el agua; la bestia, ruidosa en la tierra; el pájaro, cantor en el aire. Pero el hombre tiene en sí la música del aire, el alboroto de la tierra y el silencio del mar” (Tagore).

Como persona enamorada de la naturaleza, te invito este día a que te unas totalmente a ella. Sal de tu casa- si puedes- y siéntate junto a la ribera fresca del río.

Con los ojos cerrados a ratos ay abiertos oras veces deja que la corriente del río, su ruido y su frescor vayan entrando paulatinamente en tu interior.

Si un pájaro canta en los álamos cercanos, graba en tu casette su canción natural. Después, óyela varias veces al acostarte. Será una experiencia gratificante: ver que la naturaleza real está cerca de ti.

Pero sin duda, más que los elementos externos a ti, contempla tu vida al contacto de la tierra y mirando el firmamento azul.

¿Qué es todo eso en comparación con tu grandeza?

Nada. Lo dice la Biblia: “¿Qué es el hombre para que fijes en él? Lo has creado poco inferior a los ángeles”.

Te darás cuenta de tu magnificencia, con humildad, porque en tu vida va encerrado el universo entero. Eres el rey o la reina de la creación.

¿Cómo demuestras tu realiza natural?
Un león le decía a un hombre:- Soy más fuerte que tú y te puedo matar si no llevas armas.
Y el hombre le dice: Yo soy más grande que tú porque puedo ver cada día al Creador de todo. Y el león se quedó mudo.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Mi corazón se mustia en silencio

“Mi corazón se mustia en silencio, y no sé por qué. Son cosas pequeñitas que nunca pide, ni entiende, ni recuerda” (Tagore).

¡Animo!, amigo/a. El tesoro de tu corazón lo llevas en un cuerpo frágil. De eso eres consciente. No lo olvides.

Cuando percibas, aunque sea de lejos, que tu corazón está turbado, envíale la brisa suave del amor y de la comprensión de quien te entiende y te quiere.

Cuando no sepas realmente por qué te pasa lo que te pasa, acude al amigo/a verdaderos, a tus padres, a tu director espiritual para que salgas cuanto antes de ese estado de rareza que te asola y te turba.

Fundamentalmente, ya ves que no son cosas grandes, sino pequeñitas. Era una persona de gran corazón. Todo el mundo acudía acudía a ella para buscar consuelo a sus penas sentimentales.

Un día, ante una de esas personas que iban a verla, le dijo: ¿Sabes qué te ocurre?

¿Qué?- contestó la visitante.

Tienes un corazón tan grande que es capaz de amar a mucha gente a la vez y, sin embargo, lo has metido en la cárcel. Y así lo tienes: sofocado, reprimido, falto de aire y de horizontes universales.
¿Qué hacer, pues?
Desde hoy mira al cielo muchas veces al día. Y tras mirarlo, vete corriendo a consolar a quien te necesite. Eso es todo. Ya verás cómo recordarás siempre que tienes un corazón dentro de ti y que puede ser tan grande como desees.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Tu ídolo se ha deshecho en polvo

“Tu ídolo se ha deshecho en polvo, para que sepas que el polvo de Dios es más grande que tu ídolo” (Tagore).

Las canciones de tu ídolo eran pura melodía que se llevaba el viento. Su musicalidad, su timbre de voz, su aspecto físico, sus movimientos, nos obstante, hacían que fijaras tus ojos en él continuamente.

Tus amigos y amigas bailabais al ritmo que marcaba la orquesta. De vez en cuando dabas gritos de admiración por tu cantante preferido en medio del césped del estadio abarrotado.

De esto hace ya algún tiempo.
Ahora, pasados aquellos años juveniles, te das cuenta de que tu mito no era tal y como tú te lo creías.

Te habías enamorado de una persona de carne y hueso.
Una chica vivía loca en casa. Traía a toda la familia al retortero.
Quería ir a ver las películas de James Dean o Paul Newman (hace ya años) y verlos en persona incluso haciendo largos viajes.

La madre, desesperada, le dio permiso para ir a verlos. Cuando los tuvo delante, no respondieron a todas sus ilusiones.

Ahora comentaba la madre a su hija: Ya ves, hija mía, James Dean ha muerto joven. Ya es polvo bajo tierra.
Y Paul Newman sigue vivo. Es un gran actor pero para tu edad no va.

¿Sabes lo que me ha ocurrido a mí?
¿Qué madre?
A fuerza de luchar me he dado cuenta de que tan sólo vale Dios en mi vida.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“Será como un árbol plantado al borde de una acequia” (Salmo 1).

Te habrás preguntado muchas veces que andas falto de felicidad en tu corazón.
Ella huye de ti porque no sabes buscarla, y si la encuentras y no la tratas bien, se va de la mano como el agua escurridiza.

Me imagino que no entiendes a la gente que dice que es feliz porque tienen acumuladas en su casa muchas joyas, muchas riquezas y mucha fama.

Si los observas de cerca, te darás cuenta de que andan inquietos, turbados y pensando siempre en la adquisición de más medios materiales.

Una persona feliz es aquella que se ha sentado en la fresca acequia de Dios; se ha desapegado de muchas cosas inútiles y se ha centrado en el arco iris de los valores trascendentales.

Feliz es aquel que se ha metido y bañado en la corriente vivificante de Dios para hacer su voluntad siempre enriquecedora, y se olvida de su mundillo personal.

Alguien, muy comprometido en la vida propia y en la de los otros, decía con todo aplomo: “He descubierto la felicidad por el camino fácil una veces y difícil otras pero sabiendo siempre dónde está mi camino”.

Cuando lo encontré viviendo la pobreza libremente aceptada, y renunciando a consumos tontos, caí en la cuenta de que casi volaba por este mundo.
De la hoguera de mi corazón brotaban llamaradas de amor limpio y desinteresado. Y en mi pensamiento tan sólo brillaba con luz propia la felicidad.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La tenacidad vence a la razón

“En la conversación, como en la guerra, basta resistir un cuarto de hora más que el adversario. La tenacidad vence a la razón, a la ciencia: reduce al adversario al silencio por medio del aburrimiento” (André Maurois).

Este día estás decidido a cumplir con todo lo que tienes que hacer. El mismo tiempo te invita a que seas una persona que quiere alcanzar lo que puede. Ya sabes eso de que querer es poder o viceversa.

¿Te has parado alguna vez a pensar en la energía que late en tu voluntad?
La mejor forma de emplear esa energía que acumulas en el interior de tu ser, es, sin duda, la tenacidad.

Me quedé admirado en los Juegos Olímpicos de Barcelona contemplando la tenacidad de los minusválidos. Parece que rendían más que los mismos atletas que estaban en condiciones físicas normales.

Da pena ver a gente con buenas cualidades que fracasan en la vida, y a otros- mucho menos dotados- que triunfan.
La clave está en la voluntad que no hace concesiones al mariposeo, ni está a merced del viento como la veleta del campanario.

En tu campo personal ocurre lo mismo: si eres constante vences siempre al adversario. Al menos terminas por aburrirlo y de esta forma cede.
No digas nunca “eso es mucho para mí, yo no puedo”.
Una persona elegante como tú, jamás pronuncia la palabra “no puedo.”
¿Cómo has logrado escalar ese puesto en la sociedad?- le pregunté a un amigo. Y me contestó: A fuerza de constancia.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“No puedo perder el tiempo en ganar dinero” (Jean Agassiz, naturalista suizo).

No dejes al tiempo lo que tú mismo puedes hacer hoy. Piensa un instante y verás qué rápido pasa el tiempo. Es tan bello que incluso ejerce un poder lenitivo sobre el dolor y la preocupación.

El tiempo todo lo cura. Ten en cuenta que no es imposible aliviarse uno mismo de los pensamientos dolorosos que el tiempo se encargará de borrar.

Recuerda que tus penas y preocupaciones de hace tan sólo pocos años. ¿Qué queda de ellas? Solamente un recuerdo borroso.

El tiempo te toma de la mano y te ayuda a dar un paso más allá de la aflicción. Al “depre” todo le parece imposible.

Tampoco hace nada por ayudar y colaborar con el tiempo.

Discutían dos estudiantes entre sí. Uno decía: Me queda poco tiempo para todo. El tiempo es para mí oro y, como tal, lo aprecio y lo estimo. Las cosas me van bien porque yo paso por el tiempo y no él sobre mí.

El otro, un fracasado, decía que no tenía tiempo para nada.
No sabía sacarle rendimiento a sus horas de estudio.

S sentaba y el tiempo pasaba por él. Su mente estaba desconcentrada y no se fijaba en nada.

Su imaginación volaba por los cuatro puntos cardinales. Se le habían pasado las horas y no había aprendido nada.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“Carpe diem” (Vive el momento)

Pienso que habrás visto la película “El club de los poetas muertos, de Peter Wier. Ha sido y seguirá siendo una gozada por su canto a la libertad creativa de los alumnos, por su espíritu cercano entre profesor y alumno.

La palabra clave que el profesor inculca a cada alumno es la frase latina. Ellos toman conciencia de esta realidad hasta tal punto que se sienten felices estudiando y trabajando a placer.

Te diría que vivieras cada día como si fuera el último del que dispones para ser feliz, para gozar y aprovechar el tiempo intensa y profundamente.

Si hoy te dijeran que es el último día de tu existencia y tu último momento, ¡cómo lo gozarías de una forma diferente!

¡Con cuánta dulzura tratarías a tu mujer, marido, hijos, amigos y amigas al saber que en pocas horas tienes que dedicarte a lo fundamental!

¿Ves? Este día te abro un paisaje inmenso, cromatizado de colores, de personas y de asuntos.

NO te centres mucho en las caras que ponen los otros. Piensa sobre todo en ti mismo para que hasta el último suspiro sea para ti una conclusión dichosa de cuanto eres y has hecho en tu paso por el reloj del tiempo que se te acaba.

Vive este día alegre. No te hundas en tristezas que te minusvaloran.

Sé fuerte y decidido. Aprovecha el momento. Huela la flor de tu vida mientras la tienes en tus manos.

¡Vive hoy feliz!

MOMENOS DE PAZ

Saber envejecer es la obra maestra de la vida

“Saber envejecer es la obra maestra de la vida, y una de las cosas más difíciles en el facilísimo arte de la vida” (Henri-Fréderic Amiel, filósofo suizo).

El abuelo y su nieto estaban ingresados en el hospital. Habían sufrido un accidente grave que les llevaría a los dos a la muerte.

El abuelo decía: No quiero morir ahora. Me quedan muchas cosas que hacer en esta vida. Esta me debe más años. No me los puede quitar.

Su queja se quedaba en la habitación doliente del centro sanitario. La vida no nos debe nada. Esta deuda no existe.

El nieto, por el contrario, le decía al abuelo:
Mire, abuelo, soy mucho más joven que tú. Le he arrancado a la vida todo el jugo bueno que encierra en sus entrañas.

Ahora, ya a mis 20 años, puedo dormir tranquilo en la paz de los justos.
Sé que cuando me llegue el instante final, me voy al camino de la otra felicidad habiendo disfrutado de la que he encontrado en esta vida corta y efímera.

Y aunque he vivido después de ti, la vida es la misma para los dos.
La vida, abuelo, es una pista de lanzamiento paraque la vivamos bien el tiempo que ella nos concede gratuitamente.

No andes, abuelo, con tantas quejas.
Aprovecha estos últimos días de tu vida para serenarte y emprender el viaje sin retorno al paraíso.
Los oyentes se quedaron atónitos ante estas palabras de un joven creyente.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“El insensato dijo en su corazón: No hay Dios” (Salmo 104).

Habrás encontrado en tu vida gente insensata.
Normalmente es la que busca los placeres hasta el extremo, y al final se da cuenta deque su vida está repleta de decepciones.

Se ha entregado durante sus días a vivir mal. Para el insensato sólo cuenta la pasta, el placer de todo tipo y montárselo lo mejor posible aunque sea indigno.

Claro está, a veces la conciencia le remuerde.
Solución: echar fuera de ella la idea de Dios diciendo que no existe.

Por el contrario, el hombre sensato-como tú- trata de evitar los males y hace de su vida un homenaje a la dignidad, al esfuerzo, a la grandeza de su pueblo, de los suyos y de su persona.

El sensato se encuentra satisfecho realizado durante el tiempo que pasa aquí en esta existencia.

Ya sabes que la presencia del sabio y del sensato evita muchos males, muchas tragedias. Y es la pura verdad.

Es el pago a todo cuanto ha hecho por los demás.

Para el hombre sensato todas las cosas son puras, limpias, hermosas como los amaneceres del sol por la playa o la nieve que purifica los picachos de las altas montañas.

¿Eres sensato? ¡Claro que sí! ¡Enhorabuena!

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“Si deseas que tus sueños se hagan realidad, ¡despierta” (Ambrose Bierce).

Te invito a que despiertes en este lindo día que te va a ofrecer tantas cosas buenas.

Unicamente despierto, podrás apreciarlas y gozarlas íntimamente.
Por ejemplo, hoy puedes hacer un ejercicio fenomenal mientras que tus Se recrean en alguna maravilla que te capte y que te llame la atención.

Consiste en decir todo lo bueno que veas y que sepas de los otros.
No intentes juzgarlos. Quédate simplemente en el hecho de contar cosas buenas.

Pronuncia solamente palabras constructivas, aunque tengas que morderte los labios alguna que otra vez.

No digas nada que sea negativo o destructivo.
Tampoco permitas que te narren cosas malas de alguien.

¿Crees que esto es hipocresía? No. ¡Qué va!
Es pura sinceridad de la buena. Quien habla mal no es sincero. Se deja en su interior lo bueno que hay en la otra persona.

Hay gente rastrera que va husmeando lo negativo para lanzarlo a los cuatro vientos.
Quien habla mal es porque así pretende quedarse por encima del que habla bien.

Es lo del Evangelio: “Vino la luz y no la recibieron, pero sí las tinieblas, es decir, el mal”.
Decía un amigo mío: Desde que hablo bien de todos, todos me quieren.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“La lengua es lo mejor y lo peor que poseen los hombres” (Anacarsis).

El comediógrafo francés Jean Anouilh comentaba en cierta ocasión estas palabras que te pueden venir muy bien:” Yo sólo amo una cosa: hacer el bien que tengo que hacer”.

Cuando este día comience a sembrar de luz la tierra con la salida del sol, lánzate a la aventura de mejorarte a ti mismo.

Esta empresa es fundamental. Mejor que intentar mejorar a los otros. Ya sabes que con los demás hay una regla que no falla: trata de imitar lo bueno que tengan porque hacerles mejores es harina de otro costal.

La victoria sobre ti mismo es siempre posible.
La victoria sobre los otros es imposible casi siempre.

Dedícate a tu propio mejoramiento y ya verás qué a gusto te sientes. Decía un periodista: “Antes de comenzar a narrar las noticias de la actualidad, hago cada día examen de conciencia de mí mismo para que mi vida no se pierda en la barahúnda de tanta entrevista, rueda de prensa, artículos, conferencias de prensa, comentarios y editoriales”.

Cuando he hecho este análisis de mí mismo, es cuando me dispongo a salir al ruedo de la actualidad.

Y desde que hago este ejercicio fundamental, me encuentro relajado, enfoco mejor las noticias, las pienso mejor.

Sé, como afirma el filósofo Anacarsis, que mi lengua es menos viperina y hablo con más moderación y discernimiento.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“ La mayoría de las personas gastan mas tiempo y energías en hablar de los problemas que en afrontarlos” (Henri Ford)

Me parece te estoy viendo, posiblemente preocupado por los problemas que tienes. ¡Anda ya! No les des más vueltas.

Con esto no quiero decirte que te despreocupes de ellos. No.
Lo que sí intento manifestarte es que la energía mayor que debes desarrollar en tu ser entero consiste en afrontarlos con todas tus fuerzas.

Tu problema lo tienen muchas personas, o lo han tenido, Pero ya lo han resuelto.
¿Sabes en dónde está la dificultad? Lo sabes sin duda. La dificultad reside, no en el problema sino en ti,

Todos creen que su problema es el más importante y el más grave. Los otros creen que no lo tienen. Positívate.

Mira que hay solución para todo, menos para la muerte. E incluso ésta, como ya te he comentado en otros momentos de paz, no es negación de vida sino apertura a una forma nueva de existir.

Un empresario estaba todos los días quejándose de sus trabajadores. Les pagaba mal. No lo trataba bien casi nunca.

Hasta que un buen día tuvo la iluminación de reunirlos a todos, hablarles y comunicarles que la empresa era cosa de todos: para su funcionamiento y para sus beneficios.

Desde aquel momento la empresa prosperó, todos estaban contentos y la dificultad económica que se cernías sobre ella como una espada de Damocles, se solucionó perfectamente.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“Más se unen los hombres para compartir un mismo odio queun mismo amor” (Benavente).

Cuando en tu vida hayas visto a una persona que tiene odio en su corazón, habrás sentido miedo, repugnancia, asco, desazón, intranquilidad y peligro.

Odiar es un despilfarro del corazón. ¡Qué pena!

Tienes un corazón rojo que te da vida en cada instante. ¿ No es una torpeza mayúscula dedicarlo para odiar en lugar de para amar?

No malgastes el tuyo así. Te arruina, te emponzoña, te atonta y te hace la vida insoportable.

El odio puede causarte daño a ti y a las personas que son el objeto de tu mala acción.
Si eliminas el poco odio o antipatía que hay en ti, se destruye y, a su vez, vas creando en ti espacios nuevos y abiertos de amor, de cordialidad...

Ten en cuenta que el odio también puede adueñarse de tu mente y cegarte para presenciar bellamente la realidad de esta vida.

Un criminal moría de pena en su celda de castigo. Entonces fue un sacerdote a visitarle. Le habó deque el odio era una tontada y una estupidez que tenía que desechar cuanto antes de su vida.

El prisionero amargado, al oír las palabras del sacerdote, reaccionó positivamente, El cura fue claro. Le atacó por lo que más le dolía. Sin embargo se dio cuenta deque sí lo era mientras mantuviese guardado en su corazón el odio. Habló más veces con el capellán y emprendió una vida nueva.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“Todos vivimos bajo el mismo cielo, pero ninguno tiene el mismo horizonte” (Konrad Adenauer).

Cada ser humano, como tú, está llamado a trabajar y a realizarse en esta vida del mejor modo posible.

Hay gente que piensa que su realización consiste en alcanzar dignos y altos puestos en la Administración; ganar dinero, tener una mujer e hijos y atiborrarse de bienes.
Tus horizontes son distintos a los míos. Y está bien.
Pero lo que quiero decirte hoy es que sea cual sea el horizonte en el que se desenvuelve tu vida, ten en cuenta que te a costar.

Pero, ¿y las satisfacciones que vas a experimentar?
Son muchas y nadie las conoce mejor que tú mismo.

Descubrir la verdad de ti mismo puede tener la misma emoción que la de encontrar un tesoro riquísimo.
¿sabes cuál puede ser una gran verdad que asumas y asimiles para tu bien?
Es ésta: Todo el que trabaja sin cesas recoge algún día el fruto de su trabajo: todo el que persigue constantemente y con diligencia un fin, consigue algún día el fin se había propuesto.

Te interesa mucho escoger un camino y un horizonte buenos.
De esta manera te sobrarán preocupaciones acerca de lo que sucederá mañana.
Lo que está haciendo hoy condiciona tu futuro.
Un joven discotequero llegó a sus a30 años. Ya parecía mayor metido en la discoteca. Todos sus días iba a ellas como si fueran templos. Ahora, decía, no tengo presente mi futuro.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Para hacer fortuna hay que aparentar ser rico

“Si dais la impresión de necesitar cualquier cosa no os darán nada; para hacer fortuna es preciso aparentar ser rico”(Alexandre Dumas).

No deseo que seas una persona que anda tras la búsqueda tonta de la apariencia.
En la sociedad hay un impulso fundamental: el deseo de parecer importante aunque no se tengan cualidades para ello.

La misma política nos ofrece a personas incompetentes para cargos que les vienen largos.
Pero no importa. Si se tiene el carné del partido político, basta.

La apariencia que reina en el mundo debe ser para ti estímulo para ser y no para aparecer.

A ti personalmente te gusta más la primera parte de la afirmación del escritor francés que no lo que ves a diario ante tus ojos, llenos de luminosidad.

¡Conoces esta historia? Te la digo.
Un político había llegado a la escala superior de los mandos de la nación.

El pueblo estaba rabiosamente descontento con sus actuaciones y desinterés por el pueblo. Este reaccionó en contra suya.

Entonces, el estúpido del político, les dijo: Me tenéis envidia porque he escalado este puesto a dedo. El partido, viendo mis buenas cualidades, me ha nombrado para este cargo.
Si lo hago mal, os aguantáis. Yo obedezco las órdenes a ciegas. El pueblo se echó a reír en su misma cara. Enfadado por tal actitud, los recriminó diciéndoles que ninguno era tan superior como él. Y les mostraba el carné del partido para aparentar más.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“El pesimista sabe rebelarse contra el mal; sólo el optimista sabe extrañarse del mal” (Chesterton).

Contempla en este día el bello amanecer que se abre ante tu vista.
Es un poema lindo de esperanza para tu vida que, dentro de nada, va a comenzar su trajín en el trabajo.

Te siento a mi lado feliz porque me doy cuenta de algo importante: eres una persona que ha descubierto uno de los secretos hermosos de la existencia: el cultivo del optimismo.

Si has convertido el optimismo en costumbre, te levantarás o irás a la cama con buena disposiciones, con ideas alegres.

Puede que veas a gente que hace el mal. Te vas a sentir un extraño ante ella.
Sin embargo, jamás permitirás que se adueñe de ti o ni siquiera que entre en tus pensamientos y anhelos de superación, el parámetro que marca y dirige el timón de tu vida.

Una madre, al levantarse cada día, despertaba a su marido. Los dos hacían, mirando a la Virgen y al Crucificado, esta oración:

"Oh Señora de la dulzura y del optimismo, haz que en esta casa no entre hoy un ápice de desilusión o falta de esperanza.

Señor, clavado en la cruz, signo de amor y de optimismo a prueba de bomba en tu amor ilusionante por los hombres, haz que mi familia viva hoy de tal manera que en cada uno de sus miembros reine la alegría y el rayo luminoso de la ilusión. Buenos días".

¿Qué haces tú al levantarte?

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Desecha la tristeza y melancolía

“Desechad tristezas y melancolías. La vida es amable, tiene pocos días y tan sólo ahora hemos de gozar” (García Lorca).

Quiero hoy adentrarme en tu mundo interior y ofrecerte este sencillo momento de paz.

En primer lugar, rechaza con todas las energías que tienes, toda sombra de melancolía.
La palabra “sombra” es la que mejor define la melancolía.

Esta situación te lleva, si no tienes cuidado, a caer en estados tristes y sin sentido. ¡Cuidado!

La melancolía te impide gozar de la luz y del calor del sol, de la belleza inaudita que habita en tu corazón, en tu delicadeza y en tu finura.

En segundo lugar, observa a algunas personas que te circundan en el mismo bloque o en la misma empresa en donde trabajas. ¿Qué me dices?

Verás a alguien casi siempre melancólico, verdaderos enfermos de tristeza, incapacitados para hacer cualquier actividad sana y contagiante positivamente para ellos mismos y para los otros.

Llegan, no hay duda, a cansar esta clase de personas.

Si alguna vez te asaltara la melancolía, guárdala escondida en lo más hondo de tu ser. Muestra el aspecto positivo que llevas dentro de ti. Sonríe a la vida, goza de ella.
Una abuela, al leer estas palabras de Lorca decía: “¡Qué gran poeta y qué hombre más grande tuvo España! Estas palabras suyas, a pesar de ser una anciana, te las dice a ti hoy.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Los libros no se han escrito para ser adorno

“”Los libros no se han hecho para servir de adorno; sin embargo, nada hay que embellezca tanto como ellos el interior de un hogar” (Beecher-Stove).

Cuando dejes de leer habrás dejado de alimentar tu mente y tu corazón.
Por el contrario, cuando el libro sea un compañero de tu vida, estarás continuamente aprendiendo la forma de embellecer tu persona.

Me da pena entrar en casa, contemplar los anaqueles enteros llenos de libros y nadie lee nada.
Lo más que leen son las revistas del cotilleo o corazón. Algo es algo.
A ti te imagino con buenos libros en tus manos. Los ratos libres los dedicas a embellecer tu persona con pensamientos de otros autores que, con el tiempo, terminan por ssr tuyos, una vez que los has asimilado.

Leer es igual a remozar nuestros contenidos mentales.
¿No has notado que hay gente que se expresa mal y que no sabe escribir una carta, un artículo, un poema?

Es cierto. Por otra parte, es normal, ya que no tienen vocabulario suficiente.
Con una buena expresión y una riqueza aceptable de palabras, puedes comunicar tu interior a otras personas.
Tus palabras se convierten en imágenes de cuya presencia es difícil librarse.
Si cuidas tus palabras viras rodeado de imágenes de cuya presencia nacerá la belleza. Compara tus lecturas con los vecinos. Verás que hay poca gente que se sumerja en este placer de introducirse en la mente de otras personas.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“ Antes de dar un consejo es preciso procurar que se lo acepte, o más bien, que se lo desee” (Hneri- Frédéric Amiel).

Hoy vas a recibir una serie de consejos, si los deseas, y te pueden ayudar para el desarrollo de tu vida personal.

1. **Consigue una pequeña victoria en cada pequeña cosa que te propongas.**
2. **No estés nunca sin hacer algo que te sea provechoso, aunque sólo sea tomarte un descanso a tiempo.**
3. **Jamás te quejes de la mala suerte. Todo depende de ti.**
4. **Anhela vivamente subir escalones de una perfección humana en tu persona cada vez más altos.**
5. **Vive tenazmente el pequeño sacrificio de cada día.**

6. **Mantén en ti siempre viva la alegría de combatir contra la vulgaridad reinante en algunos sectores de la sociedad.**
7. **Si has de hacer varios trabajos, comienza por el que te moleste o te resulte más duro.**
8. **Si te entran dudas entre elegir dos caminos, escoge siempre el que sube.**
9. **Salva, en todo momento, tu personalidad. Haz que salga a flote en medio de las dificultades.**
10. **Haz un sano equilibrio entre tus palabras y tus elocuentes silencios.**
11. **Escoge un consejo de estos y mira si alguno te sirve para hoy.**

Perdona si te he dado consejos. Normalmente nunca los doy.

Pero esta vez, pensando en tu paz y en tu tranquilidad, me imagino que puedes aceptarlos.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

"El buen arte no es lo que representa, sino lo que despierta en nosotros" (Adzak).

Cuando hoy salgas de tu casa, detente ante un monumento que hay en tu ciudad o en tu pueblo.

Te invito a que lo veas despacio, sin prisas. Piensa en los años que se tardó en hacerse por tus antepasados.

Tuve una vez la suerte de ver a un monje copista de códices. La mayor parte de su existencia se la pasó haciendo aquella copia artística para futuras generaciones.

Me decía que había perdido la vista y hasta se había quedado encorvado.
Admira, por tanto, en tu finura artística, no solamente lo que tus ojos presencian, sino también el alma de los predecesores, reflejada bellamente en la catedral, en el museo, en la iglesia del pueblo, en las casas señoriales.

Si recuerdas algo del filósofo danés Kierkegaard, sabrás que él dice en una de sus obras:

"Cuando pases ante un monumento, detente ante él. Obsérvalo despacio. Cierra los ojos. Medita en lo que representa. Cuando hayas hecho este ejercicio, pregúntale: ¿Qué me dices?
Y con tus ojos cerrados y tu pensamiento centrado en lo que has mirado, te irán viniendo a la mente miles de sugerencias.

Personalmente, me encuentro en este estadio ante el arte. Ya no me interesa embotellarme un libro que hable de este o de aquel monumento. Prefiero dejarme invadir por su belleza antes que aguantar las explicaciones de los guías o cicerones.
Pongo mi cuerpo y mi alma a sentir con el monumento. Esto me enriquece más que el hecho de saber nombres, épocas, reyes...

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

"No existe gran genio sin una componente de locura" (Aristóteles).

Desde el filósofo griego hasta ahora, muchas veces habrás oído elogios de la locura de forma positiva.

¿Qué dices tú? Hay un gran número de personas que dicen que todos tenemos algo de poetas, músicos... Si lo tenemos, ¿por qué no somos poetas, músicos, escritores o pintores?

La locura, dicen otros, es casi general. El mundo, en realidad, es un manicomio o hospital mental abierto a todos.

Tú, tranquilo y relajado en estos momentos de paz, piensa que la locura no es ni más ni menos que algo de incoherencia y mucha falta de lógica en la vida práctica.

No me negarás que de esto sí tenemos todos alguna parte. La palabra de moda hoy no es loco, sino tonto.

Es verdad. Todo aquel que cumple escrupulosamente con su deber, que es exigente consigo mismo y con los otros, que no se deja sobornar por nadie, que no se aprovecha de situaciones favorables aunque injustas...es tildado de imbécil.

¡Mira que pudiendo robar de los bienes reservados, no lo hace!, ¿será tonto?

Pablo decía que el creyente y discípulo de Jesús ha elegido la locura de la cruz.

Pero esta locura merece la pena. Se trabaja por los demás para sembrar en el mundo la savia purificadora del amor.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

El progreso de la humanidad

“ El progreso de la humanidad, en lo que atañe al problema sexual, se ha de basar en una diferenciación cada vez más neta de los sexos. Estamos en una etapa retrasada de esta diferenciación” (Gregorio Marañón).

Una vez alguien le preguntó a Samuel Jonson si, a su juicio, es más inteligente el hombre que la mujer. ¿Qué hombre, qué mujer?, respondió.

¿No te parece una pregunta inteligente, acertada, imparcial?
Desde hace muchos años ha habido y sigue habiendo disputas y discusiones bizantinas sobre este particular.
Piensa en ti mismo, en ti misma. No eres ni superior ni inferior al otro sexo.
Sencillamente eres diferente en la configuración del cuerpo, formado por el Creador para la reproducción dentro del cima del bello amor.

Durante milenios, la fuerza del varón se ha impuesto a la de la mujer en los puestos de la sociedad.
Hoy se ha llegado al igualitarismo. ¿Crees que es absolutamente la solución de todo y para todo?

Habrás visto programas de televisión al mediodía y por la tarde en los cuyos temas se vierte mucha basura.
Me indigna y me revienta que a principios del siglo XXI se vea a la mujer o al hombre como ser productivo o como un mero objeto sexual. Hay personas en el programa que siembran semillas y palabras de paz, serenidad y sensatez. Otros, por el contrario, todo lo creen normal. No existe moral alguna que impida usar el sexo a discreción. Y el sexo es una realidad natural, que no solamente condiciona el orden biológico, sino que también afecta al psicológico, a toda la persona. El igualitarismo absoluto es antinatural.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

“La obstinación es el sucedáneo más barato del carácter” (Friedrich Hebbel, poeta alemán).

Si no tienes cuidado, puedes ir cayendo lentamente en la falta de autenticidad ante las cosas y ante las personas.
Sería para ti, amigo/a, algo fatal.

No te habitúes, desde que te levantas hasta que te acuestas, a consumir productos sucedáneos ni artificiales. No te dejes engañar.

Sé crítico constructivo con tu persona, de valor incalculable. Lo auténtico, lo natural escasean cada día más en este mundo, y, además, resulta carísimo ese sucedáneo para mantenerte joven, con la piel de niño con la "Elastina", por ejemplo.

Falso. ¿Cómo vas a tener a tus X años la piel dorada y suave de niño o de joven quinceañera?

Quien puede ganar dinero con palabras bonitas, con aparatos, con productos, hace bien.
No radica en él el fallo. Este reside en ti si no te construyes en cada instante como un ser pleno de autenticidad y te obstinas en seguir reglas sociales falsas que, al cabo del tiempo, te han hecho gastar mucho dinero y sigues exactamente igual en tu cuerpo gastado por el paso del tiempo.

Decía una señora cuarentona:" Me da asco tanta pintura y cosmético. No desdeño arreglarse. Es bonito y coqueto en las mujeres".

Ahora bien, de aquí hasta llegar a emplear unos miles de euros al mes por la compra de sucedáneos inútiles, hay una gran diferencia. Me siento feliz a mis cuarenta años. He dado a luz a cinco hijos. Los he educado. Los quiero y me quieren. ¿Qué más puedo pedir?

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

" Nadie puede ser esclavo de sui identidad: cuando surge una posibilidad de cambio, hay que cambiar" (Gould Elliot, actor).

Quizás hayas leído encuestas de sociólogos. Leí una de ellas en la que trataban el problema dela falta de identidad en muchas personas de este principios del siglo XXI.

Los hay, dice la encuesta, que enarbolan su carné del equipo de fútbol, del partido político, de la asociación, del sindicato... al que pertenecen.

Pero resulta que muchos padecen en su espíritu una identidad grave cuando tal partido o sindicato sufren una crisis.

Me gustaría que cada persona estuviera identificada no solamente por su carné de identidad, sino también por su inserción y convencimiento de que es feliz.

Así pondría: Nombre, cristiano, profesión vivida para los demás, sindicalista comprometido por una sociedad mejor, del partido tal o cual con el fin de hacer una sociedad mejor.

Todo cambio debe encaminar a la sociedad y a la persona a un mejoramiento completo en las estructuras sociales y en los comportamientos personales.
En este sentido, el cristiano lucha afanosamente por asemejarse a los criterios y sentimientos de Jesús, universales y actuales siempre.

La identidad del cristiano la definió Cristo para siempre:" En esto conocerán que sois mis discípulos; en que os amáis los unos a los otros".
La joven estaba radiante de luz como el sol que la bañaba en su preciosa cara. ¿Qué haces para estar tan guapa?- le pregunté.
Y ella me sonrió con estas palabras: Mi fe me lleva a vivir entregada a los otros, sobre todo a los que nadie quiere.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

"El río abre un cauce y luego el cauce esclaviza al río" (Ortega y Gasset).

El día que vayas al campo, observa el cauce del río. Verás la energía que proporciona, la vida, la prosperidad y hasta la belleza cuando su cauce está canalizado.

Si no lo está, cuando llegan las tormentas o lluvias torrenciales, va a sus anchas y su energía se transforma en terrible destrucción y muerte para el campo e incluso para las personas poco precavidas.

Si no hay cauces, el caos viene en seguida para el río. ¿No te pasa igual a ti a nivel personal?

Si no te has marcado un cauce, unos horizontes, unas ideas o valores por los cuales deslizar el cauce de tus energías y cualidades personales, te sientes un ser perdido y dañino para ti mismo y para los demás.

Concreta bien los criterios que has de hacer para canalizar tu riqueza interior.
Andas disperso y falto de sentido.
Unos jóvenes de Eslovenia me contaban un día en un encuentro de Taizé estas palabras:

"Mira, desde que aprendimos- con nuestras propias fuerzas- a canalizar nuestras vidas, nuestra pequeña nación- libre por fin del comunismo- crece de día en día.

Lo que realmente nos une a todos los jóvenes es la reconstrucción de nuestra patria, de nuestras familias. Damos, con nuestra fe, alientos a los que han sufrido mucho durante el dominio comunista.

Nuestro cauce es claro: hacer de Eslovenia un pueblo mejor".

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

" Los tontos no gustan de admirar las cosas sino cuando llevan una etiqueta" (Georges Clemenceau).

Discutía un joven "punk" con un amigo acerca de qué le parecía su vestimenta rara y extravagante.

Sus pelos de punta, su atuendo, sus colores en el cabello, sus botas altas, su chaqueta y pantalón negros llamaban la atención de todo el mundo.

El punk quería que su amigo vistiera como él. Porfiaban en la discusión acaloradamente.

En un momento determinado, el amigo le dice al punk:" Si hay algo que odio y abomino en la sociedad actual es que me etiqueten como un producto que sale de los grandes almacenes.

Tú, le decía, sigue así. A mí me da igual. La eficacia de la etiqueta es sobre todo comercial. Y saca partido de la falta de criterio y de originalidad existentes en muchas personas.

Me imagino que te ocurrirá como me pasa a mí. Me dan miedo las etiquetas. En este festival de las mismas, cada día lucho con fuerza para que no entren en mi persona.

Etiquetar a una persona es algo así como encauzarla por los senderos estrechos en los que, ordinariamente, se despersonalizan.
La etiqueta puede ser para ti algo paralizante.

Y todo lo que paralice el dinamismo de tu persona es cobardía y enfermizo.
Un tonto entró en un comercio. Le acompañaba su madre. Quería comprarle una prenda de vestir. El tonto, si no llevaba etiqueta, la rechazaba automáticamente. ¡Cuántos tontos hay en la vida!, comentaba con susurros la madre. ¿Qué te parece?

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

" El público carece de vergüenza y gratitud" (Hazlitt, literato inglés).

Puede que te haya sucedido alguna vez que te has puesto rojo u roja de vergüenza ante ciertas situaciones.

No te extrañes. Es buena señal de tu salud física y moral. Una joven excelente, digna y bella como tú, se sonrojaba cuando alguien amigo le pedía un beso pasional.

Ella, todavía casta y limpia como la azucena, se sentía turbada. Le decía a su madre: Mamá, ¿es que soy distinta de las demás compañeras? Ellas besan a sus amigos.

No hija, mía bonita.
Gracias a Dios tú no has perdido todavía la vergüenza. Esta es en la vida humana y en la tuya de joven como una flor que nace, el sexto sentido que te advierte de la proximidad del peligro.

Sé que no eres una tímida. Te conozco bien.
Hija, que nunca te condicione el ambiente en el que te desenvuelves. No eres ninguna anormal. Eres sensata, sientes como las demás chicas, pero quieres mantenerte limpia. Y eso extraña a tus amigas y chicos.

Puede que sea así, mamá. Hoy se va en seguida al "rollo". Y si no te metes en él, te llaman mojigata y hasta te dicen que si es que me voy de monja.

Hija, recuerda que toda persona honrada tiene motivo para avergonzarse de todo aquello que es incompatible con su honradez.

La chica salió fortalecida de la conversación con su madre. Entre sus amigas formó una liga, la liga de la honradez.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

"El hecho de no plantearse nunca una cuestión religiosa es un signo de grave anomalía psíquica" (Jacques Lacan).

Estaban reunidos celebrando el cumpleaños de una amiga. Era un grupo de gente joven amalgamada y de todos los colores.

Al comenzar la celebración, se levanta una joven cristiana y les dice a todos:
Vamos a comenzar la fiesta del cumpleaños con una canción y una oración por nuestra amiga para que Dios le conceda felicidad y que cumple muchos más.

En este momento algunos del grupo dijeron con silbidos: Vete de aquí. No nos comas el coco.
La chica, en lugar de amilanarse, les dijo: Si no queréis hacerlo, no lo hagáis. Ella es creyente y creo que le agradará que empecemos así.
La anfitriona se levantó y les dijo a todos: Sí, amigos y amigas. Ella tiene razón. Os quiero a todos y la diferencia de fe no debe separarnos. Empieza el canto y haz la plegaria.

Los "agnostiquillos" no se salieron con la suya.
No sé qué le ocurre a alguna gente hoy en día. Hablan de todos los temas: musicales, cantantes, estudios, relaciones, ligues... pero cuando entra el tema religioso, les da vergüenza y reparo en afrontarlo.
Lo creen en desuso. Venían entonces a mi mente las palabras del psiquíatra que encabeza este momento de paz.

Ahora que disfrutas de algunos instantes de reposo, piensa y da gracias a Dios por cuanto hace por ti.
Esos jóvenes, como tantos otros, y adultos también, padecen una enfermedad: vivir o querer vivir sin Dios. Dios no tiene suplentes, y sin él se llega al fracaso íntimo y al desastre moral.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

"Haz de las dificultades tus tesoros"

habrás notado que hay gente que huye de las dificultades que la vida les presenta.
Tú, sin embargo, sumido o sumida en tu vida entera, caminas a pasos agigantados para vencer las dificultades y los obstáculos que los otros y la misma vida- con sus alternancias- te va ofreciendo a cada instante.

Si huyes de las dificultades, se te van acumulando. Y cuando menos lo pienses, vas a notar que te cuesta superar tanta dificultad y tanto desencanto.

Cuando superas los problemas, cuando los resuelves, vas aprendiendo a verlos bajo la luz de la luna y del sol, los astros que nunca engañan porque son transparentes como tu alma de cristal.

Los problemas y las dificultades piden de ti un resultado positivo. NO una evasión. Esta no conduce a ninguna parte.

Te recuerdo las palabras introductorias a este momento de paz.

Cuando no te hundes, sino que la dificultad constituye para ti un ahínco y un acicate para seguir luchando por ser tú mismo/a, entonces todo te resulta fácil.

Tienes ante tu vista tesoros inconmensurables. Y, sin embargo, por tu flojera o pereza no los consigues.

Te invito, con toda delicadeza, a que en este día encuentres belleza en tus dificultades resueltas con el yunque de tu voluntad.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

"¿Qué es catar para los otros?"

Te imagino este día totalmente feliz. Me lo dicen tus palabras lejanas que silba el viento suavemente.

Siento tu presencia que impulsa mi vida a victorias y nunca a derrotas.. Notas que en la medida en que más de te das a los otros, más disfrutas de los bienes distribuyéndolos a quienes tienes por delante.

El sol da su luz gratuitamente a todos. Sale para buenos y para malos. Un canto para los otros es también saber corregir con finura y con cuidado para que nadie se enfade.

Más moscas se cazan con una gota de miel que un barril de vinagre.

Sea tu amabilidad tan viva y atractiva que todo el mundo se quede encantado de tu presencia y de tu canto.
Otra forma excelsa de cantar a los otros consiste en saber responder a las ofensas con serenidad y con mucha comprensión.

¿Qué hacer para sentirme realizada?, me preguntaba una joven cuyo corazón era un infinito jardín de pureza y flores variadas.

Mira, le dije, basta con que repartas en tu entorno sonrisas, paz y alegrías profundas que salgan de ti misma, que salgan de tu alma.

Mirándome los ojos, me dijo:¡ Eso está hecho" Voy a hacer de mi vida un paraíso en el que crezcan las bondades en lugar de las amarguras.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

" La belleza es un tremendo poder"

Leyendo las obras del escritor K. Gobran, te habrás quedado extasiado/a. Su pensamiento es profundo y su expresión literaria admirable, soñadora y con grandes dosis para el consuelo del alma.

En este diálogo entre la belleza y el autor, oímos palabras exultantes de emoción. La belleza se queja de que los seres humanos tengan miedo de todo, hasta de sí mismos.

Temen al cielo, origen de la paz en el espíritu: temen a la naturaleza, lugar de descanso y quietud. "Háblame, belleza, de la gente que te interpreta y te define de mi maneras diferentes.

Ella me respondía:" La belleza es aquello que cautiva el alma y aquello que prefiere dar a recibir.
Cuando te hallas frente a la belleza, sientes que de las manos ocultas en tu interior, salen afuera para llevarla a los dominios del corazón.

Es algo magnífico donde se combinan la dicha y la tristeza; es lo oculto que tú puedes ver y lo incierto que puedes comprender, y lo Mudo que puedes oír: es algo sagrado que comienza en ti y trasciende vastamente tu imaginación terrenal.

Luego la Ninfa de la selva se me acercó y posó su perfumada mano sobre mis ojos. Entonces se desvaneció y me hallé solo en el valle.

Cuando regresé a la ciudad, cuya turbulencia había dejado de irritarme, repetí las palabras: "La belleza es aquello que cautiva tu alma, y que prefiere dar a recibir".

Si te dejas cautivar en tu alma, entonces todo te irá de maravilla.

¡Animo! Vive hoy envuelto en tu propia belleza.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Plegarias para decirlas cada día en el momento de paz

Padre todopoderoso, haz que florezca en la tierra la justicia y que tu pueblo se alegre con la paz.
. Que todos los pueblos entren a formar parte de tu reino, y obtengan la salvación.
.Que los esposos cumplan tu voluntad, vivan en concordia y sean siempre fieles a su mutuo amor.
.Recompensa, Señor, a nuestros bienhechores y concédeles la vida eterna.

.Acoge con amor a los que han muerto ya víctimas del odio, de la violencia de la guerra y dales el descanso eterno.
.Creador del universo, al darte gracias por el nuevo día que ahora empieza, te pedimos que el recuerdo de tu santa resurrección sea nuestro gozo durante este día.

.Que tu Espíritu Santo nos enseñe a cumplir tu voluntad, y que tu sabiduría dirija hoy nuestras acciones.
. Que, al celebrar la Eucaristía de este domingo, tu palabra me llene de gozo, y la participación en tu banquete haga crecer nuestra esperanza.

. Que sepamos contemplar las maravillas que tu generosidad nos concede, y vivamos durante todo el día en acción de gracias.

. Para que hoy empiece a darme cuenta de que necesito unos instantes de silencio y que, al final de los mismo, te haga estas oraciones u otras parecidas, dame Señor la alegría de tu gracia.

.Por todos los que sufren el hachazo de la guerra, para que les confortes en sus aflicciones y dolores, haz que me sienta unido a ellos con el arma de la oración.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Plegarias para hacer un momento de paz en tu interior

. Señor, haz de tu Iglesia instrumento de concordia y de unidad entre los hombres y signo de salvación para todo los pueblos.

.Protege, con tu brazo poderoso, al papa y a todos los obispos y concédeles trabajar en unidad, amor y paz.

.A los cristianos concédenos vivir íntimamente unidos a ti, nuestra cabeza, y que demos testimonio en nuestras vidas de la llegada de tu reino.

.Concede, Señor, al mundo el don de la paz y haz que en todos los pueblos reine la justicia y el bienestar.

.Otorga a los que ha muerto hoy una gloriosa resurrección y haz que gocemos un día, con ellos, de la felicidad eterna.

. Concédenos, Señor, un día lleno de paz, de alegría y de inocencia, para que, llegados a la noche, con gozo y limpios de pecado, podamos alabarte nuevamente.

.Que baje tu bondad hoy a nosotros y haga prósperas las obras de nuestras manos.

.Muéstranos tu rostro propicio y danos tu paz, para que durante el día entero sintamos cómo tu mano nos protege.

.Mira con bondad a cuantos se han encomendado a nuestras oraciones y enriquécelos con toda clase de bienes del cuerpo y del alma.

.Termina tu oración con el Padrenuestro, y a continuación: "Señor, que tu gracia inspire, sostenga y acompañe nuestras obras, para que nuestro trabajo comience en ti, como en su fuente.".

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Plegarias para los días en que te encuentras bajo de forma

. Rey todopoderoso, que por el bautismo has hecho de nosotros un sacerdocio real, haz que nuestra vida sea un testimonio y un continuo sacrificio de alabanza.

. Ayúdanos, Señor, a guardar tus mandatos, para que, por la fuerza del Espíritu Santo, nosotros permanezcamos en ti, y tú en nosotros.

.Ayúdanos, Señor, para que seamos hoy alegría de cuantos nos rodean y fuente de esperanza para los decaídos.

.Concede, Señor, a los jóvenes la realización de sus esperanzas y que sepan responder a tus llamadas en el transcurso de su vida.

Que los niños imiten su ejemplo y crezcan siempre en sabiduría y en gracia.

.Acoge a los difuntos en tu reino, donde también nosotros esperamos reinar un día contigo.

.Con el gozo de sabernos hijos de Dios, acudamos a nuestro Padre: Padrenuestro.

ORACIÓN

Te damos gracias, Señor, Dios todopoderoso, porque has permitido que llegáramos a esta noche; te pedimos quieras aceptar con agrado el alzar de nuestras manos como ofrenda de la tarde.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Plegaria sentida en tu momento de paz

. Concédenos, Señor que con el corazón puro consagremos el principio de este día en honor de tu resurrección, y que santifiquemos el día entero con trabajos que sean de tu agrado.

.Tú que, para que aumente nuestra alegría y se afiance nuestra salvación, nos das este nuevo día, signo de tu amor, renuévanos hoy y siempre para gloria de tu nombre.

. Haz que sepamos descubrirte a ti en todos nuestros hermanos, sobre todo en los que sufren y en los pobres.

.Haz que durante este día estemos en paz con todo el mundo, y a nadie devolvamos mal por mal.

. A nuestros parientes y amigos concédeles tus bienes, y que tu bondad les dé la vida eterna.

.Te pedimos por los trabajadores que sufren; alivia sus dificultades y haz que todos los hombres reconozcan su dignidad.

. Dios de amor, que has hecho alianza con tu pueblo, haz que recordemos siempre tus maravillas.

.Ya que por Jesucristo hemos llegado a ser hijos de Dios, nos alegramos al decir: Padrenuestro.

ORACIÓN

Señor, tú que iluminas la noche y haces que después de las tinieblas amanezca nuevamente la luz, haz que, durante la noche que ahora empieza, nos veamos exentos de toda culpa y que, al llegar el nuevo día, podamos reunirnos otra vez en tu presencia, para darte gracias.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Plegarias para cualquier ocasión de tu vida

. Oh Cristo, que con tu claridad eres nuestro sol y nuestro día, haz que, desde el amanecer, desaparezca de nosotros todo sentimiento malo.

.Vela, Señor, sobre nuestros pensamientos, palabras y obras, a fin de que nuestro día sea agradable ante tus ojos.

.Aparta de nuestros pecados tu vista y borra en nosotros toda culpa.

. Señor, Padre lleno de amor, te pedimos por todos los miembros de la Iglesia que sufren: acuérdate que, por ellos Cristo, Cabeza dela Iglesia, ofreció en la cruz el verdadero sacrificio vespertino.

.Libra a los encarcelados, ilumina a los que viven en tinieblas, sé la ayuda de las viudas y de los huérfanos, y haz que todos nos preocupemos de los que sufren.

.Acude en nuestro auxilio, Señor, cuando llegue la hora de nuestra muerte; que seamos fieles hasta el fin y dejemos este mundo en paz.

.Fieles a la recomendación del Señor, nos atrevemos a decir: Padrenuestro.

ORACIÓN

Te pedimos, Señor, que los que hemos sido aleccionados con los ejemplos de la pasión de tu Hijo estemos siempre dispuestos a cargar con su yugo llevadero y con su carga ligera.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Plegarias para cualquier instante del día

. Señor Jesús, Sol que nace de l alto y primicia de la resurrección futura, haz que, siguiéndote a ti, no vivamos nunca en sombra de muerte, sino que sepamos o tengamos siempre la luz de la vida.

.Que sepamos descubrir, Señor, cómo todas las criaturas están llenas de perfecciones, para que así, en todas ellas, sepamos contemplarte a ti.

. No permitas, Señor, que hoy nos dejemos vencer por el mal, antes danos tu fuerza para que venzamos el mal a fuerza de bien.

.Tú que, al ser bautizado en el Jordán, fuiste ungido con el Espíritu Santo, asístenos durante este día, para que actuemos movidos por este mismo Espíritu de santidad.

. Que los que están en camino tengan un viaje feliz y regresen a sus hogares con salud y alegría.

.Señor, Sol e justicia que ilumina nuestras vidas, al llegar al umbral de la noche, te pedimos por todos los hombres; que todos lleguen a gozar de tu luz, que no conoce ocaso.

. Termina tu plegaria diciendo Padrenuestro

ORACIÓN

Señor, que has querido asistirnos en el trabajo que nosotros, tus amigos, hemos realizado hoy, al llegar al término de este día, acoge nuestra ofrenda de la tarde, en la que te damos gracias por todos los beneficios que de ti hemos recibido.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Plegaria para cuando estés alegre o triste

. Señor Jesús, al consagrar nuestra oración matinal a la memoria de tu santa resurrección, te pedimos que la esperanza de participar en tu gloria ilumine todo nuestro día.

.Te ofrecemos, Señor, los deseos y proyectos de nuestra jornada: dígnate aceptarlos y bendecirlos como primicias de nuestro día.

.Concédenos, Señor, crecer hoy en tu amor, a fin de que todo sirva para nuestro bien y el de nuestros hermanos.

.Haz, Señor, que el ejemplo de nuestra vida resplandezca como una luz ante los hombres, para que todos te den gloria.

.Señor, para que en el día de hoy no nos perdamos en cosas que afeen nuestras personas ante tus ojos divinos, te pedimos que nos des aliento para servirte a ti en los hermanos.

.Por todos los que hoy tengan alguna desgracia: para que con tu ayuda salgan adelante y vean la luz y no las tinieblas en su estado, roguemos al Señor.

. Porque deseamos que la luz de Cristo alumbre a todos los hombres, pidamos al Padre que su reino llegue a nosotros: Padrenuestro.

ORACIÓN

Señor Jesucristo, luz verdadera que alumbra a todo hombre y le muestra el camino de la salvación, concédenos la abundancia de tu fuerza, para que preparemos delante de ti caminos de justicia y de paz.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Miedo que aprisiona al hombre

Konrad Lorenz, Premio Nobel de Medicina en 1973, en su libro "Los ocho pecados capitales de la humanidad civilizada", dice:" Junto a la ambición material o el deseo de ascender en el orden jerárquico, o bien combinando ambos, el miedo representa también un papel esencial..., miedo de verse superado por la competencia, miedo a empobrecerse, miedo a adoptar determinaciones erróneas y no encontrarse más a la altura de la tensa actuación.

El miedo en todas sus formas imaginables es, sin duda, un factor fundamental que mina la salud del hombre moderno desarrollando alta tensión arterial, cirrosis hepática, infartos prematuros y otra cosas similares.

El hombre moderno se siente movido por la codicia.
Ante esta situación del miedo, ante esta inseguridad urbana... hacen que el hombre viva intranquilo".

López Ibor afirma: " El hombre de nuestros días, desraizado del suelo religioso en el que creció en otras épocas, necesita, sin embargo, cultivar una forma de vida esperanzada. Nunca la vida puede limitarse a lo que le ofrece como presente, si éste no ha vuelto en una promesa de mejor porvenir.

El hombre necesita un "plan quincenal" que alimente sus esperanzas. Cuando el hombre no ve ante sí el maravilloso caleidoscopio de la esperanza, no lucha , sino que se entrega.

Amigo/a, no temas el presente ni el futuro. Vive tranquilo y sosegado. Métete en tu interior y saca fuerzas de tu espíritu.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

La cólera controlada es fuente de energía

La joven estaba hecha una furia. Había tenido un altercado con su amigo. Parecía un volcán. Nada ni nadie le consolaba.

Lo mejor que podía haber hecho era hacer una reflexión sobre sí misma. Las cosas tienen remedio. Enfadarse y encolerizarse por cualquier cosa, es síntoma claro de poco dominio sobre sí mismo.

Mucha gente, como tú, es capaz de controlarse. Por desgracia, hay personas coléricas. Están descontentas de sí mismas, y, naturalmente, toda la energía que llevan dentro, la pagan contra el primero que encuentran.

En este sentido, los padres y educadores están ya más que acostumbrados. Pero esta costumbre no debe llevarles a encolerizarse.

Muy al contrario, deben dar muestras de su madurez y de su equilibrio ante cualquier dificultad.

Me acuerdo de la obra de Gandhi, "La mente de Matahma Gandhi", que dice: "Algunas duras experiencias me han enseñado a no dejar que se exprese mi cólera.

Lo mismo que, comprimiendo el vapor se obtiene una nueva fuente de energía, también controlando la cólera se puede obtener una fuerza capaz de derribar el mundo entero".

Y en otra parte del libro trae esta frase:" No es que nunca me enfade; lo que pasa es que no doy curso libre al enfado. Para suprimir todo el impulso de cólera, me esfuerzo en cultivar la paciencia; y la verdad es que, generalmente, lo consigo. Me esfuerzo en controlar mi cólera apenas se hace sentir dentro de mí".
Aquí tienes, amigo/a, un campo precioso en el que trabajar.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Carta a un niño/a

¡Qué ganas tengo de llegar a la orilla de tu río! Me imagino que te sientes feliz. Los ojos dela maldad no se han cebado todavía en tu tirno corazón, un océano de refulgencia, de luz y de pureza.

Me encanta acercarme a tu vida, reciñen estrenada como la prenda más bella que puedan llevar tus padres ante esta sociedad que se alegra con tu nacimiento.

Veo tu cara de felicidad mirando a las estrellas. Eres la alegría para todo el que detiene su mirada en tu rostro angelical, en tus carnes suaves, dulces, frescas.

Eres una delicia para la gente mayor que, ya de pequeño, ves que en la TV se matan, dan gritos, hacen cosas que no entiendes pero que se te quedan grabadas en el ordenador de tu cerebro yen el mar de tus recuerdos.

Me cuentan que detrás de tu orilla todo es cielo y transparencia.
No hay engaños, no ha doblez, como le ocurre a los adultos.

Estás en esta preciosa vida como una azucena blanca. Ella, con su perfume, embriaga nuestros sentidos.
Mira, recuerdo que cuando era pequeño, escuché esta frase que todavía no he olvidado:" La azucena que crece en el jardín embriagando el ambiente es imagen del niño puro"

¿Te gusta? Bailan tus ojos ante mi presencia. Eres la imagen viva de lo que fui, aunque guardo en el cielo de mis recuerdos, la infancia de la que tú disfrutas ahora. Guárdala tú también como oro en paño. En compañía de quienes te quieren y queremos, te deseo un día muy dichoso.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Carta a una madre

Madre, cuando pronuncio tu nombre, se me hace un nudo en la garganta. Eres la persona que más admiro y quiero en este amplio universo.

Gracias a ti, ya de adulto, me doy más cuenta de lo mucho que me quieres. Eres gratuita, hermosa. No importa la edad que tengas.

Lo que me fascina de ti es que siempre estás a mi lado: en la alegría, en la tristeza, en la enfermedad, en la primera comunión, en la boda, en los nietos...

Madre, las madres tendrán su casa en el cielo viviendo con las estrellas. A mí me basta que tu corazón viva en el mío para sentirme contento.

Madre, ¡que bien suena este nombre! ¡Cómo se cuela por dentro!
Aquí me tienes, madre buena. Soy ya adulto pero conservo en mi cara tus besos, tus caricias humanas y divinas; tus palabras enseñándome a hablar; tus paseos por el parque de rosas mostrándome el nombre de cada flor, de cada planta.

Madre, ¡qué recuerdo tan infinito mantengo en el santuario de mi conciencia cuando me llevabas a ver la imagen de la Virgen, la casa de Jesús, l oración sencilla que me decías al acostarme!

Madre, vive siempre feliz: Has sido cooperadora con Dios para traerme a este mundo vasto en el que aporto mi trabajo, mi amor y mi felicidad.
Gracias, madre, por cuanto eres. A tus años, a tus achaques...Siempre eres madre. Muchos besos.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Carta a un padre

¡Quién fuera jardinero, para cavar y cavar toda la tarde en el jardín sin que nadie me quitara!

El padre es el símbolo de la fuerza, la autoridad, el orden, la disciplina, el trabajo, el sustento, el dinero...

¡Cuántos recuerdos se me agolpan en la mente cuando pienso en ti!
Sé que, en mis años mozos, pensaba que me hacías sufrir con tu horario nocturno.
Sé que me sentaba mal. Los demás amigos se quedaban hasta muy tarde en la movida. Tú, sin embargo, velando por mi vida y dignidad, me hacías estar a una hora concreta en casa.

Ahora veo, padre, que tenías mucha razón.
Soy también padre. Con mis hijos hago igual. Me dicen que parezco un carroza, No me importa nada esa frase tópica de este mundo avanzado.

Pero, padre, los valores que dan consistencia a mi vida, te los debo a ti, en gran parte.

Quiero que mis hijos rezumen valores por los cuatro costados de su cuerpo y de su espíritu.

Anhelo que sean jóvenes duros, sacrificados, maduros para que sepan hacer frente al mundo alienante en drogas y en otras cosas que estropeen la alegría de mis hijos.

Padre, aquella cara seria que ponías cuando las notas eran malas, sabías recompensarla con la alegría y el diálogo contigo tomando una cerveza.

Padre, gracias, por haberme forjado un hombre que lucha en esta sociedad por ser lo que tú querías y lo que yo deseaba ardientemente: ser yo mismo.

¡Vive hoy dichoso!

MOMENTOS DE PAZ

Carta a un amigo

Contigo comparto los buenos momentos del día. Eres la ampliación de mi amor en casa con mis padres y hermanos.

Y contigo mi afectividad se va desarrollando de otra forma distinta.
He encontrado en la Biblia una frase en la que Jesús habla del amigo como un tesoro que se encuentra.

Y un tesoro, para la vida de un joven, es algo esencial. ¿Qué sería de mi vida si no tuviera contigo momentos de emociones compartidas en la montaña, en la disco, con las amigas, con la pandilla, en los viajes?

Nos entendemos al pairo de nuestra felicidad. Nos queremos como amigos y, por tanto, tú nunca pides nada. Tú siempre te das.

Y yo intento hacer igual que tú.
La frase de Ortega y Gasset tiene en nuestra vida toda la fuerza que indica y significa:" La amistad es la cima del universo".

Ya sabes que a nuestro derredor hay muchos que cortan sus amistades. Es una de las fragilidades de nuestro tiempo.

Tú y yo, sin embargo, nos mantenemos unidos cordialmente desde el primer día en que nos conocimos.
Ahora ha aumentado nuestra intimidad con el tiempo y nos ha ido curtiendo.

La fidelidad es una columna que ha levantado nuestra amistad haciendo de nuestras vidas amigas algo bello, algo original.

En los instantes difíciles has estado a mi lado y viceversa.
Te digo, en este día, gracias amigo por tu entrega.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Carta a un drogadicto

Te hablo con claridad y con cariño. La luz que besa tus ojos hace dulce tu corazón. Así, con dulzura, me dirijo a ti. Mucha gente hace lo contrario.

Se ha habituado a verte con mirada despreciativa, furiosa, indignante. Quiero verte con los ojos que tú tienes.: dilatados tal vez, por tu dosis de hoy.

Y quiero verte con tus ojos normales; con tus ojos de joven alegre que cruza con su mirada los cielos, los montes, las alturas más bellas de esta linda creación.

Tú, poco a poco, sin darte cuenta o por malos amigos, has caído en la sima profunda de la droga.

Tienes una vida elegante. La sociedad te espera con los brazos abiertos para que realices tu proyecto de persona.

Tu familia vive angustiada y pobremente. Los has hundido. ¿No te das cuenta de ello? Me supongo que sí.

Levanta tu mente por encima de tu autodestrucción. No te gusta la guerra, te gusta sentirte querido y querer de verdad.
Y sin embargo, llevas la guerra dentro de ti y el enemigo te derrota, te abate.
Y no haces esfuerzos por vencerlo con tu fuerza de voluntad, con las armas de tu esperanza y de tu ilusión de joven.
Ya ves que hay alguien que piensa en ti positivamente. Y lo hace porque confía siempre en la juventud.
Sal de l cárcel de tu propio ser contaminado y arruinado por la maldita droga. Un momento de placer y..¡tu vida se te va perdiendo a jirones sin hacer nada elegante como ella espera de ti. Lucha, lucha y lucha contra ti mismo. Esta batalla es tuya y la victoria también.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Carta a un sacerdote

Te he visto hoy pasear por la calle con tus amigos. Ibas sin tu mujer al lado. He oído comentarios de que por qué no estabas casado. No llega mucha gente a entender tu estado. Lo creen imposible, Lo que ellos hacen creen que debe hacerlo todo el mundo.

Mira, sacerdote, voy a hacer una descomposición de tu palabra: sacer-do-te.
Sacer significa "sagrado", do =doy y te = a ti.

Para mí son las dos realidades profundas que llevas con alegría en tu vida.

Eres un puente entre el hombre y lo sagrado, Dios.

No te contentas con dar limosnas y ser mensajero de la paz y el consuelo de los miserables. Eres algo más: te das a ti mismo en una ofrenda permanente de gratuidad.

Es curioso que la gente va a visitarte, a pedirte cosas, Y me pregunto: si tanto se habla hoy, en algunos sectores, mal de ti y de la Iglesia, ¿por qué no van a los gobiernos, a los bares, a los bancos a pedir dinero?

Saben, en el fondo, sacerdote, que tú tienes el corazón abierto y que lo que tienes, poco, lo entregas sin mirar a quién.

Eres el pararrayos de la parroquia. Eres el intercesor ante Dios de las necesidades delos hombres, tanto humanas como espirituales.

Pasas horas y horas en la iglesia. Después dicen que los curas no trabajan. ¿Por qué no van a verte alguna vez y se dan cuenta de tu lo que trabajas?
Sé que no te importa. En cada corazón dejas el aroma de tu vida consagrada a Dios en bien de los demás.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Carta a un político

¿Has pensado alguna vez, político, en lo que dice D´Alembert?
Me imagino que sí. "La guerra es el arte de destruir a los hombres, la política es el arte de engañarlos".

Si quieres ser un buen político aprende a servir al pueblo. No te ha elegido porque seas guapo o rico. Lo ha hecho para que, desde tu sabiduría y poder, le sirvas.

¡Cuánto cuesta servir! Pues esta es tu función primaria. Y servir a los más necesitados.

No te dejes llevar por la comodidad ni por el afán vano del poder. La política es como patinar sobre ruedas. Se va en parte a donde se desea, y en parte a donde le llevan a uno esos malditos patines.
Imprime un carácter humanista a tu política. ¡Fuera enchufes, fuera sobornos, fuera enriquecerte..!

Rodéate de personas generosas, altruistas. Estos te ayudarán a llevar el barco de la política a puertos en los que cada ciudadano se encuentre a gusto porque es justamente tratado.
No caigas en la ambición, veneno que corroe las instituciones. La política no es una ciencia sino un arte.

El arte consiste en estar con los ciudadanos, en oírlos, en visitarlos, en acogerlos. Y siempre, no sólo en la campaña electoral.

"La política más difícil es obtener la confianza antes que el éxito". Piensa bien estas palabras del gran político Napoleón. La confianza con la gente engendra en ti ansias de ayudarles, anhelos deservirles...En una palabra, en la idea de hacer un pueblo que sigue con gozo las órdenes justas del político.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Carta a un médico

Eso de “médico”, cúrate a ti mismo”, encierra una gran verdad. Pero también, una vez superada esta actitud, sabes que estás a disposición de todo el mundo que sufre por alguna circunstancia o enfermedad.

Sabes también que muchas veces, en esta sociedad alterada en sus valores, el enfermo necesita- bastantes veces – de tu cosuelo, de tus palabras cariñosas más que de pastillas.

Se ha llegado a una situación tal que todos te necesitamos.
Te pareces al sacerdote. Este atiende dolencias del alma, tú las físicas y muchas veces las espirituales o psicológicas, junto con tu equipo de enfermeras y enfermeros.

Sois la avanzadilla del consuelo en los momentos cruciales de la persona.

Puede que el enfermo olvide mucho. Jamás, sin embargo, olvidará al médico que le curó sus dolencias.

Cuando ves a un ser humano indefenso, piensas en un niño pequeño. Le avisas cordialmente lo que le sucede. Y si eres creyente, lo preparas para que dé el salto a la otra vida en la que no hay necesidad de médicos.

No te apresures nunca por quitar de en medio al enfermo terminal. Que él termine su vida en la quietud, en la paz de tus cuidados y en el silencio de una vida terrenal que se acaba.
Sé una especie de sacerdote. Este da lo sagrado. Tú, la resistencia y el optimismo ante el mal físico.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Carta a un policía

¡Anda que la llevas buena! ¡Vaya sociedad en la que te ha tocado desarrollar tu duro trabajo!

Te admiro porque, de noche y de día, estás pegado al teléfono o callejeando con la patrulla.
Cuando el teléfono suena, ya sabes, no es, generalmente, para nada bueno.

Pero anímate. Haces en la vida un trabajo indispensable.
Hay personas de toda catadura moral. Tú, vigilante y servicial, logras que la convivencia sea humana, atenta y fuera de altercados.
Sé que te ha tocado un tiempo difícil. Los jóvenes. Con el maldito paro, no encuentran un puesto digno que los apartaría de tantos desencantos de la sociedad.

Los terroristas, peligro para cualquier ciudadano, han hecho blanco de sus armas contra el uniforme.
No miran otra cosa. No piensan en tu mujer, en tus hijos, en tu familia...¡Nada! Matar por matar.

De noche, cuando todo el mundo descansa, tú, vigilante nocturno, nos guardas de todo mal.
Tú, durante el día y la noche en el coche haces vida en el coche con el teléfono siempre conectado por si hay algún desacato contra la humanidad.

Sé que muchas veces la violencia nace en tus rojas venas. Sin embargo, por tu prudencia y aguante, consigues que la tortura no aparezca ante los otros. ¡Eres admirable! Los medios de comunicación social te sacan y airean cuando cometes alguna torpeza. ¡Y tantos servicios nocturnos y diarios pasan al olvido! Lo bueno que haces no es noticia. Un mamporro sí que cubre las pantallas, las ondas y las páginas tipográficas. ¡Adelante! Alguien piensa en ti como el amigo en el coche y pegado al teléfono de la vida.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Carta a una anciana o anciano

La vida te ha curtido en años y sabiduría. Y ya ves. Los antiguos griegos te consideraban como alguien importante en la sociedad. Habías dado tu vida por la patria, por la familia, por el trabajo... Todo te había hecho madurar y ser considerado un sabio o una persona prudente.

Hoy, por el contrario, en esta sociedad- que dicen que ha progresado y está supertecnificada – te tienen arrinconado como un mueble viejo que hay que arrojar por la ventana.

Te han tocado malos tiempos, abuelo, abuela.
Menos mal que con tu paciencia y tu sentido auténtico de la vida, eres capaz de superar estos egoísmos que, como un veneno, emponzoñan tu vida.

Permíteme que te diga que para cuantos tienen alguna responsabilidad, eres la voz de la experiencia, la ciencia hecha vida en la misma vida, la alegría de verte encorvado, canoso o calvo.., porque todo lo que eres y tienes es fruto de tu entrega a los otros.

Si te abandonan tus hijos o tus nueras o yernos, está tranquilo. ¿Qué aguarda a ellos en el futuro?...

Si te tratan mal, vete a una casa de ancianos, a una residencia. Al menos allá encontrarás amigos y amigas, religiosas o religiosos que te harán ver un mundo soñado en esperanzas y lejano de tristezas.

Alégrate por lo que has vivido y has hecho en tu vida en bien de la humanidad.
¡Animo! Nada te hunda.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Carta al payaso y ama de casa

Me dicen que tu alegría inunda el mundo entero.
Me cuentan que tu trabajo en casa no cuenta para nada. El gobierno no te lo paga. Los hijos y el marido inconscientes dicen que eso no es trabajo.

Y si embargo, desde que te levantas hasta que te acuestas, te pasas el día cuidando a los hijos, preparando comidas, barriendo la casa, poniendo orden.

Se te pasa el tiempo velozmente. ¡Enhorabuena, mujer linda de casa! ¿Qué sería de ti si no hubiera una persona atenta y delicada en todos los detalles que embellecen la vida?

El payaso es alguien semejante a ti.
Todos se ríen con su gracia, El intenta sacarle sabor a la vida, comunicar gozo a quien sufre, dar júbilo a quien tiene buena salud.

El payaso es el pararrayos de las toxinas que la persona acumula.

Tiene que echarlas fuera riendo como la mejor terapia.

Me alegra que en la vida haya muchos payasos. Sin ellos todo sería triste.
Me encantan los payasos. Aunque son seres humanos como tú, sin embargo, saben reír en la adversidad y hacer a la humanidad más feliz.

Si tu casa careciera de tu presencia, todo sería un guirigay sin orden ni concierto. Ama de casa y payaso, sois dos vigías de nuestras alegrías y de nuestras penas en el cristal de vuestra alma. Gracias.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

El testimonio que se exige a los cristianos

Hoy en día, cuando el hecho de ser cristianos no cuenta mucho parta cierta gente, el hombre de fe se ve más fuerte que nunca.

Así es. El cristiano necesita, a veces, de la espuela del sufrimiento y de la persecución para sentirse un verdadero testigo de Jesús en estos momentos cruciales de la historia y de la vida que estamos atravesando.

El decir "soy cristiano" adquiere una fuerza nueva actualmente. No exige testimonio de sangre en muchas ocasiones. Pero sí que exige el testimonio continuo de fidelidad reflexiva y paciente a los primeros y propios ideales de la vocación a la que ha sido llamado.

¿Quién es el cristiano? No una persona que se diluye en la barahúnda de este mundo. El cristiano es la persona que, con su fe viva en Jesús, da testimonio de la verdad en la que cree y de la gracia que le ha transformado.

Por eso, aún en contra de ciertas corrientes y ciertos ambientes que quieren encerrar al cristiano a lo simplemente cultual y meterlo en la sacristía, el cristiano es un fiel testigo de lo social y de todo aquello que concierne a la convivencia humana.

La persona cristiana aprovecha toda ocasión para dar pruebas de su fe.
El cristiano rescata el tiempo mediante el ejercicio continuo de su trabajo a favor de la vida y a favor de los hombres.

Y esto lo hace con gran desinterés, con una rectitud de conciencia encomiable y con una sinceridad que le lleva a veces a la muerte por amor a Dios y a sus hermanos los hombres.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE FE

¡Qué poquita cosa!

A veces el ser humano se devana los sesos pensando en hacer cosas grandes y deslumbrantes para atraer la atención de todos. Y, al no conseguirlo, cae en profunda depresión- tan común- por otra parte en nuestros días.

¿Te has fijado en la poquita cosa que es un deseo? Cuando un deseo es sincero y fuertemente arraigado en tu interior, tú, amigo/a puedes conseguir cosas interesantes para tu bienestar espiritual.

Sí, es cierto. Con un fuerte y sano deseo, tú puedes convertir a la sociedad sin muchas alharacas y ruidos triunfalistas.
Me imagino que lo has experimentado en tu propia vida.

¡Te has fijado en lo poquita cosa cosas que es una idea? Pues bien, una pequeña idea puede conmover el mundo entero.

Si alguien saliera pregonando una sola idea, por ejemplo, seamos humanos, y la gente que le rodea secundase esta vida inserta en la idea fuerza, el mundo iría cambiando lentamente o en seguida.

Hacen falta para cada época hombres originales. Y la nuestra está necesitada no tanto de líderes políticos cuanto de líderes humanos.

¿Te has fijado en lo poquita cosa que es una intención? Cierto que sí. Permanece en tu intimidad.
Y sin embargo es tan intensa que puede llegar a cambiar tu moralidad y tu actos. Todo en la vida está hecho de pequeñas cosas. El anciano se vale de la poquita cosa de su bastón para andar, la sonrisa es poquita cosa pero sirve para levantar a un alma caída, un vaso de vino o un cubata son poquita cosa pero sirven como medio para conversar.
Nada, amigo/a, es poquita cosa si lo haces todo con horizontes humanitarios, con bondad, cercanía y con la sonrisa abierta en tus labios y con tu corazón abierto también a los demás.

¡Vive hoy feliz!

MOMENTOS DE PAZ

Carta a la Humanidad

Me dirijo en este último momento de paz a la Humanidad entera. Quiero abarcar a cada ser que late en este lindo universo creado por Dios.

Quisiera, Humanidad amada, que fueras un arpa que tocara sones sinfónicos.
Detente ante los seres humanos que viven la existencia sin sus acordes finos y naturales.

Humanidad amada, ¿cuándo será el día en que empieces a amar y dejar en el polvo del recuerdo tus ansias de venganza, odio y guerra?...

No te construye tanto, Humanidad, como tomar conciencia de que cada ser humano es un templo, una iglesia, una selva, una floresta, un jardín y un parque en los cuales se refleja la divinidad.

Humanidad querida, siempre a tu lado, siento que mi corazón por tu amor, experimenta cosas que sueñan en esperanzas e ilusiones sin guerras ni fronteras, en un coro total que cante las alabanzas de cada ser humano que, en tu contacto, nunca sufra los envites de la maldad.

Sé buena, Humanidad. Ve en tu semejante un hermano.
Que no haya fronteras ni territorios. Que en todos los lugares se emblematice la palabra amor, como conductor auténtico de la vida y de la esperanza...
Humanidad amada, déjate de guerras estúpidas y comienza la siembra de la paz.

Estos momentos de paz pueden ayudar a que cada uno sea en su interior una fortaleza abierta a nueva vida, a una Humanidad en la que el corazón puro y sin malas intenciones prevalezca sobre el mal que no conduce a nada positivo.

¡Vive hoy feliz!