

Jueves 15. San Alberto Magno, obispo y doctor de la Iglesia

Dios nuestro, tú que puedes darnos un mismo querer y un mismo sentir, concédenos a todos amar lo que nos mandas y anhelar lo que nos prometes para que, en medio de las preocupaciones de esta vida, pueda encontrar nuestro corazón la felicidad verdadera. Por nuestro Señor Jesucristo... Amén.

Sabiduría 7,22—8,1: La sabiduría, reflejo de la luz eterna
Salmo 118 Enséñanos, Señor, tus leyes.

Lucas 17,20-25: El reino de Dios está entre ustedes “En aquel tiempo, los fariseos le preguntaron a Jesús: ¿Cuándo llegará el Reino de Dios? Jesús les respondió: El Reino de Dios no llega aparatosamente. No se podrá decir: Está aquí’ o Está allá, porque

el Reino de Dios ya está entre ustedes. Les dijo entonces a sus discípulos: Llegará un tiempo en que ustedes desearán disfrutar siquiera un solo día de la presencia del Hijo del hombre y no podrán. Entonces les dirán: ‘Está aquí’ o ‘Está allá’, pero no vayan corriendo a ver, pues así como el fulgor del relámpago brilla de un extremo a otro del cielo, así será la venida del Hijo del hombre en su día. Pero antes tiene que padecer mucho y ser rechazado por los hombres de esta generación”



Dios nuestro, tú que puedes darnos un mismo querer y un mismo sentir,

concédenos a todos amar lo que nos mandas y anhelar lo que nos prometes para que, en medio de las preocupaciones de esta vida, pueda encontrar nuestro corazón la felicidad verdadera. Por nuestro Señor Jesucristo... Amén.

Lucas 17,20-25: El reino de Dios está entre ustedes **La angustia**

Estado anímico de extrema inquietud ante un peligro no definido. El individuo que experimenta angustia se siente desarmado e impotente ante una amenaza vaga, inexplicable e indeterminada.

Causas:

- Pérdida amorosa que lleva a un sentimiento de abandono
 - Actividad sexual insatisfactoria.
 - Conflicto interior.

De ahí:

- Palpitaciones.
- Sudores.

- Temblores
- Ahogos
- Aceleración del ritmo cardiaco.

DE LA ANGUSTIA A LA PAZ

El divorcio. Produce mucha angustia, especialmente en los niños. Los niños hasta una cierta edad (8 meses) es fácil dejarlo al cuidado de un conocido o de una nueva niñera. Pero pasado este tiempo el niño se queja cuando no ve a sus padres o seres más cercanos.

La escuela. También podemos observar este trastorno en el momento en que los niños ingresan por primera vez a la escuela. Sienten esta angustia al ver que son alejados de sus padres para ser puestos en un grupo de niños y personas que el desconoce.

Ansiedad. Es el malestar de no ser capaces de controlar los sucesos futuros. Los síntomas físicos son tensión muscular, sudor en las palmas de las manos, molestias estomacales, respiración entrecortada, sensación de desmayo inminente y taquicardia. De ahí que nos refugiamos en el horóscopo, en las supersticiones...

Hay que aprender.

- A respirar. Tomar aire profundamente y luego botarlo lentamente.
- Hacer un descanso a medio día. Aunque sea por 15 minutos.
- Comer muchas frutas.
- Dejar a un lado las bebidas embotelladas. Cada refresco contiene una cucharada de azúcar.
- Tener una dieta balanceada.
- Caminar
- Sonreír y sonreír

El día más bello, hoy

La cosa más fácil, equivocarse
 El obstáculo más grande, el miedo
 El mayor error, abandonarse
 La raíz de todos los males, el egoísmo
 La distracción más bella, el trabajo
 La peor derrota, el desaliento
 Los mejores maestros, los niños
 La primera necesidad, comunicarse
 La mayor felicidad, ser útil a los demás
 El misterio más grande, la muerte
 El peor defecto, el mal humor
 El ser más peligroso, el mentiroso
 El sentimiento más ruin, el rencor
 El regalo más bello, el perdón
 Lo más imprescindible, el hogar
 La ruta más rápida, el camino correcto
 La sensación más grata, la paz interior
 El arma más eficaz, la sonrisa
 El mejor remedio, el optimismo
 La mayor satisfacción, el deber cumplido

La fuerza más potente, la fe
Los seres más necesitados, los padres
Lo más hermoso de todo, el amor Madre Teresa de Calcuta

Consejos para ser feliz

La Tolerancia es el respeto hacia los demás y la virtud de la paciencia. No respetar a los otros es un impaciente. Lamentablemente en Venezuela hay mucha gente intolerante. Hay un lato grado de inmadurez que provoca actos de vandalismo que perjudican a todos.

Nos quita la paz:

- La cola para todo.
- Los productos de primera necesidad que no logramos encontrar.
 - La delincuencia desatada.
 - La corrupción en aumento.
 - Las autoridades con los brazos cruzados.
 - La desunión de los habitantes de la comunidad.
 - El alcoholismo y la drogadicción a campo abierto.
- Unos medios de comunicación sin sentimientos para con la familia.
 - Más y más impuestos.
 - Cada día más sometidos y encerrados.

Tenemos que relacionarnos con los demás y aprender a convivir. Por ejemplo un vecino que todo el día mete ruido. Todos los días es un fastidio y luego quiere que le prestemos azúcar, café y le atendamos de buena manera. Hay que educarlo y enseñarlo a vivir en comunidad. Eso no se logra de un día para otro. Eso es producto de todos los días y a cada rato.

Para ello hay que llenarse de Dios. Fuente inagotable de paz y de mucho amor. Por nuestra cara bonita y palabras refinadas no los vamos a convencer.

La verdad es la fuerza de la paz

Esa paz, que todos anhelamos, tiene necesidad de sinceridad y verdad.

Se hace necesario que llamemos a las situaciones por sus nombres

La verdad ilumina los caminos de la paz

La verdad fortalece los medios de la paz

La verdad del Evangelio

La construcción de la paz es un quehacer de todos los hombres y de todos los pueblos. Todos dotados de corazón y de razón, y hechos a imagen de Dios, son capaces del esfuerzo de verdad y de sinceridad que consolida la paz.

El Evangelio nos grita que la violencia es una mentira, porque va en contra de la verdad de nuestra fe, de la verdad de nuestra humanidad.

No podemos confiar en la violencia.

No debemos apoyar la violencia.
Ese no es un camino cristiano.
No es nuestro camino.
Nuestro camino está en el amor y el perdón.

diosbendice1@cantv.net