

Al servicio de la verdad y la vida

Domingo 7 de diciembre
del año 2025
**SEMANARIO
CATÓLICO
NACIONAL**
AÑO 44 • EDICIÓN 2318
\$15.00

Editorial

**Esta es
su tierra**

Pág. 6

caminord.com

Arquidiócesis de Santiago

Tradicional Cena Pan y Vino llena de alegría a Villa Trina



Pág. 8

Padre Agustín Fernández, Mons. Héctor Rafael Rodríguez y Padre Alejandro Contreras

Quinta graduación del Diplomado Teología para Laicos

Pág. 2

**Radio Jesús es
el Señor celebra
20 años
evangelizando**

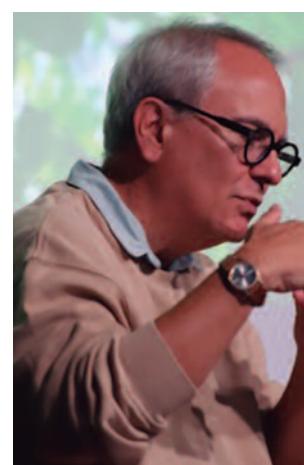


Pág. 10



**Doña Elsa
Brito de
Domínguez
ejemplo de
entrega y fe**

Pág. 3



**Cuando el
silencio
habla
Visita de
Pablo D'ors
al país**

Pág. 12



Padre William Arias · wilarias4@hotmail.com

Mientras la gente veía La Casa de Alofoke

El mundo del entretenimiento se ha diversificado y masificado tanto, con resultados sumamente sorprendentes, ayudado por la tecnología y un público ávido de ver cosas nuevas y diferentes, y actualmente desde un reflejo o un escenario parecido a lo que vive o a lo que quisiera vivir. En gran parte en esto radica el éxito que ha tenido el "reality show" la Casa de Alofoke, que se convirtió en un fenómeno de atención, en el público consumidor de estos entretenimientos en nuestro país.

Ahora, fuera de su influencia mediática y de show, la gente ha cuestionado su contenido, por las palabras y escenas vulgares que cuentan que allí se dieron, lo que consideran que no es bueno para los que allí como espectadores se dieron cita; comunicadores y hasta grupos eclesiales se manifestaron en su contra, pero de nada valió, el espectáculo continuó hasta su final.

La capacidad de atención que captó fue muy impresionante,



gente que se desvelaba e incluso pagaba para avalar a algunos de los participantes, en el pulso que allí se daba. Casi todos piensan que lo que allí se da es totalmente real, pero se olvidan que es un espectáculo, un show que debe provocar atención, expectación, captar de manera total al que los está mirando. En realidad, allí se explota el morbo, lo sensual y sexual, y muchos elementos bajos y hasta inmorales que en sí deben de ser repudiados por la sociedad en su totalidad, pero no lo es,

pues al público le gusta eso, y por eso lo exponen, y "si el pueblo pide pan, no le den tableta".

La gente entonces se encierra en ese universo mediático y de distracción, que les lleva a escaparse de su realidad, a desocuparse de la misma, a los poderes socio-políticos e intereses de turno les encanta y beneficia tal situación. Llegan a auspiciar y apoyar programas y medios como estos.

Entonces asistimos a una desconexión de los problemas que le aquejan y necesitan soluciones: problemas familiares, sociales y hasta personales, y los poderes e intereses citados hacen y deshacen sin que nadie los interpele o les importe, y tienen a una sociedad más fácil de explotar y abusar.

Por eso, mientras la gente veía la Casa de Alofoke, ocurrieron una serie de situaciones en la sociedad dominicana, que merecían en ese momento y aún merecen la atención nuestra, pero nadie dijo o ha dicho nada, porque todo el mundo estaba en

otra cosa. Por ejemplo, hubo en ese tiempo un "black out" del sistema eléctrico y se tomó tan suave como si fuera un apagón más, y al día de hoy a nadie le ha importado saber a ciencia cierta la real causa del mismo.

Los casos de corrupción en gente de gobierno y de autoridades envueltas en casos de narcotráfico, se han seguido dando y salieron a la luz en esos días y todos siguieron tranquilos viendo el evento; una autopista recién terminada, inmediatamente ya tiene problemas o vicios de construcción y la noticia ha pasado sin más; el gobierno se sigue endeudando; los feminicidios continúan, los accidentes en las vías se multiplican, etc., y así pudiésemos citar más situaciones, que en todo ese período se han dado, y nadie, por estar ocupados viendo el circo mediático de ese caballero y sus personajes de feria, no supo, no le interesó, pero la situación ahí está y persiste, y ojalá no paguemos malas consecuencias.

Quinta graduación del Diplomado Teología para Laicos



-Adelina Martínez Marchena

En un ambiente de gratitud, alegría y fraternidad, los estudiantes de la Escuela Teológica Misionera Levadura, dirigida por la Congregación de los Misioneros del Sagrado Corazón (MSC), culminamos el diplomado de Teología para laicos, el cual cuenta con el aval de la Universidad Católica Nordestana (UCNE).

Durante más de un año, los participantes del diplomado fuimos formados en las asignaturas de Antropología, Cristología, Eclesiología, Liturgia, Doctrina Social de la Iglesia y Biblia.

El día 21 de noviembre, 61 alumnos, 34 de Samaná y 27 de Santiago, recibimos de manos del director de la escuela, el padre Antonio Guzmán, MSC, el certificado que nos acredita por haber cumplido los requisitos como participantes de dicho diplomado.

La conducción de la ceremonia estuvo a cargo del Pbro. Roberto Núñez, MSC, Párroco de la parroquia Santuario Nuestra Señora de la Altagracia, quien, además, fue uno de nuestros formadores.

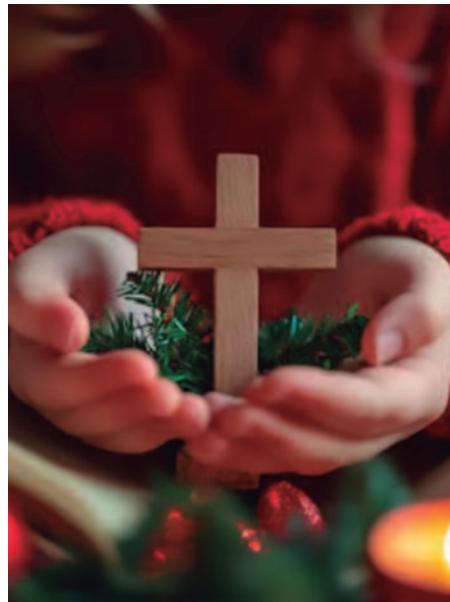


DESDE EL MONASTERIO
Fr. Agustín Rivera, OSO - Monje Cisterciense

Se acabó el Tiempo Ordinario y llegó el Tiempo de "Espera" ... Are you ready?

Y así, sin darnos cuenta, se nos fue el Tiempo Ordinario, como quien deja de ver su serie favorita justo antes del final de temporada. Pero tranquilos: ahora ha comenzado el Adviento, ese "modo espera" que no es pasividad, sino entrenamiento del alma, y verdadero inicio del año litúrgico.

Porque, seamos sinceros, el Adviento no se vive igual para todos. Hay quienes lo entienden como: "Faltan cuatro semanas para poner el arbolito", y otros que ya están en modo Black Friday espiritual, corriendo de compra en compra, pero sin comprar lo más importante: la conversión.



La Iglesia, con toda su sabiduría, nos dice: "Detente. Espera. Prepara el corazón." Pero a nosotros nos cuesta, vivimos tan acelerados que

hasta el silencio nos da ansiedad. Y sin embargo, el Adviento es eso: silencio, espera y vigilancia, no para matar el tiempo, sino para dejar espacio para que Dios lo llene, naciendo dentro de él.

San Bernardo decía que Cristo viene tres veces: vino en Belén, vendrá al final de los tiempos, y viene cada día al alma que le abre la puerta. El problema es que a veces la puerta está tapada con cajas del árbol, luces, y ese "playlist navideño" de "Cima Sabor Navideño" que suena desde octubre.

Ojalá nos quedara claro de una vez por todas, que el Adviento

no es un countdown para la cena de Nochebuena; en todo caso, es una cuenta regresiva para despertar el alma a un nuevo comienzo. Es revisar el corazón, limpiar la casa interior y preparar un pesebre donde el Niño Dios no tenga que dormir sobre facturas, resentimientos o prisas sin sentido.

Así que sí: el Tiempo Ordinario se acabó, pero el tiempo extraordinario de la gracia apenas empieza. Por lo que esta semana vale la pena que te hagas la pregunta: ¿Voy a vivir el Adviento con el alma despierta... o seguiré dormido en modo "ordinario"?

Doña Elsa Brito de Domínguez ejemplo de entrega y fe

Publicamos fragmentos de la Cátedra Magistral sobre la elevación de la Universidad Católica Madre y Maestra a la categoría de Universidad Pontificia, que tuvo como conferencista de Honor a Doña Elsa Brito de Domínguez, una mujer que encarna, en cuerpo y espíritu, los valores fundacionales de nuestra universidad: el amor al saber, la fe que ilumina la inteligencia y la entrega generosa a las generaciones que vienen detrás.

Doña Elsa Brito de Domínguez nació en Tamboril, el 10 de diciembre de 1935,



en un hogar donde aprendió el valor del estudio, la disciplina y el servicio.

En la Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña obtuvo el título de Licenciada en Educación y

Orientación, consolidando una sólida formación que marcaría toda su vida profesional.

Su carrera docente comenzó en 1957 en el Liceo Ulises Francisco Espaillat, donde laboró durante casi dos décadas. En 1975, se integró al claustro de la Pontificia Universidad Católica Madre y Maestra, donde impartió docencia durante más de cuarenta años. Se jubiló con el rango de Profesora Asociada, dejando una huella profunda en la historia de la institución y en el corazón de sus estudiantes.

Doña Elsa ha sido también maestra en su vida familiar, junto a su esposo ya fallecido, formó una hermosa familia de cinco hijos: Pedro, Francisco, Alejandro, José Luis y Elsa María. Todos egresados de esta Universidad. Tres son abogados, uno médico y otro economista.

Es cofundadora y primera presidenta de la Sociedad Cultural Ronda Literaria y más tarde presidenta del Ateneo Amantes de la Luz. Ha recibido distinciones como: la Orden al Mérito Duarte, Sánchez y Mella; el Reconocimiento Salomé

Ureña del Ateneo Dominicano; y el Premio Cristo Vivo, otorgado por la Embajada Dominicana ante la Santa Sede. Ha sido declarada Hija Meritoria de Tamboril, y su nombre da identidad a centros educativos y calles de nuestro país.

En Doña Elsa se entrelazan la maestra que enseña, la poeta que nombra la belleza, la gestora que impulsa la cultura y la creyente que testimonia su fe con alegría y esperanza.




Con sabor a Chocolate


[@cafemonterealrd](https://www.instagram.com/cafemonterealrd)



Imprófincas

Muebles para Oficinas y Papelería en General

Muebles para Bares y Restaurantes

Muebles Escolares

Papel para plotters

La calidad, la garantía y el servicio son los soportes de nuestros precios

Imprófincas

Hacemos entrega en cualquier punto del país sin costo adicional

Santiago - Santo Domingo y San Francisco de Macorís
 Teléfonos 809-583-0028 •• 809-565-0044



RUM
REHABILITACIÓN
UNIÓN MÉDICA



[unionmedica](https://www.facebook.com/unionmedica)
www.clinicaunionmedica.com

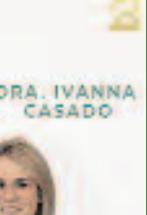
SERVICIOS A LA VANGUARDIA Y DE ALTA CALIDAD EN:

- Terapia Física Convencional
- Modalidades Eléctricas
- Ondas de Choque
- Drenaje Linfático
- Láser
- Tracción Cervical y Pélvica
- Movimiento Continuo Pasivo (CPM)

- Camilla de Bipedestación
- Terapia Ocupacional
- Terapia Neurológica
- Trastorno Motor Infantil
- Terapia Deportiva
- Terapia del Habla
- Robótica en Rehabilitación
Marcha y Equilibrio



DRA. CARMEN PERALTA



DRA. IVANNA CASADO



DRA. RAYSSA FRANCO



Vimenca
Recibo y envío de remesas

WESTERN UNION | Yes!

Arquidiócesis de Santiago realiza concierto con Alfareros



La Arquidiócesis de Santiago anunció el concierto "Peregrinos de Luz" con Alfareros, el jueves 11 de diciembre en la Gran Arena del Cibao, a las 8:00 de la noche. El objetivo es recaudar fondos para la emisora Radio Luz 93.7 FM.

El grupo promete una noche con lo mejor de su repertorio y de su más reciente álbum: "Oveja de tu Prado".

El padre Pablo Ariel López, director de Radio Luz, expresó que esperan el apoyo de todo

Santiago para poder adquirir un transmisor moderno, y que la misión evangelizadora de la emisora tenga mayor alcance.

Los artistas invitados que formarán parte del concierto serán, José Miguel Arias, Adrián Portes, Jadel Taveras, Arcadio Valdez, Fausto Reyes y Elianna Pérez.

Las boletas están disponibles en Radio Luz, Librerías Las Paulinas, El Economato, y Todotickets. do.

En Honor a Juan Tomás Checo



mente en segundo curso, llegando hasta el tercer grado. Aun así, lo aprendido le sirvió para toda una vida de esfuerzo, fe y sabiduría.

Contrajo matrimonio en 1972 con Ana Josefa Jaquez, y junto a ella formó una familia hermosa con sus siete hijos: Ramonita, Jaime, Eddy, Wilfrido, Matías, Aura y Águeda. A ellos se suman sus queridos nietos y bisnietos, orgullo y alegría de su corazón.

Desde joven, Vale Tomás trabajó sin descanso en el campo. Crió a su familia gracias al trabajo de sus conucos y, muy especialmente, al fruto del café que sembraba y cosechaba con la ayuda de sus hijos y de su sobrino Daniel, a quien siempre ha querido como un hijo más. Con ese esfuerzo humilde, formó una familia fuerte y unida.

En la Iglesia también ha dejado su huella. Inició como catequista en 1968, luego como animador de asamblea en 1978, y en 1999 fue ordenado diácono permanente de la parroquia San Isidro, del Rubio, servicio que ha ejercido con entrega y profunda fe.

Juan Tomás Checo Estévez nació el 28 de noviembre de 1945, hijo de Manuel Checo y Ana Mercedes Estévez, y fue bautizado el 23 de enero de 1946. Su niñez transcurrió en medio del trabajo y las limitaciones de su comunidad, donde no había escuela. Por eso comenzó a estudiar entre los 8 y 10 años, asistiendo en un primer momento a clases nocturnas de alfabetización junto a su padre y hermano.

Cuando se abrió la escuelita, ya sabía lo básico y entró directa-




SEMANARIO CATÓLICO NACIONAL

Fundado el 5 de julio del año 1981

**Auspiciado por la Conferencia
del Episcopado Dominicano**

Edited por el
Arzobispado de Santiago de los Caballeros
Apartado 679- Calle 30 de Marzo No. 1
Teléfonos 809-583-5845
809-583-1101 y 809-583-3931
E-mail: semcamino@gmail.com

Registro de Interior y Policía No. 5494

PRIMER DIRECTOR
Mons. Gilberto Jiménez, 1981
R. P. Donato Cavero, sj, asistente.

SEGUNDO DIRECTOR
Mons. Vinicio Disla, 1981-1987

TERCER DIRECTOR
R. P. Ramón Dubert, sj, 1987-2005

DIRECTOR
Lic. Virgilio Apolinar Ramos

REDACCIÓN
Sabrina Martínez

CONSEJO DE DIRECCIÓN
Mons. Carlos Tomás Morel Diplán
Lic. Virgilio Apolinar Ramos
Arq. César Payamps
Lic. Carlos Iglesias

**GERENTE
ADMINISTRATIVO**
R. P. Agustín Fernández Blanco

**COMPOSICIÓN
Y DIAGRAMACIÓN**
María Franco de Moscat

DISEÑO
Juan Ortega

.....
SUSCRIPCIÓN:
RD\$750.00 por un año
.....
caminord.com



Editorial

Esta es su tierra

Los aeropuertos dominicanos siempre son alegres, pero en diciembre mucho más. La llegada de miles de nuestros hermanos que residen en el exterior, se convierte en una fiesta que envuelve los sentimientos más nobles y que toma mayor auge al pisar este terruño que los vio nacer.

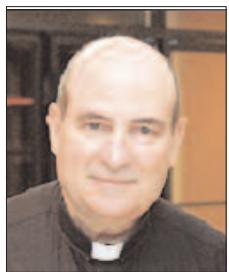
Además, el hecho de nosotros ser isleños nos da una connotación de pertenencia que, en otros ciudadanos nacidos en continentes, no es tan visible.

Sean bienvenidos y bienvenidas a su Patria. Llegue a ustedes la gratitud sincera por su espíritu solidario con los que un día, con nostalgia, dejaron aquí.

Ustedes han sido un soporte fundamental para mejorar la calidad de vida de sus familiares. Gracias a sus sacrificios pueden enviar cada mes recursos económicos, para que ellos puedan comprar medicamentos, alimentos, arreglar sus casas, y así llevar una vida más digna. Ustedes han sido el soporte de obras comunitarias que embellecen campos y barrios.

Dominicanos y dominicanas, a quienes nunca llamaremos ausentes, ustedes son dignos representantes de la patria. Su amor al trabajo y los valores que preservan en otras naciones, nos hacen sentir orgullosos de sus acciones.

Sugerimos a las autoridades brindarles mucha seguridad, sobre todo cuando salen de los aeropuertos hacia sus hogares, y así evitar que sean víctimas de los delincuentes. También, al llegar al país manejen con mucha prudencia y precaución, porque aquí nuestras calles, autopistas y carreteras, parecen una selva. Para muchos choferes, conductores, patanistas, y motoristas las señales de tránsito es como si no existieran. Disfruten sus vacaciones. Esta es su tierra.



DESDE LOS TEJADOS
Manuel P. Maza, sj. • maza@belenjesuit.org

Navidad: esperanza de justicia

Según los “especialistas” de la Navidad, para celebrarla adecuadamente se necesita nieve, cubrir la fachada de la casa de foquitos y empeñar el año próximo en varias tiendas. La Palabra de Dios en este Domingo segundo de Adviento, nos pone a caminar otros caminos.

La Navidad conmemora la llegada de Jesús, un líder que le hizo justicia a los pobres y desamparados, derrotando la violencia de los soberbios. El pasaje de Isaías 11, 1 -10 trae una esperanza para las naciones enfrentadas.

Siempre, pero sobre todo en Navidad, se puede trabajar por la reconciliación. Los cristianos creemos que la paz es posible.

Pero la paz que nos trajo Jesús no esconde la miseria. El Salmo 71 nos instruye: el Mesías: “librará al pobre que clamaba, al afligido que no tenía protector; él se apiadará del pobre, y salvará la vida de los indigentes.”

Para muchos, Navidad es más de lo mismo. Este domingo, la Iglesia nos enseña que para celebrar la Navidad hemos de cambiar movidos por la fuerza del Señor. Con el texto de Mateo 3,1-12, la Iglesia nos exhorta con Juan el Bautista: “convírtanse, porque está cerca el reino de los cielos; La verdadera Navidad no necesita en-

volverse en papel de regalos. Hay árboles que lucen hojas bellas, pero no producen frutos de justicia. ¡Esos serán cortados! La Navidad no es asunto de fachadas pintadas, sino de un corazón renovado por la justicia, don del Espíritu.

Cambiemos para celebrar la Navidad. Trabajemos por reunir a la familia y amistar a los desavenidos. Examinemos nuestra justicia, especialmente hacia tantos pobres, limosneros de candidatos, que necesitan educación y trabajo para ser protagonistas de sus propias vidas.

Preparémonos a celebrar el nacimiento de Aquél, de quien se dijo: “la justicia será cinturón de sus lomos, y la lealtad, cinturón de sus caderas.”



El árbol que no dé frutos de justicia será cortado



CAMINANDO
Pedro Domínguez Brito
dominguez@dominguezbrito.com

Un repaso a nuestra Justicia

Me encantan las tertulias jurídicas donde participan abogados de distintos pensamientos. Nos nutrimos examinando desde diversas ópticas lo que refleja nuestro sector. Siempre repasamos cómo marcha nuestra justicia; al respecto, en los últimos años, aunque hay consenso, los debates son intensos, sobre todo cuando el ingrediente político-partidista se apodera del escenario. Además, las pasiones resaltan en este tipo de peñas.

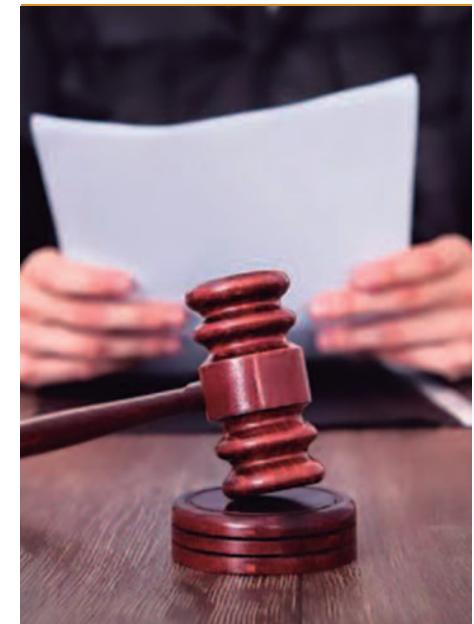
Lo que expresaré podría extrañar a quien no está acostumbrado a la toga y al birrete. De estos encuentros y de conversaciones privadas con conocedores de nuestra sociedad, destacó un denominador común: los actores de la justicia dominicana, en términos generales, tratan de hacer su trabajo con eficiencia y honestidad.

En realidad, los corruptos son la excepción, aunque quizás no reciban el castigo merecido cuando violan la ley, lo que representa una seria debilidad del sistema.

Estuvimos de acuerdo en que gran parte de los jueces cumple de forma razonable o excelente su rol. Existen cientos de magistrados que dignifican al Poder Judicial, sean jóvenes egresados de la carrera o profesionales con muchos años al servicio de la judicatura.

Estos jueces son valorados, supervisados, se mantienen de su salario y quizás también de la academia. Los hay en todas las instancias, desde los Juzgados de Paz hasta la Suprema Corte de Justicia, y por igual incluyo al Tribunal Constitucional, al Tribunal Superior Administrativo y al Tribunal Superior Electoral.

Prácticamente puedo repetir lo mismo del Ministerio Público. Cientos de fiscales hacen su labor con responsabilidad, en ocasiones sin tener las condiciones materiales adecuadas. Arriesgan sus vidas cada día, enfrentando lo peor



de la población, y lo hacen con un valor encomiable. Muchos viven de manera humilde, solo con lo que perciben cada mes. Inspiran respeto entre los abogados. Varios son excelentes catedráticos en universidades. Los hay en todos las instancias.

Otro protagonista de la justicia es la Policía Nacional. Sin dudas, ha mejorado sustancialmente, tanto en lo moral como en lo preventivo e investigativo. Cada día comprende más su misión establecida en la Constitución y las leyes. Hemos progresado.

Los abogados son parte esencial de nuestra justicia. En nuestras reuniones resaltamos que la mayoría actúa de manera correcta, que los sinvergüenzas son los menos. En lo particular, confío a ciegas en casi todos los abogados que conozco, donde solo basta la palabra de cada uno para cumplir una obligación.

Nuestra sentencia en esos encuentros suele ser que aunque el camino todavía es largo y existen notables deficiencias, en materia de justicia avanzamos. Gracias a Dios, tenemos a favor que la ciudadanía está atenta y no guarda silencio cuando se irrespeta a la justicia, que es la voz de la verdad.

Arquidiócesis de Santiago

Tradicional Cena Pan y Vino llena de alegría a Villa Trina

Mons. Héctor Rafael Rodríguez

La comunidad parroquial de Villa Trina celebró su hermosa tradición de la Cena Pan y Vino el pasado 30 de noviembre. Aquí, tuve la oportunidad de compartir una reflexión frente a una preocupación que cada día se vuelve más visible: Corremos el riesgo de vivir bajo el mismo techo solo para compartir el mismo wifi, sin compartir la vida, la mirada, la escucha ni el corazón.

La tecnología es un don, pero nunca puede sustituir la ternura, la presencia, el diálogo y la fraternidad que hacen de la familia una verdadera "Iglesia doméstica". En este Adviento, tiempo de espera y esperanza, nos urge volver a lo esencial: reencontrarnos como familia, reconectar des-



de el alma y hacer de cada hogar un espacio de amor concreto, miradas auténticas y vínculos reales.

Gracias al Padre Alejandro Contreras por extenderme la invitación a esta actividad, a su equipo pastoral y a todos los fieles que, con tanto cariño, prepararon este encuentro que ya forma parte del corazón



espiritual de esta comunidad.

Agradezco profundamente la calidez, la cercanía y la fe con que la comunidad de Villa Trina vive su camino cristiano. Para mí siempre es una bendición poder acompañarlos, escucharlos y orar juntos, especialmente cuando nos preparamos para la venida del Señor.



Desde España
HOJUELAS DE ESPERANZA
 Mary Esthefany García
 hojuelasdeesperanza@gmail.com

La presencia de Dios en lo cotidiano del hospital



Dios no está lejos. Se hace presente en cada gesto de cuidado, en cada sala, en cada susurro de esperanza. El hospital, con su carga de sufrimiento y fragilidad humana, es también un lugar donde Dios pasa, se queda y abraza.

En medio del dolor, la incertidumbre y la espera, su presencia se revela de forma silenciosa pero profunda: en una mano que sostiene otra, en una mirada compasiva, en el esfuerzo incansable del personal de salud. Allí donde parece haber sólo rutina o desesperanza, brota la luz de lo divino. **"Yo estoy con ustedes todos los días." – Mateo 28,20**

Esta promesa de Jesús cobra un sentido especial en los pasillos del hospital. No importa cuán oscura parezca la noche del alma; Él permanece, aún cuando no lo sentimos. La experiencia hospitalaria, con su intensidad emocional y su vulnera-

bilidad, nos recuerda que Dios camina con nosotros incluso en las circunstancias más humanas y frágiles. Su compañía no siempre se manifiesta con milagros visibles, sino con consuelos cotidianos: una palabra amable, una oración compartida, un pequeño gesto de bondad.

Al mirar atrás, comprendo que cada jornada vivida en ese entorno fue una escuela de fe.

Aprendí a reconocer a Dios en lo pequeño, en lo escondido, en lo aparentemente común. Mi corazón se ensanchó al ver que, incluso en el dolor, la esperanza florece cuando Dios está presente.

Oración final:

Señor, enséñame a verte en lo cotidiano, en lo simple, en lo roto. Que nunca me falte la fe para descubrirte en medio del sufrimiento y la esperanza para compartir tu luz con quienes atraviesan la noche. Amén.

Peregrinando a Campo Traviesa | Manuel Pablo Maza Miquel, S.J. mmaza@belenjesuit.org

La primera fiesta cristiana fue la Pascua, luego vino la Navidad

Jesús fue crucificado hacia el año 30. En ese momento, según el historiador romano Tácito, Poncio Pilato era Prefecto de Judea y Tiberio el Emperador. En los primeros años de la vida cristiana, la primera y única fiesta en toda la Iglesia fue la Pascua, la muerte y la resurrección de Jesús. Pronto se dedicaron 50 días a recordar la Pascua.

El primer día de cada semana, es decir, el día después del sábado, los cristianos se reunían a celebrar la Pascua. Eventualmente ese día se convirtió en el “*dies domini*”, el día del Señor (en latín, *dominus*). Así lo mencionaba ya el obispo mártir, Ignacio de Antioquía en sus cartas († entre el 108 y el 110). En el año



que va del 111 al 112, en una carta al emperador Trajano (98 – 117), Plinio, el joven (62 – 113), gobernador de Bitinia en las márgenes del Mar Negro, le informaba sobre un grupo religioso que se reunía una vez a la semana para cantarle himnos a Cristo, como si fuera divino.

El primer día de cada semana, es decir, el día después del sábado, los cristianos se reunían a celebrar la Pascua. Eventualmente ese día se convirtió en el “*dies domini*”, el día del Señor (en latín, *dominus*).

Los cristianos de Alejandría de Egipto ya celebraban en el siglo II la fiesta de la Manifestación de Cristo como luz de todos los pueblos. Las diferentes comunidades se referían en los comienzos de enero a varias manifestaciones de Jesús. Hoy en día, la Iglesia católica las ha mantenido en este orden: Navidad, Adoración de los magos, Bautismo de Jesús y primer signo en Caná.

Se advierte que, uno de los motivos predominantes en Alejandría fue la manifestación (en griego, Epifanía) de la luz. Se sabe que al final del siglo IV se celebraba la Epifanía en todas las Iglesias de la zona oriental del Imperio Romano.

Nosotros celebramos la Navidad el 25 de diciembre, porque los cristianos de Roma le tumbaron con la Navidad una fiesta inventada por el Emperador Aureliano († 275). Durante su reinado, el imperio estaba cada vez más amenazado por los bárbaros que presionaban en las fronteras. Aprovechando que, hacia el 21 de diciembre los días empiezan a ser más largos, Aureliano (270 – 275) lanzó también su propaganda: así como la luz del sol vencía la oscuridad y la noche, con él el Imperio volvería a ser grande otra vez. De seguro que ya usted lo descubrió: ¡el sol invencible era él!

Preparemos el camino del Señor

“Voz del que grita en el desierto: ‘Preparen el camino del Señor, enderecen sus senderos’.” (Mt 3,3)

Diácono Ysis Estrella

En este segundo domingo de Adviento, la voz de Juan el Bautista vuelve a resonar con fuerza. Su llamado no es una frase del pasado, sino una invitación viva para nuestro tiempo. Preparar el camino del Señor significa abrirle espacio a Dios en medio del ruido, la prisa y las cargas de la vida diaria. Es volver al corazón, reconocer lo que necesita ser sanado, acomodado o purificado, y dejar que Él nos renueve desde dentro.



Adviento es un tiempo hermoso porque combina esperanza y conversión. La Iglesia nos llama a detenernos un momento y preguntarnos: ¿Qué senderos necesitan ende-

rezarse en mi vida? ¿Qué actitudes debo dejar atrás para que el Señor encuentre una casa abierta? El Papa Francisco nos recuerda: “Dios viene a nuestra vida cuando le

Preparar el camino es perdonar, escuchar más, criticar menos, hacer la paz donde existe tensión y sembrar un poco de bondad donde haya dureza. Es permitir que la luz del Señor ilumine nuestras sombras y despierte en nosotros una fe más limpia...

abrimos la puerta del corazón con sencillez” (Homilía, 10 diciembre 2017).

Preparar el camino es perdonar, escuchar más, criticar menos, hacer la paz donde existe tensión y sembrar un poco de

bondad donde haya dureza. Es permitir que la luz del Señor ilumine nuestras sombras y despierte en nosotros una fe más limpia y más serena.

Pidamos la gracia de vivir este Adviento con sinceridad. Que, al preparar el camino, descubramos que el Señor ya viene a nuestro encuentro, trayendo consuelo, alegría y vida nueva. Cada gesto de amor es un sendero que se allana, y cada paso hacia el bien abre la puerta para que Cristo entre y transforme nuestra historia.

Radio Jesús es el Señor celebra 20 años evangelizando

La emisora católica Radio Jesús es el Señor celebró su vigésimo aniversario de evangelización, en una actividad a cargo del señor Rafael Osvaldo Alba, director, y Rosa Céspedes de Alba, subdirectora. Les acompañaron Evelin Collado, Juan Pablo Reyes y todo el equipo de trabajo.

Fue un día cargado de contenido. Inició a las 8:00 de la mañana, con prédicas, oración y adoración, a cargo del diácono Yany Díaz, Sileny Rosa, y Yury Fernández. La fiesta aniversaria que fue conducida por Apolinario Ramos y culminó con la celebración de la santa Eucaristía presidida por monseñor Héctor Rafael Rodríguez, Arzobispo Metropolitano de Santiago de los Caballeros, y concelebrada por los padres Rainer



Vásquez, Nicolás Domínguez y Julio Genao. Acompañados por el diácono Jorge, de Esperanza, Mao, y los animadores de Asamblea Tony Rodríguez, Príamo Veras, Miguel Zacarías, entre otros.

En el momento de las ofrendas desfiló la mayoría de los programadores de la emisora presentando cada uno su espacio: Evelin Collado,

Rocío Tineo, Yasmin Marte y su esposo José Miguel Espinal.

Animaron los ministerios Unción Joven, Enrique Félix, Williams Reyes, Luis Ramón Polanco y Eva Hernández. La fiesta tuvo lugar el domingo 30 de noviembre, en el auditorio del Colegio Sagrado Corazón de Jesús, Santiago de los Caballeros.



Al celebrar este 20 aniversario, nos llenamos de alegría y gozo, porque el Señor nos ha dado la gracia y las fuerzas para vencer tantos obstáculos que se han presentado en este largo caminar. Y pedimos al Señor siga capacitando personas que verdaderamente amen las obras que se realizan a través de esta Emisora, y para que siga

cumpliendo muchos años más.

“Radio Jesús es el Señor 750 AM” es una institución sin fines de lucro, que pertenece a la Arquidiócesis de Santiago de los Caballeros. Se sostiene con la colaboración de los fieles oyentes.

Sirena

Más de una emoción

sirena.do
pickup & delivery

 [sirena.do](https://www.facebook.com/sirena.do)

 [sirena](https://www.instagram.com/sirena.do)



El Movimiento Familiar Cristiano, MFC, eligió un nuevo presidente Arquidiocesano, el matrimonio de Claudio Antonio Pichardo y Arelis Albañeris Arias Rodríguez. Contó con la dirección y bendición del Asesor Espiritual, el padre Hardy Thelemaque, MSC. Muchas felicidades a este matrimonio y que continúen siendo ejemplo de amor y alegría. La actividad fue el pasado 30 de noviembre, en el Salón de la Parroquia La Altagracia, Santiago.




Solo para recordar
-Fiodaliza Núñez

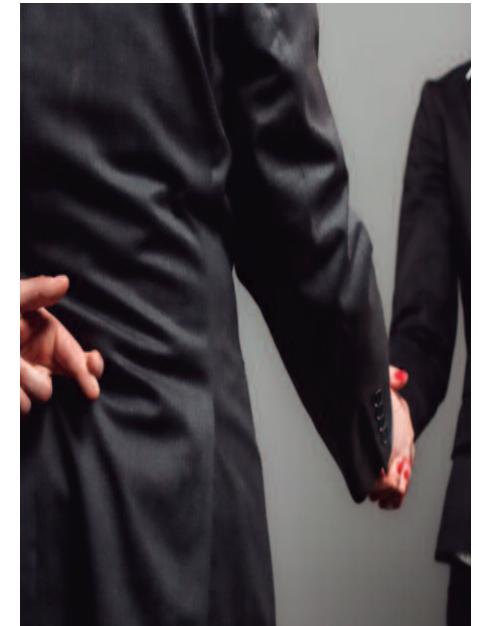
La lengua, arma poderosa

Cuenta la tradición que Esopo fue enviado por su amo al mercado con una tarea peculiar: comprar lo más provechoso que encontrara. El sabio regresó con una lengua. Al día siguiente, su amo quiso ponerlo a prueba y le pidió traer lo más dañino del mercado. Esopo volvió con lo mismo: una lengua. La lección era sencilla y profunda: la lengua puede ser fuente de vida o instrumento de destrucción.

Esa antigua fábula sigue vigente, quizás más que nunca. Hoy, en tiempos donde una frase mal dicha puede viralizarse en segundos, las palabras tienen un alcance que Esopo jamás imaginó. Una opinión apresurada, un comentario impulsivo o un mensaje escrito sin pensar puede consolar o herir, unir o dividir, sanar o destruir. Pocas herramientas humanas transforman tanto la realidad.

La Palabra de Dios ya lo advertía: "El que mucho habla, mucho yerra; el que es sabio refrena su lengua." (Proverbios 10,19).

Dominar la lengua es un ejercicio de sabiduría. Escuchar antes de responder, medir el tono y elegir el momento oportuno no es debilidad, sino fortaleza interior. En la vida pública, en la familia, en el trabajo, en cualquier lugar que estemos, nuestras palabras revelan quiénes somos y lo que llevamos dentro. Con ellas podemos sembrar confianza y entendimiento, o desatar desconfianza y discordia. Por eso



el salmista suplicaba: "Señor, líbrame de los labios mentirosos y de la lengua engañosa." (Salmo 120,2).

El silencio por sí solo no basta: necesitamos un corazón limpio, porque "de la abundancia del corazón habla la boca" (Mateo 12,34). Solo un corazón limpio genera palabras que edifican.

La fábula de Esopo no es un cuento del pasado. Es un recordatorio para nuestro presente acelerado, ruidoso y digital. Cada palabra que decimos o escribimos deja huella. En cada conversación, mensaje o publicación decidimos si nuestra lengua será un arma que hiere o un instrumento que bendice.

Al final, el verdadero poder del ser humano no está en sus manos, sino en su lengua y en el corazón que la guía.



Cuando el silencio habla

Visita de Pablo D'ors al país

Texto: Hna. Jenny Reyes

Foto: Ordo Virginum ASD

Por cuatro días, del 6 al 9 de noviembre, Santo Domingo respiró más despacio. Había llegado Pablo d'Ors —sacerdote, escritor y meditador español— y con él un rumor distinto, casi contracorriente: pausar, escuchar, atender, mirar hacia dentro. Su visita no fue un evento más en la agenda cultural de la ciudad, sino una invitación directa a cambiar de ritmo y de profundidad.

La primera cita fue el viernes, en el Auditorio de la Universidad Católica Santo Domingo. Bajo el título “**Cultivar la interioridad: un desafío**



impostergable para la vida consagrada y presbiteral”, d'Ors se dirigió a religiosos, consagradas, sacerdotes, agentes pastorales y laicos. “**Hacemos demasiado y nos escuchamos poco**”, dijo con serenidad. Su voz no imponía: convocabía.

El sábado en la mañana, el Auditorio Juan Bosch, de la Biblioteca Nacional, fue testigo de la conferencia “**La meditación cristiana: el paradigma de la interioridad**”. D'Ors habló del silencio como quien introduce a un amigo antiguo.

Explicó que meditar no es una técnica ajena al cristianismo, sino un modo de oración presente desde los primeros monjes del desierto. “**La meditación nos devuelve a lo esencial: respirar, estar presentes, dejarnos mirar por Dios**”, expresó. Cuando afirmó que “**una Iglesia que aprende a callar aprenderá también a escuchar mejor**”. El auditorio completo guardó unos segundos de silencio que dijeron más que cualquier aplauso.

En la tercera conferencia habló de la tensión entre la vocación sacerdotal y la vocación literaria, de los años de incertidumbre, de los libros que nacen desde la herida y

del lento camino hacia una palabra que ilumina. “**Escribir es un acto de revelación. Uno no comunica lo que sabe; uno descubre lo que no sabía que sabía**”, confesó.

Explicó sus cinco etapas creativas: descubrir la vocación, morder el polvo, fiarse de la mano, ajustar la mirada y, finalmente, alumbrar. “**Hay escritores que deslumbran y escritores que alumbran. Yo quiero pertenecer a los segundos**”, afirmó ante una audiencia completamente entregada.

Lorgia Ramos regresa a la Casa del Padre



Lorgia Ramos Conde nació el 2 de marzo de 1968 para ser luz y amor en la vida de quienes la rodearon, y el 2 de diciembre de 2025 entregó su alma al Señor, regresando a la Casa del Padre Eterno.

Hija del diácono permanente Faustino Ramos, Tino, y de Inocencia Conde, y sobrina de nuestro director Apolinario Ramos.

Lorgia fue una mujer de noble corazón, será recordada por su amor, entrega y alegría, dejando un legado de bondad que permanecerá vivo en su familia.

**RADIO
Marién 93.3 E.M.
1110 A.M.**

La educadora de la Frontera
Desde 1976 al servicio de la comunidad
**Síguenos a través de las
plataformas digitales**

**RADIO
JESÚS ES EL SEÑOR 750 AM**
LA EMISORA DE LA FE

Una emisora comprometida para anunciar la Palabra de Dios por todos los rincones de la tierra



Arma tu **CASA** en

COMPRAS EN LÍNEA CLA

 **Cooperativa
La Altagracia, Inc.**

 **El Encanto**



Obtén un

5% extra de ahorro

en todas tus compras

con la tarjeta de crédito

El Encanto ACAP

 **El Encanto**

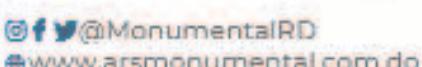
 **ASOCIACION CIBAO
DE AHORROS Y CREDITOS**



 **ARS MONUMENTAL**
Nuestra misión es mantenerles sanos

C/ Del Sol, No. 08, **Santiago**
(809) 825-0000

Av. Max Henríquez Ureña
Esq. Virgilio Díaz Ordóñez, **Santo Domingo**
(809) 286-0000

 **@MonumentalRD**
www.arsmonumental.com.do





 **mama**

EL SABOR DEL CARIBE

“La mano amiga del pequeño agricultor”



 **PRODIMPA**

El supermercado de la papelería

Un mundo de suministros de oficina y escolar

Ave. Luperón #61, Gurabo, Santiago • Teléfono : 809-582-2434
Santo Domingo • Félix Evaristo Mejía #188, Distrito Nacional,
Villas Agrícolas • Teléfono: 809-537-1268

Ruta de fe, luz que viaja con amor Retiro de Adviento PUCMM



La Pastoral Juvenil Universitaria de la PUCMM, Santiago, celebró el Retiro de Adviento 2025, “Ruta de fe, luz que viaja con amor” con el lema: De la espera en oscuridad

a la alegría de la luz que llega.

Fue un espacio de gran crecimiento espiritual donde 78 jóvenes universitarios pudieron disfrutar del amor y la luz de Dios. Conociendo el

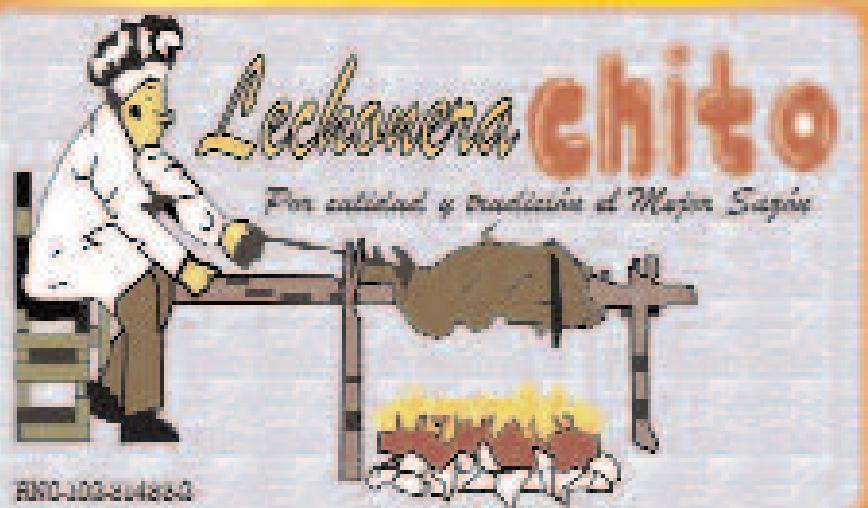
significado y propósito de este nuevo tiempo litúrgico, el adviento. En este encuentro, prepararon sus corazones como pesebres para el nacimiento de nuestro Señor Jesús.



Agradecemos la visita de Grisnette Calderón y Milagros Marte, en representación de la Universidad de la Tercera Edad, UTE, a las oficinas del periódico CAMINO. En el encuentro del pasado viernes 28 de noviembre, resaltaron el compromiso que tienen de seguir brindando una educación de calidad a las personas adultas y de motivar a que nunca es tarde para cumplir sus metas.

Embutidora Lechonera Chito

Recuerda que puede hacer sus pedidos de buffet para todas las actividades con los empleados, familiares y el tradicional cerdo asado.



Autopista Dr. Joaquín Balaguer, Km. 3^{1/2}
Santiago, Rep. Dom.
Tel.: 809-575-9518 - Email: lechonerachito@codetel.net.do

CASTALOSA 
EXPORTADORES E IMPORTADORES

**Repuestos, Químicos
LUBRICANTES, BATERÍAS
DE CLASE MUNDIAL**



OFICINA PRINCIPAL:

Ave. 27 de Febrero, No. 52, Las Colinas,
Santiago, Rep. Dom.
Tel.: 809.575.1942 | Sin cargos: 1.200.4000
Fax: 809.576.3755 | 809.295.2348

SANTO DOMINGO:

C/ Horacio Blanco Fombona, No.3,
Ens. La Fe, Santo Domingo
Teléfono 809.227.1777 | Fax: 809.227.1778


DÉCIMA DE JOHNNY LAMA

Juan Lama Rodríguez (Johnny)

Una pena profunda y un duelo colectivo

Un lamentable incidente ha ocurrido aquí en Santiago dejando un sabor aciago y pesar en tanta gente; no me es indiferente y me llena de tristeza al ver con la ligereza que se ha tratado este caso un bochornoso fracaso con ribetes de torpeza.

No se trata de acusar de irresponsable manera al primero que se quiera ni rumores azuzar; preciso es desmenuzar este caso doloroso profundamente horroroso que amerita la verdad ya que por su gravedad toma un sesgo peligroso.

Se trata de una estudiante aplicada y meritoria en esta trágica historia que es un hecho horripilante; la que sufrió un humillante cruel y mortal acoso al parecer de un mocoso por demás incorregible con desenlace terrible en un hecho criminoso.

Veo con preocupación tanta insensibilidad



e irresponsabilidad ante esta situación; faltando a su obligación los órganos oficiales policías y fiscales han brillado por su ausencia evidenciando renuencia de los entes colegiales.

Y ¿el silencio? ¿Qué ha pasado? ¿Dónde está la explicación? ¿Por qué tanta dilación sobre el hecho consumado? ¡Que tan mal se ha manejado que crece la indignación en toda la población ante la ley y el colegio! ¿Es que prima el privilegio en nuestra Constitución?

REPUESTOS R&P
Todas Las Piezas Para Su Vehículo

809-580-1481

repuestosrpy

NISSAN ISUZU TOYOTA HONDA HYUNDAI KIA DAIHATSU MITSUBISHI


El Evangelio en Versos

Padre Pedro Pablo Carvajal F.

Segundo Domingo de Adviento

Desde los tiempos antiguos Los profetas lo anuncian Que dejen caminos ambiguos Que al Mesías prepararon.

Juan le prepara el camino Siendo la voz del desierto Hay que enderezar el tino Y nos salvemos con acierto.

En el exilio encontramos Un presagio de la Pasión Si es que ya nos concentrados En quien nos trae la salvación.

Lo que Pablo nos relata De su propia integración Que Cristo nos aquilata Con su propia encarnación.



GRUPO RIZEK

Rizek Cacao C. Por A.

IMPORTADORES • EXPORTADORES

C/Luperón Esq. El Carmen • Tel.: (809) 588-2286, S.F.M.

Producido y comercializando el mejor cacao orgánico orgullo de nuestra provincia Duarte incrementando con ello la economía del país.

Ofreciéndoles a nuestros productores asistencia técnica y social.

NUEVO LOOK MISMA Princesa



BOCEL[®]
GRUPO



MI-KA-EL, DEL HEBREO: ¡QUIÉN COMO DIOS!
P. Jimmy Jan Drabczak, CSMA • drabczak@yahoo.com



Templanza y Trabajo: Un camino Miguelita para vivir el Adviento

La templanza ordena el corazón; el trabajo espiritual lo llena de gracia

“Templanza y trabajo” es una síntesis profunda del espíritu miguelita, heredado del beato Bronislao Markiewicz, quien veía en estas virtudes un camino seguro hacia la madurez humana y la santidad.

La templanza es madre de la sobriedad, la austерidad y el equilibrio interior; el trabajo es cooperación responsable con la gracia. Bajo estos pilares se sostiene el carisma de la Congregación de San Miguel Arcángel. Y, de modo providencial, constituyen también un **caminio privilegiado para vivir el Adviento**.

El Adviento no es una espera pasiva, sino una preparación seria del corazón. La liturgia invita a despertar, discernir, purificar y disponernos a la esperanza. En esta pedagogía espiritual, la templanza y el trabajo se vuelven herramientas esenciales para no vaciar este tiempo de su profundidad.

La **templanza**, en sentido miguelita, no es solo contención externa, sino una actitud interior que da dominio del corazón y libertad ante los deseos



desordenados. Hoy es especialmente necesaria, pues el Adviento corre el riesgo de quedar sepultado bajo **deseos excesivos de comprar, festejar, comer, decorar y endeudarse**, creyendo que así se prepara la Navidad.

Estos excesos no dan alegría; generan ansiedad y pérdida de paz espiritual. Cuando el corazón se deja arrastrar por el consumo, queda sin espacio para el Dios que viene en la humildad de Belén. La templanza miguelita invita a recuperar el equilibrio, ordenar deseos y escoger lo esencial.

Los profetas del Adviento, Isaías y Juan Bautista

reclaman esta claridad: **“Preparen el camino del Señor”**. Prepararlo no es acumular, sino **retirar obstáculos interiores**. La templanza ayuda a ver qué dispersa, qué sobra y qué impide escuchar a Dios. Ella sostiene la sobriedad, favorece la austereidad interior y genera un estilo de vida sencillo y abierto a la gracia.

La segunda palabra del carisma, **trabajo**, expresa el modo cristiano de estar en el mundo. Conviene recordar que existen **tres tipos de trabajo**: físico, intelectual y espiritual. A lo largo del año solemos desgastarnos en los dos primeros, pero descuidar el

Los profetas del Adviento, Isaías y Juan Bautista, reclaman esta claridad: “Preparen el camino del Señor”. Prepararlo no es acumular, sino retirar obstáculos interiores. La templanza ayuda a ver qué dispersa, qué sobra y qué impide escuchar a Dios.

zón cansado, sino en uno reconciliado.

Un Adviento sin templanza sería superficial; sin trabajo espiritual sería estéril. Juntas –templanza y trabajo interior– forman un camino equilibrado. La templanza ordena el corazón; el trabajo espiritual lo llena de gracia. Así se prepara la llegada del Señor, que viene al alma vigilante y disponible.

San Miguel Arcángel, defensor de la claridad y la fidelidad, custodia este camino. Vivir la templanza y el trabajo espiritual es, en este Adviento, **acoger de verdad al Dios que viene**.



DOMINICANALLIYO.BLOGSPO.COM
NOTICIAS DEPORTES FIGUREOS

FOTOS INGRID IMÁGENES DIGITALES

Fotografovivo@gmail.com

tel: 8094053350





REALIDADES Y EXTRACTOS

José Jordi Veras Rodríguez

Lo que realmente nos afecta

Hay quienes piensan que algo que físicamente les puede afectar, es lo que realmente más duele, o es más difícil superar, sin embargo, la experiencia nos ha demostrado que nada es más duro que aquello que es capaz de romper el alma, tu interior.

Y no solamente estamos hablando del aspecto psicológico, porque eso puedes tratarlo con especialistas en la materia, a lo que nos referimos, es lo que solamente puedes ir más allá, que solo puedes vencer a través de la Palabra o de reconocer que fuera de ti, hay alguien más fuerte y que es quien tiene el control de todo.

La partida de un ser querido, nos deja un vacío enorme, que tenemos que saber cómo superarlo. Encontrar las herramientas con las que tenemos que seguir adelante. Pero eso no se logra, solamente con fuerza de voluntad, sino que debe existir también el acoger en nosotros la presencia de la misericordia de Dios, el amor de Jesús, y el resguardo del Espíritu Santo.

Es posible que alguien nos diga que no tiene una fe lo suficientemente fuerte como para lograr algo a través de la confianza en aquel que no podemos ver. Sin embargo, tarde o temprano llegaremos a la con-



clusión, de que nada nos sanará, si no es a través de la acción divina en nosotros.

Lo mismo es, para alguien que ve romper su matrimonio; o cuando está atravesando por crisis emocional por diversas situaciones; rendirnos no es una alternativa que dará solución alguna, es buscar cómo sentir la presencia de Dios en nosotros, no mirar la grandeza de nuestros problemas, sino la superioridad de Dios sobre toda tormenta o adversidad.

Bien nos lo dicen las Escrituras, en Mateo 10:28, "Y no temáis a los que matan el cuerpo, más el alma no pueden matar; temed más bien a aquel que puede destruir el alma...". Hoy, el ser humano está luchando muchas batallas en su

[...] rendirnos no es una alternativa que dará solución alguna, es buscar cómo sentir la presencia de Dios en nosotros, no mirar la grandeza de nuestros problemas, sino la superioridad de Dios sobre toda tormenta o adversidad.

día a día, ya sea desde sus pensamientos, hasta lo que tiene que resistir en el exterior. Estamos viviendo una vida con mucha prisa, pero no somos capaces de detenernos porque creemos que sería perjudicial, cuando es todo lo contrario, porque detenernos por mo-

mentos nos permite reflexionar y mirar en otras dimensiones que nos hacen mucho más conscientes de lo que estamos viviendo.

Estamos más prestos a mirar hacia atrás o pensar en lo que aún no ha sucedido, y vamos dejando perder el ahora. Esto nos invita a estar más ansiosos que tranquilos.

Hemos dejado de mirar en el amor, la solidaridad, el afecto, el abrazo, el cariño, y la atención, como elementos para ser más luz que oscuridad.

Estamos más concentrados en lo que nos falta que en aquello que tenemos, y en ese tiempo, perdemos el discernimiento de valorar lo realmente importante. Busquemos ahondar más en fortalecer eso que no vemos, pero que sentimos. Eso que no tocamos, pero nos invita a ser mejores seres humanos. Eso, que no podemos cuantificar, pero nos llena de tal manera, que nos brinda un gozo permanente y con lo cual podemos ser capaces de ser mejores ante los ojos del Altísimo, antes que a la mirada de los hombres. Porque estamos dándole la importancia a eso, que de no tener su conexión, puede derribarnos.



**La emisora
de San Juan
de la Maguana**



Segundo Domingo de Adviento El mendigo del Adviento

Por Fray Teo Jiménez, OFM Cap

Erase una vez, un mendigo, a quien le llamaban el mendigo del Adviento. Llevaba ya unos días sin comer ni beber nada. Iba caminando por las calles con una mano extendida; con los pies descalzos y con mucho frío. "¡Tengo hambre!". Era el grito insistente del mendigo.

Una noche, tuvo un sueño que lo marcó para toda la vida. Soñó que pasaba por allí el profeta Isaías, quien se detuvo delante de él y le ofreció un poco de comida; que le habló de una Virgen que iría a dar a luz un niño y que se llamaría Emmanuel, el Dios con nosotros. El mendigo podía sentir que aquellas palabras alimentaban su corazón con la virtud de la alegría esperanza.



Que luego, vió pasar un personaje vestido con piel de camello, era Juan Bautista que con una voz energética gritaba por los caminos: "preparen el camino al Señor! Enderezad los Sende-

ros!". En el sueño, el mendigo ya se veía a sí mismo reanimado y con deseos de prepararse para la llegada del rey bendito.

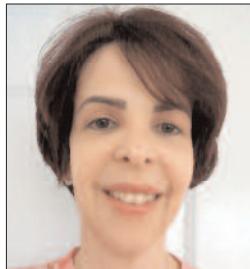
Que más adelante vió a un hombre, con apariencia de carpintero que acompañaba a una hermosa joven en cinta y que estaba para dar a luz. Y que montaba un humilde burriquito.

El mendigo no podía creer lo que sus ojos estaban viendo. Ya había sido instruido por Isaías, y alertado por Juan. Sentía que debía estar vigilante ante el cumplimiento de la promesa. Su mirada se quedó clavada en la humildad de aquella pareja de esposos que iban presurosos. Le siguieron los pasos y pudo ser testigo de las penas y desprecios que sufrieron en los hospedajes. Pudo ver cómo se produjo el nacimiento del niño

en un establo. Pudo contemplar la belleza del niño en el pesebre, pudo presenciar la maravillosa presencia de los Ángeles que cantaban "Gloria in excelsis Deo". Que sintió la confianza de unirse a los pastores que se acercaban para contemplar al niño Bendito. Llegó a pedirle a la madre del recién nacido que le permitiera tenerle un momento en sus brazos. Y pudo escuchar cómo dulcemente la Virgen le susurró: "lo tendrás siempre en tu corazón".

¡El mendigo del Adviento despertó! Estaba rebosante de alegría por haber tenido un sueño tan maravilloso!

A partir de ese día, el mendigo se hizo un juglar de Dios y empezó a cantar por los caminos: **"tengo hambre de Dios. El niño Dios es mi alimento"**.



ALGO MÁS QUE PSICOLOGÍA• Isabel Valerio Lora MSc | isabelvlora@gmail.com

Sueño y salud del cerebro infantil



Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) el sueño es un proceso biológico complejo, mientras se duerme, las funciones del cerebro y cuerpo siguen activas para mantener saludable al cuerpo. Si no hay un sueño de calidad, se puede tener daños en la salud mental y física. Los expertos recomiendan que los niños de 6 a 12 años duerman al menos nueve horas diarias. Dormir lo suficiente puede ser muy importante para el cerebro de los pre-adolescentes. Los investigadores identificaron a más de 4 mil

niños, de 9 y 10 años, que dormían al menos nueve horas al día, según sus padres. Este grupo se comparó con un número semejante de niños que dormían menos de nueve horas. Los niños que dormían menos tenían más pro-

blemas de salud mental y de conducta que los que dormían lo suficiente. Dormir menos se relacionó con estrés, depresión, ansiedad y conductas agresivas. Los niños que no dormían bien tenían problemas en la toma de deci-

siones, resolución de conflictos y aprendizaje. Las diferencias entre los grupos continuaron dos años después.

La falta de sueño puede causar irritabilidad, dificultad para concentrarse y problemas de atención en los niños, experimentar un bajo rendimiento académico y dificultades de memoria. Por el contrario, los niños que duermen bien tienen sistemas inmunológicos más fuertes, mejor comportamiento, mayor capacidad de concentración y mejor salud mental en general.

En resumen, el sueño es fundamental para el

"Los sueños son la materia prima de los logros".
Napoleón Hill.

desarrollo cerebral de los niños, porque permite la consolidación de la memoria, el aprendizaje, la regulación emocional y la resolución de problemas.

Durante el sueño, el cerebro se reorganiza y fortalece las conexiones neuronales. La falta de sueño en la infancia puede causar problemas cognitivos y emocionales a corto y largo plazo, como irritabilidad, dificultad de concentración y un mayor riesgo de ansiedad y depresión.