

Misión²⁸

La misión de este número: Superar las crisis conyugales



Juez Ferrín
Calamita

El lobby
gay hundió
su carrera

Trucos
para no
desperdiciar
comida

**Tu matrimonio
merece otra
oportunidad**

El divorcio no es
la solución a los
conflictos de pareja.
Te mostramos
estrategias para
resolver con éxito
las crisis del
matrimonio.

ODAMIDA

Solución tópica bucal

**ALIVIO SINTOMÁTICO
DE LAS INFECCIONES LEVES DE LA BOCA**

LEA DETENIDAMENTE
LAS INSTRUCCIONES
DE USO

En caso de duda
consulte a su
farmacéutico



Laboratorio Químico Biológico Pelayo
C.P.S. n° 96342

III
Edición
noviembre
2013

Premios *Misión* a la Familia

Haz ya tus
nominaciones
en las 5 categorías

@ E-mail:
premiosmision@revistamision.com

✉ Por correo postal:
Revista Misión
Universidad Francisco de Vitoria
Ctra. M-515, Km 1,800
(28223 Pozuelo de Alarcón, Madrid)

☎ Por teléfono:
900 31 34 34 (llamada gratuita)



1

EMPRESA

A la compañía que haya creado una cultura empresarial donde sus empleados tengan la posibilidad de conciliar vida familiar, laboral y social.

2

INSTITUCIÓN

A la entidad que, con su trabajo, haya inyectado una chispa de fuerza, dinamismo y visión de futuro en la protección de la familia.

3

COMUNICACIÓN

Al medio de comunicación, agencia publicitaria o entidad que haya difundido de forma masiva, con transparencia y creatividad, los valores familiares.

4

FAMILIA

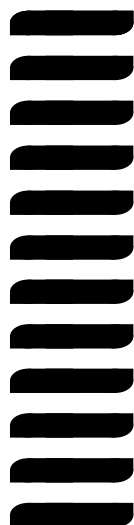
A la familia que, por su coherencia, entereza y firmeza en la defensa de la institución familiar, se haya convertido en un modelo para otras familias.

5

PERSONA

Al ciudadano que más se haya distinguido por su trabajo y ejemplo personal para impulsar los auténticos valores familiares.

Misión
depende de ti



APARTADO N° 672 FD
28080 MADRID

Haz felices a tus amigos.

Suscríbelos a



Suscribir a todos tus amigos católicos a *Misión* es muy sencillo.
Puedes hacerlo:

- **Por teléfono:** llamando al 900 31 34 34 (línea gratuita)
- **Por e-mail:** escribiendo a suscripciones@revistamision.com
- **Por Internet:** entrando en www.revistamision.com
- **Por correo postal:** enviando el cupón de suscripción que hay debajo (no necesita sello)

Sí, deseo recibir gratuitamente la revista *Misión*

Datos personales

Nombre:.....1.º apellido:.....
2.º apellido:..... Fecha de nacimiento:.....
Dirección:..... N.º:..... Piso:..... Código postal:.....
Población:..... Provincia:.....
Teléfono:..... E-mail:.....
Persona que suscribe:.....

RECORTA
ESTE CUPÓN



ENVÍALO



Suscribe a tus amistades cuando se lo hayas consultado. Asegúrate primero de que están de acuerdo.

Sus datos serán incorporados a una base de datos propiedad de la Fundación Logos –vinculada a la Universidad Francisco de Vitoria, a la congregación de los Legionarios de Cristo y al movimiento Regnum Christi–, y sus obras o apostolados (Fundación Altius Francisco de Vitoria, Fundación Universidad Francisco de Vitoria, Fundación ECYD, Fundación Semper Altius, Fundación Tierra Santa, Fundación IUVE, Fundación DIF, congregación de los Legionarios de Cristo y Fundación Altius Mano Amiga) para los efectos aquí indicados y el envío de información de las entidades mencionadas. De conformidad con lo establecido en la Ley de Protección de Datos de Carácter Personal, usted podrá ejercer sus derechos de acceso, rectificación, cancelación u oposición llamando al teléfono 902313434 o enviando, sin ningún coste, un escrito al Apartado 672FD, 28080 Madrid.

Xabi Alonso para Emidio Tucci.

SPRING
COLECCIÓN
BLACK

Emidio Tucci®

SOLO EN El Corte Inglés



Carta de la directora

Por **Isabel Molina Estrada**

El día de tu boda, aún en medio de la euforia y de la fiesta, no faltaron los que te aseguraron que “el matrimonio no es fácil”. ¿Lo recuerdas? Casi seguro también que, en aquel momento, sus comentarios te parecieron absurdos. “¿Qué es lo difícil? Él me ama, yo lo amo. Entonces, ¿a qué le temen estos pesimistas por mí?” Sin embargo, los meses pasaron y, poco a poco, tú misma te fuiste dando cuenta de que, efectivamente, el matrimonio supone muchos sacrificios y renunciaciones. Y que, aunque sean más las satisfacciones –que con esas ya contabas–, hacen falta mucha inteligencia, corazón y voluntad para vivir el día a día.

La buena noticia que tengo es que tú y yo, que estamos casados en esta época de la historia, contamos con una gran ventaja: en medio de la mentalidad estridentemente divorcista en la que vivimos, son muchas las ayudas que existen para hacer de nuestro matrimonio un proyecto de vida realmente gratificante. No te hablo solamente desde el optimismo. Lo he comprobado. Hay buenos libros y películas, terapeutas altamente cualificados y con experiencia, programas para matrimonios católicos de reconocida trayectoria, centros de formación para enriquecer la vida matrimonial y familiar, másters en matrimonio y familia... y la lista sigue. Lo que pasa es que estas ayudas hay que buscarlas a conciencia, pues, aunque están disponibles, proliferan también otras que no están a la altura de la institución matrimonial.

La cultura divorcista que nos rodea nos plantea que, a la primera de cambio, la solución es que cada uno prepare sus maletas y “rehaga” su vida. Seguro que habrá casos que exijan una separación, pero si hay una certeza que tengo desde hace muchos años es que la grandísima mayoría de problemas matrimoniales tienen solución si se pone en ellos la voluntad de superarlos y se cuenta con la ayuda adecuada y la gracia de Dios que otorga el Sacramento. Es más, la mayoría de las crisis matrimoniales son normales, y hasta necesarias, para que la relación madure. Para que entiendas mejor a qué me refiero, te invito a leer el artículo de la terapeuta matrimonial Clara de Cendra, en la página 40. Ella lo explica muy bien.

Antes de que lo leas, quiero darte otra buena noticia: esta misma cultura antimatrimonial del mundo actual también se ha empezado a dar cuenta de que el divorcio no es la maravillosa solución que se pensaba. Conviene leer los resultados de los estudios que así lo demuestran (“A fondo”, página 36) y los testimonios de personas que estuvieron a punto de divorciarse pero que se empeñaron en hacer frente a la crisis, para descubrir que, solo tras superar esas graves dificultades, han logrado vivir el matrimonio pleno y feliz con el que siempre soñaron. Espero que en esta etapa estival puedas disfrutar leyendo con un poco más de calma los artículos de esta edición de *Misión*. ¡Te deseo un muy feliz verano! ☑

@ directora@revistamision.com

Cartas de los lectores

► De Internet a casa.

Enhorabuena. Os conocí por Internet, realicé la suscripción y ¡ibendita la hora! Estupendo cada uno de los artículos y reflexiones que hacéis e invitáis a hacer. Soy maestro y padre de familia numerosa, pertenezco al Camino Neocatecumenal en la parroquia en la que estoy incardinado desde hace más de 20 años, tengo 36 años y me fascina la definición de familia que manifestó en el último párrafo de una de sus recientes cartas: “Cimiento de vida, escuela de verdad y estandarte de belleza en nuestra sociedad”. Gracias. **S. Ripalda**

► **Temas en común con otras muchas familias.** Mi nombre es María, tengo 27 años y estoy casada con Pablo, y soy madre de cinco hijos: tres están en el Cielo y dos con nosotros (14 meses, y otro 2 mesecitos). Soy maestra de Educación Infantil, psicopedagoga y socióloga. Recibo su revista desde el número 19, y estoy encantada de haberles conocido. Espero su llegada con entusiasmo, y cuando tarda un poquito en llegar, ya me pongo hasta nerviosa. Considero que *Misión* es una revista de calidad, especialmente por el grado de adecuación de los contenidos. Las temáticas que ofrecen son variadas y de calidad. Los temas que escogen son los que preocupan a las familias y esto, además de ser agradable para el que lo lee, porque siente que su batalla diaria se reconoce también en otras muchas familias, ofrece respuestas y alternativas, y favorece la comunicación en la familia, lo cual convierte a *Misión* en una ayuda para la gestión de las relaciones familiares y conyugales, de la relación con el Creador, con la Iglesia y con el trabajo, y permite profundizar en temas de actualidad de gran interés. En definitiva, *Misión* es un gran apoyo para la familia. **María**

LLON
GUE
RAS

Nuestros colores son los tuyos.

Gracias a ti somos la marca* n° 1
en coloración creada en España.



26 tonos
diseñados
especialmente
para ti.

* Marca de fabricante de creación española n°1
en ventas según datos Nielsen semana 20/2012



Sumario

Edición n.º 28

10 |

Vidas. Fernando Ferrín Calamita ha pasado por un auténtico calvario. Juez de profesión, ha sido apartado del ejercicio por intentar velar por los derechos de una menor, en un caso de adopción. La pequeña era hija biológica de una mujer que quería que su pareja, otra mujer, fuera también “madre legal” de la pequeña.

Salud y belleza

14 | Corpore sano. Los hogares españoles tiran a la basura cerca de 75 kilos de comida cada año. Hay trucos para reducir esta cifra sobre todo en esta época de crisis.

18 | Belleza. Durante el embarazo, el cuerpo de la mujer experimenta numerosos cambios. Te enseñamos algunos tratamientos de los que puedes beneficiarte en esta etapa.

20 | Tendencias. Este verano, iguapos de la cabeza a los pies!



En portada

36 | A fondo. El divorcio se ha erigido como la “solución” a los problemas del matrimonio, cuando en realidad solo agrava más la situación.

40 | Mens sana. Hay crisis normales en todos los matrimonios: identifícalas.

42 | Amor y matrimonio. Sí es posible restaurar tu matrimonio tras vivir una infidelidad.

45 | Formación. La formación es clave en el matrimonio. DIF es especialista en ofrecerla

46 | El contrapunto. Cómo saber cuándo conviene buscar ayuda y dónde encontrarla

Católicos hoy

22 | De cerca. Son solteros, pero saben comprometerse: aportan un gran valor a la Iglesia y al mundo.



24 | Tribuna abierta. Helen M. Alvaré, cofundadora de una plataforma de mujeres católicas que decidieron “hablar por sí mismas”, explica en qué consiste el liderazgo de servicio propio de la mujer.

Familia y educación

26 | Educación. Las universidades privadas cuentan con completos programas de becas para que ni un solo alumno se quede sin poder estudiar.

28 | En manos de la ciencia. El Método de la Ovulación Billings es un medio altamente eficaz, y sustentado por la ciencia, que permite vivir una sexualidad conyugal plena.



32 | Interrogantes. Los lobbys antifamilia pretenden menoscabar el concepto de familia, y actúan desde parlamentos, organizaciones humanitarias y desde la ONU.



48 | Especial Espíritu. ¿Existen el Cielo, el purgatorio y el infierno? María Vallejo-Nágera nos lleva al "más allá".

50 | Protagonista. Monseñor Vallejo Balda, desde el Vaticano, cuenta a *Misión* en qué se gasta el dinero la Iglesia.

52 | En el corazón de la Iglesia. Acción Católica, el movimiento del servicio y la colaboración.

54 | Vela por ti. Nunca antes pedir a todos tus amigos que recen por una intención había sido tan fácil. Velaporti.com te ayuda a difundir tus cadenas de oración.



Nuestras firmas

21 | El punto sobre la i. ¿Como novios? *Ilmosible, a Dios gracias!*, por Enrique García-Máiquez

60 | Borrón y tinta nueva. *La victoria de la cruz*, por María Vallejo-Nágera

66 | Reserva natural. *Francisco*, por Juan Manuel de Prada.



Un buen plan...

56 | Cine. Películas como *Un dios prohibido* o *Cristiada* han colocado, por fin, como protagonistas de un nuevo cine a los mártires por la fe.

58 | Viajes y trayectos. Asturias, patria querida. Disfrútala este verano en familia.

62 | Nuestra selección. Libros espirituales y familiares que dan mucho qué pensar.



63 | Motor. Ford Kuga, un *todocamino* familiar.



64 | Cocina. Al estilo de Les Petits Cordon Bleus, disfruta cocinando con tus hijos de la mano de la más prestigiosa escuela de cocina.

Edita:

Fundación Logos, vinculada a la **Universidad Francisco de Vitoria** (www.ufv.es) y a la congregación de los Legionarios de Cristo

Directora:

Isabel Molina Estrada
directora@revistamision.com

Redactora jefe:

Isis Barajas
redaccion@revistamision.com

Consejo editorial:

José Ángel Agejas, Macarena Botella, Amalia Casado, Sonia González, José Manuel de León, Isabel Molina, Paula Puceiro, Álex Rosal e Irene Vázquez

Asesor editorial:

José Ángel Agejas

Redacción:

Ángeles Conde Mir
redaccion@revistamision.com

Columnistas:

Enrique García-Máiquez, Juan Manuel de Prada y María Vallejo-Nágera

Colaboran en este número:

Francisco del Brío, Clara de Cendra, Sara Martín, Leire Moneo, Rosario Rodríguez y Lara Segovia

Delegado Fundación Logos:

Juan Uribe

Fotografía:

Vicente García-Menacho, Antonello Nusca, Cristina Pascual, Miriam Robledo, Miguel Vélez y Latinstock

Ilustración:

Silvia Álvarez, Julián Lorenzo y María Olguín

Portada: Latinstock

Maquetación:

Susana Folgado

Retoque fotográfico:

Germán Arango

Suscripciones:

suscripciones@revistamision.com
Tel.: 900 31 34 34

Administración:

María José Arranz

Publicidad y distribución:

Jara Bedmar, José Real e Irene Vázquez
publicidad@revistamision.com

Corrección ortotipográfica:

Caja Alta Edición & Maquetación (www.cajaalta.es)

Imprime: Rotocobrhí

Dirección postal:

Universidad Francisco de Vitoria, Ctra. M-515, Km 1,800 (28223-Pozuelo de Alarcón, Madrid). Tel.: 91 110 13 32

Depósito legal M-23896-2008

JUEZ PERSEGUIDO POR SER CRISTIANO

“Sin la fe, en mi caso, Goliat habría vencido a David”

Por **Ángeles Conde Mir** Fotografía: **Vicente García-Menacho**

Han hablado mucho de él pero él no lo ha hecho tanto. Fernando Ferrín Calamita, juez de familia de Murcia, ha sido inhabilitado, suspendido de empleo y sueldo y condenado por prevaricación. Su delito: velar por el bienestar de una menor en un caso de adopción por parte de una pareja de lesbianas.

DIEZ AÑOS de inhabilitación por prevaricar, esa es su condena. Solicitó un informe pericial para valorar las consecuencias psicológicas que tendría para una menor tener “dos mamás” y eso no “sentó bien”. Por ello, le vino encima un tsunami de críticas y procesos judiciales. Y, pese a la persecución, la politización de su caso y a ser relegado en su profesión, asegura que “todo ha sucedido para bien”.

Después de siete años de sufrimiento desde que empezó el caso, ¿cómo se encuentra?

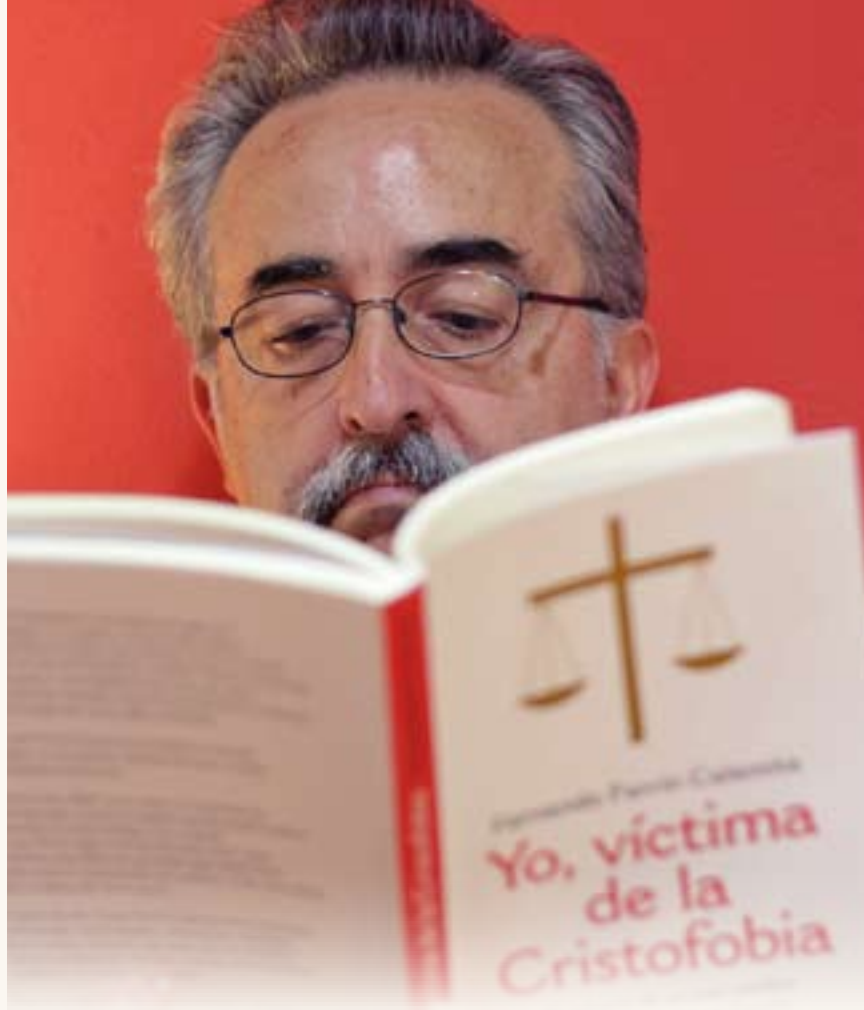
Muy bien, gracias a Dios. Si no fuera por Él, ahora estaría quizá ingresado en un hospital psiquiátrico, como pretendía alguna autoridad judicial, que llegó a abrirme expediente para jubilarme por estar mal de la cabeza. Según su tesis, parece ser que preocuparse por el bienestar de una menor denota trastorno mental... Algunos amigos me decían que si me marchaba

de Murcia se archivaría el caso, y, de lo contrario, me condenarían, “a pesar de que saben que eres inocente, pero no se admiten jueces díscolos”.

La misma autoridad judicial me llamó hasta tres veces por teléfono para exigirme que me tomara unas largas vacaciones y que no volviera, que “un católico no puede estar en un juzgado de Familia”. Ha sido un proceso político, plagado de irregularidades increíbles, y en el que me consta que antes de ser juzgado ya estaba condenado. Es una pena la politización de la justicia y, paradójicamente, me dicen que yo he primado mis creencias sobre la ley. La ley dice que el juez de familia puede acordar la práctica de cuantas diligencias estime necesarias hasta asegurarse de que la adopción resulta beneficiosa para el menor...

¿En qué medida ha afectado todo esto a su vida?

Ha sido una experiencia dolorosa, hay que reconocerlo, más aún cuando es una condena a todas luces irracional, por algo que no solo no es que no sea delito, es que estaba cumpliendo con mi deber. Pero, a la vez, es algo que



“Ningún abogado, ningún fiscal, ningún juez...solo uno de los 4.000 jueces que hay en España envió un mensaje de apoyo”

No, en ningún momento. Ni se me pasó por la cabeza. Estaba muy tranquilo, actuando acorde con mi conciencia. Yo me limité a cumplir con mi deber: cerciorarme de que la adopción resultaba beneficiosa para la niña. Luego, algunos me dijeron que tenía que haber sido más astuto, actuar con más “prudencia”, etc. Precisamente ello prueba mi inocencia. Cualquier juez puede eludir un asunto “engorroso”: se puede poner “enfermo” el día del juicio o de la firma de la resolución, hablar con el otro juez de Familia para que si no tiene inconveniente lo firme él, etc.

¿Podrá volver a ejercer?

En principio, sí. En febrero de 2018 podré solicitar el reingreso al servicio activo, participando en el primer concurso que salga. Pero me temo que ya no será lo mismo. Si llega el caso, trabajaré sin ninguna ilusión humana, solo por Dios. Y es que la desilusión y la decepción han sido tremendas. Todos mis esquemas mentales se han derrumbado. El ser juez es vocacional, como ser médico, cura, etc. Creer en los principios y valores que la Constitución de 1978 proclama, como la libertad, la justicia o la igualdad, y luego encontrarse con que no hay igualdad, ni justicia, ni libertad ni independencia de los jueces es muy duro. Pero es lo único que sé hacer, y he de mantener una familia...

¿Cómo es posible que hablemos de persecución religiosa en la Europa del siglo XXI?

Es posible porque se ha prescindido de Dios. El hombre se cree autónomo,

Dios ha permitido por mi bien. Yo estaba muy encerrado en mi trabajo. Para mí, era lo primero. Dios me ha hecho ver que primero está Él, luego la familia y, en tercer lugar, el trabajo. Tengo siete hijos –un chico, de 25 años, y seis chicas, de entre 24 y 14 años– y a los mayores los he descuidado por el trabajo. Todo es para bien. Siempre se está a tiempo de rectificar. Dios me lo dio, Dios me lo quitó. Yo era muy perfeccionista, y a buen seguro que un día me hubiera dado un infarto incluso en el mismo juzgado. Tal era el estrés que tenía.

¿Cómo lo ha vivido su familia?

Maravillosamente. Tengo una familia que no merezco. Me han apoyado totalmente y sin fisuras desde un principio.

¿Cuál ha sido el momento más duro?

El darme cuenta de que un amigo íntimo mío, en realidad, el único que en esos momentos tenía, se avergonzaba de mí y no quería que le asociaran con mi nombre, con “el juez Calamita”. También el que ningún funcionario del juzgado de Familia de Murcia saliera públicamente en mi defensa, cuando

yo los trataba y los tenía por amigos. Ningún abogado, ningún fiscal, ningún juez...Solo uno, de los más de 4.000 jueces que hay en España, envió un mensaje de apoyo a la plataforma web que crearon en Madrid varios grupos y entidades. Hay mucho miedo y cobardía. Y, en tercer lugar, las consecuencias de tener antecedentes penales: todas las puertas cerradas. Pero hay que quedarse con lo positivo. Ha habido “amigos” que se han ido, porque en realidad eran solo amigos del “juez Calamita”. Sin ellos he salido ganando.

¿Aferrarse a la fe le ha permitido sobre llevar esta persecución?

Sin la fe, en mi caso, Goliat habría vencido a David. Me hubiera venido abajo. Sería una persona amargada y que hubiera amargado la vida a mi familia. No. Los ocho juececillos que me han condenado no pueden tener el poder de amargarme ni un solo día. Soy inmensamente feliz: tengo a Dios, una esposa maravillosa y siete hijos estupendos. ¿Qué más puedo pedir!?

¿Llegó a pensar en claudicar en algún momento?

La justicia le ha dado la espalda

El caso se desató en 2006, cuando una mujer lesbiana solicitó adoptar a la hija biológica de su pareja, quien había concebido a la niña mediante inseminación artificial. Fernando Ferrín Calamita, juez de Familia, inició el protocolo por el que solicitó unos informes periciales para evaluar las posibles repercusiones psicológicas para la pequeña de todo este proceso. Los peritos no realizaron el informe, como confesaron después, por motivos ideológicos. Fue entonces cuando se le acusó de retrasar la adopción. El Tribunal Superior de Justicia de Murcia le condenó, inicialmente, a un período de inhabilitación de dos años, tres meses y un día por haber retrasado maliciosamente el expediente de adopción. Sin embargo, la Fiscalía y la pareja de lesbianas interpusieron un recurso por considerar injusta la sentencia. Finalmente, el 26 de octubre de 2009 Tribunal Supremo emitió una nueva sentencia que revocaba la anterior condenando, en esta ocasión por prevaricación, a Fernando Ferrín Calamita a diez años de inhabilitación especial, una multa y el pago de las costas del proceso. El juez recurrió en amparo ante el Tribunal Constitucional, pero el recurso fue inadmitido por falta de "una especial trascendencia constitucional". Un nutrido grupo de abogados llegó a solicitar al Gobierno el indulto para el juez. Este fue rechazado hace unos meses. El caso tuvo un extraordinario eco mediático y el juez fue sentenciado por la opinión pública antes de que el proceso llegara a los tribunales. Siete años después, la pareja de lesbianas que denunció al juez se ha divorciado, porque la madre adoptante se ha marchado con otra mujer. Durante este tiempo, el juez ha sido perseguido, presionado y extorsionado. La justicia le ha dado la espalda y su prestigio profesional se ha vilipendiado, además de las consecuencias económicas derivadas de todo el caso. Por si fuera poco, ahora el Ministerio de Justicia le reclama 100.000 euros en concepto de retribuciones indebidas.



Para contribuir a que el juez pueda pagar las multas y los recargos que le reclaman, se ha creado la Plataforma pro juez Ferrín Calamita: Barclays Bank 0065- 0036- 71- 0001089147

autosuficiente, y cada uno es su propio dios. Cuando se prescinde de Él, el hombre es un lobo para el hombre. No hay motivo para respetar al prójimo. No hay ninguna referencia trascendente. Surgen así las luchas por los centros de poder, por el dinero.

¿Por eso se quiere relegar la fe al ámbito privado?

Tal propósito es claro, y los sectores más laicistas de la clase política no lo ocultan. Se confunde así laicidad y laicismo y, en España, lo que hay es esto último: una actitud beligerantemente activa, totalitaria, contra todo lo que signifique Iglesia católica.

¿Qué papel ha jugado la "ideología de género" en todo este caso?

Un papel fundamental. Las dos sentencias que me condenan utilizan palabras y expresiones propias de tal ideología, un veneno que se ha inoculado en la sociedad española sin que se la haya advertido ni instruido de sus efectos.

¿Cómo ha vivido los tremendos ataques que le han lanzado desde algunos medios de comunicación?

Con tranquilidad. Yo siempre he seguido una máxima: "No ofende quien quiere, sino quien puede". A mí *El País*, motor del proceso y la condena, no me puede ofender: puede decir lo que quiera.

¿Es posible perdonar?

Con la gracia de Dios, sí. Él me ha perdonado infinitamente más de lo que yo pueda perdonar. Él siempre ayuda. Yo ya perdono hace tiempo a los ocho juececillos. Y a dos de ellos se lo he dicho. Que Dios los perdone.

¿Es posible no juzgar?

Es difícil, porque nuestra tendencia natural es a juzgar y a etiquetar al prójimo. Pero Dios nos dijo que no juzgásemos, y que en la medida en que juzguemos, seremos juzgados en su día. Además, juzgamos por las apariencias. Dios es el único Juez.

¿Qué enseñanza ha extraído de esta vivencia?

En la vida ocurren cosas que no son por azar, por el destino o por casualidad, sino que directamente son queridas o permitidas por Dios para nuestro bien, aunque quizá no lo entendamos en el momento. Tengo que aprender a confiar más en Él, y ver que, aunque parezca que se hunde el barco, en realidad nada se hunde, porque el Capitán está de mi parte. He de ver lo positivo: ahora tengo más tiempo libre para la familia, valoro lo que tengo, vivo al día, tengo verdaderos amigos y procuro ser más austero, máxime en los tiempos que corren... 

CHAMPIONS DRINK RESPONSIBLY

"Siempre intento
ganar en la pista,
no en el bar"



RAFAEL NADAL



BACARDI LIMITED

Support our campaign at

championsdrinkresponsibly.com

BACARDI and the Bat Device are registered trademarks of Bacardi & Company Limited.



Like us on Facebook

www.disfruta-de-un-consumo-responsable.com

Promoción destinada a mayores de edad





¡Aquí no se tira NADA!

Por Rosario Rodríguez

Si buena parte de la comida de tu nevera acaba en la basura, no dejes de leer este artículo. Te enseñamos cómo conseguir que nada se te estropee

Cada hogar español tira a la basura una media de 75 kilos de comida al año entre desperdicios y alimentos caducados. Aunque el Gobierno ha abordado una ambiciosa reforma de la caducidad de alimentos para reducir esta escalofriante cifra, es importante que en casa aprendamos a conservarlos en buen estado y a distinguir qué alimentos no caducan y cuáles podemos ingerir sin ningún riesgo pasada su fecha de consumo preferente.

EN ESPAÑA se tiran a la basura cada año siete millones de toneladas de alimentos, una cifra escandalosa de la que son tan culpables las autoridades como los propios consumidores. Para frenar este alarmante dato, el Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente ha presentado la estrategia “Más alimento, menos desperdicio”, que, entre otras cosas, ha derogado el real decreto por el que los yogures debían, obligatoriamente, tener una fecha de caducidad de 28 días. “Ahora, cada fabricante podrá poner la fecha de consumo preferente que considere oportuna según sus desarrollos

tecnológicos”, explicaba el ministro Miguel Arias Cañete. Ante este cambio, resulta inevitable preguntarse cuál es la caducidad verdadera de los alimentos y los riesgos que asumimos al tomar productos caducados, pero, sobre todo, qué medidas podemos poner en práctica en nuestros hogares para moderar el alarmante desperdicio de comida. Te ayudamos a resolver tus dudas:

¿Qué diferencia hay entre caducidad y consumo preferente?

“Son conceptos diferentes”, explica Emilio Martínez, catedrático de Fisiología y director del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos de la Universidad de Granada: “La fecha de caducidad indica el momento límite de consumo, después del cual puede haber problemas de seguridad alimentaria, como toxiinfecciones; mientras que la de consumo preferente indica que, tras esa fecha, el producto no presenta todas las cualidades orosensoriales (textura, sabor, olor, color, etc.), pero no hay peligro para la salud”.

¿Hay productos que caducan y otros que no?

Sí. Y esa es la razón por la que en algunos productos se marca la fecha de caducidad (alimentos microbiológicamente muy perecederos) y en otros la fecha de consumo preferente (productos más duraderos y poco compatibles con el desarrollo de bacterias). Así, aunque ambos conceptos hacen referencia a la vida útil del producto, “en ningún caso son equivalentes ni compatibles. Si aparece una fecha, no puede indicarse la otra”, puntualiza Alfonso V. Carrascosa, doctor en Biología y científico del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC).

¿Algunos productos no necesitan fecha?

Según la Federación Española de Industria de la Alimentación y Bebidas, algunos productos no requieren fecha de consumo. Es el caso de las frutas y hortalizas frescas, incluidas las patatas, que no han sido peladas, cortadas o sometidas a cualquier tratamiento similar; las bebidas con una graduación de un 10 por ciento o más en volumen de alcohol; los productos





Productos que no caducan

Cuanto más deshidratado esté un alimento, más se alarga su duración, ya que su baja composición de agua y su alto índice de pH, de sal o de azúcar lo hace poco compatible con el desarrollo de bacterias. Por ello, este tipo de alimentos puede consumirse pasados unos días, semanas e incluso meses desde su fecha de consumo preferente, sin que exista riesgo alguno para la salud. Eso sí, lo normal es que pierdan alguna de sus propiedades, se vuelvan rancios o cambien de color:

de panadería o repostería que se consumen en 24 horas; los vinagres; la sal de cocina; los azúcares en estado sólido, o las gomas de mascar.

¿Qué alimentos no podemos consumir después de su fecha de caducidad?

Las fechas de los productos que indican su caducidad son inamovibles y, una vez que se han superado, “esos productos no deben consumirse en ningún caso, ya que existe la posibilidad de que se encuentren en mal estado, estropeados y pueden ser incluso peligrosos por la presencia de bacterias patógenas”, señalan desde la Organización de Consumidores y Usuarios (ocu). Es el caso de los alimentos frescos como la carne, el pescado o los huevos.

¿Por qué ahora los yogures no caducan?

Después de la reforma, la Federación Nacional de Industrias Lácteas ha acordado que la fecha de consumo preferente de los yogures sea de 35 días. Pero, pasado ese margen, el yogur puede ser consumido. “Esto se debe a que su proceso de elaboración (acidificación por fermentos lácticos) contribuye a garantizar su inocuidad aún más allá de su vida útil, si bien organolépticamente el producto sufre cambios que afectan a su calidad. Por tanto, el



🛒 **Embutidos y jamón serrano.** Los productos estabilizados en salazón, secados o ahumados, se pueden consumir hasta dos meses después de la fecha de consumo preferente. No es peligroso, pero sí se ponen rancios.

riesgos para la salud, ya que su elevado nivel de azúcar evita la aparición de patógenos. Sin embargo, con el paso del tiempo, pueden perder propiedades y deteriorarse su sabor.

🛒 **Conservas.** Pueden guardarse indefinidamente, ya que se han esterilizado, siempre y cuando al abrirlas no muestren deformaciones, ni su envase esté hinchado ni oxidado. Si aparecen estos indicios, lo mejor es descartar su consumo.



🛒 **Derivados de cereales.** Las pastas o las galletas no implican riesgos para la salud ni siquiera pasados unos meses de su fecha de consumo, ya que poseen un escaso contenido en agua. Pero deben conservarse en lugar seco y alejado de la humedad.



🛒 **Aceites y vinagres.** Pueden conservarse perfectamente durante años si no se exponen a la luz solar. El único inconveniente es que el sabor puede ser más rancio.

🛒 **Congelados.** Su fecha óptima de consumo no debe pasar de los 12 meses. Aunque no presentan riesgos de desarrollar bacterias, sí pueden volverse rancios y adquirir cierto sabor a los recipientes en los que se almacenan.

🛒 **Bebidas refrescantes y alcohólicas.** Pueden consumirse más allá de la fecha indicada, aunque lo normal es que se altere un poco el color o el sabor. Algunas pierden dulzor, porque los edulcorantes se pueden descomponer, pero no es peligroso.

🛒 **Lácteos fermentados y leche en tetrabrick.** Pueden tomarse hasta un mes después de su fecha de consumo preferente, siempre que el embalaje no esté hinchado. Si es así, puede haber grumos y un fuerte olor que desaconseja su uso.



Cómo aprovechar la comida pasada

Si transcurren los días y no consumimos aquello que tenemos en la nevera, lo mejor es cocinarlo y guardarlo en recipientes herméticos. Los alimentos cocinados duran entre 2 y 6 días:

Fruta: podemos convertir la fruta que empieza a estropearse en una deliciosa mermelada o compota, ya que el azúcar alarga la conservación y evita los riesgos para la salud. Otra opción es elaborar tarta de manzana, bizcocho de frutas con yogur o pan de plátano, pues al cocinarlos al horno se elimina cualquier posible bacteria.

Verduras: cuando empieza a ponerse fea, lo mejor es hacer un puré, una crema o una lasaña de verduras, ya que las altas temperaturas renuevan la calidad del producto fresco.

Carne: además de las típicas croquetas caseiras con pollo, podemos preparar un pastel, una empanada o unos crepes rellenos de carne.

Pescado: casi cualquier tipo de pescado puede aprovecharse en un pastel. Otra opción es hacer canelones o lasaña de pescado. En todos los casos, la cocción al horno elimina las posibles bacterias.



consumo de un yogur que haya superado la fecha unos días no tiene por qué ocasionar daño en la salud, siempre y cuando se haya conservado correctamente en la nevera", afirma Esther Carrera, profesora de Nutrición y Bromatología de la Universidad CEU San Pablo, de Madrid.

¿Qué riesgos tiene para la salud comer productos caducados?

Una toxiinfección es una infección producida por un microbio vivo. Si este supera la barrera de la saliva y de los ácidos del estómago, empieza a multiplicarse y a producir una serie de sustancias que causan daño a la pared intestinal, lo que se traduce en diarrea, deshidratación, fiebre, dolores abdo-

minales, dolor de cabeza... En España

se producen 15.000 casos de intoxicaciones por ingesta de alimentos caducados al año, y cerca del 1 por ciento puede acabar en muerte.

¿Cómo detectar un alimento en mal estado?

El cambio más importante que se produce es la aparición de patógenos, que ocasionan cambios en el color, el olor y la textura de los alimentos; de ahí que, ante la mínima sospecha de descomposición, lo mejor sea desechar el producto.



El quid de los alimentos frescos

Alimentos	¿Cuánto duran?	¿Cómo conservarlos?
Fruta	La durabilidad depende en gran medida de la maduración del producto. Si está en su punto, lo más aconsejable es comerla dentro de la misma semana de su compra.	Puede conservarse a temperatura ambiente, excepto en verano, época en la que lo más recomendable es conservarla en la nevera.
Verdura	Puede aguantar hasta 8 días, aunque las de hoja y las setas empiezan a perder calidad a los 4 días. Las zanahorias, sin embargo, tienen una duración de hasta 15 días.	Debe conservarse en los cajones de la nevera que se sitúan en la parte inferior. No hay que lavarla antes de introducirla en la nevera, ya que el agua la estropearía.
Carne	Tiene una duración máxima de 5 días, aunque el pollo suele durar algo menos, frente a la ternera que, es más resistente. Cuanto más pequeños sean los trozos, menos aguantan, ya que son más propensos a albergar bacterias. Por ello, la carne picada tiene una duración máxima de 2 días, al igual que las vísceras. En cambio, la carne envasada al vacío puede durar en el frigorífico hasta 15 días.	Carne roja: para que aguante mejor, debemos retirar el envoltorio de la carnicería, sustituirlo por film transparente o papel de aluminio e introducirla en un recipiente hermético. Además, es importante no cortarla hasta que no vaya a cocinarse. Debe guardarse en la parte más fría de la nevera. Pollo: debemos secarlo con papel de cocina y envolverlo en film, para eliminar el agua que suelta, fuente de bacterias. Hemos de conservarlo en la nevera junto a la carne.
Pescado	Es más sensible a los agentes externos, de ahí que su duración sea de solo 2 días, aunque, si viene envasado al vacío, puede conservarse hasta 5 en el frigorífico.	Al llegar a casa, debemos limpiarlo, secarlo con papel de cocina, envolverlo con film transparente e introducirlo en un recipiente hermético para que no deje olor en el frigorífico.

¡QUE NADIE SE PARE!



LEVÁNTALE DE LA SILLA

Misión te propone unos sencillos consejos para que hagas que tus hijos se muevan:

- 1 Anímalos a hacer los recados en bici
- 2 Cómprales unos patines
- 3 Enséñales los juegos de tu infancia
- 4 Compíte con ellos para ver quién salta más lejos
- 5 Juega a hacer carreras de relevos o a la pelota
- 6 Felicítalos por sus logros en la clase de educación física
- 7 Apúntalos a una actividad deportiva escolar

El sedentarismo se extiende entre los jóvenes: la mitad de los adolescentes de 15 años solo realiza deporte en la clase de educación física. Los hábitos alimentarios y deportivos adquiridos en la infancia pueden ser determinantes en los casos de obesidad.

HACE MUCHO tiempo que un niño “gordito” dejó de ser considerado un niño sano. La Encuesta Nacional de Salud de España 2011-2012 señala que, uno de cada diez pequeños presenta obesidad, y dos de cada diez, sobrepeso. Y no solo eso: cada vez se presenta en edades más tempranas. Es indiscutible que una dieta poco saludable y un estilo de vida sedentario se encuentran en la raíz de este problema, por lo que muchos expertos aseguran que el mejor tratamiento para la obesidad es prevenirla.

Los hábitos alimentarios se adquieren en la infancia y en la adolescencia, por tanto, esa época es de vital importancia para aprender a comer correctamente. Los entornos familiar y escolar marcan la actitud de los pequeños hacia los alimentos. Si un padre no come pescado, difícilmente logrará que lo hagan sus hijos.

El papel del entorno

El sedentarismo es otro de los factores que favorecen la obesidad. Pasar mucho tiempo sentados no nos hará “conservarnos” por más tiempo, muy al contrario, es la puerta por la que entran a formar parte de nuestra vida numerosas patologías que serían fácilmente prevenibles si pasáramos menos tiempo pasivos. El estudio “Energy balance and obesity”, publicado por la revista *Circulation*, resalta que esta actitud está muy influenciada por el entorno. La doctora Marcela González-Gross, profesora titular de Fisiología del Ejercicio y Nutrición Deportiva, destaca que “tanto el entorno familiar como el educativo tienen un papel fundamental para facilitar el acceso de los niños al ocio activo y para fomentar la adquisición de hábitos saludables”. De ese modo, si nunca ven a su madre hacer deporte, esta contará con pocos argumentos para pedirles a sus hijos que se levanten del sofá.

Tampoco la tecnología ayuda mucho a que los niños se muevan y combatan el sedentarismo. Gran parte de su tiempo lo ocupan viendo la tele, con videojuegos o delante del ordenador. Este dato está avalado por las cifras:

la Sociedad Española de Nutrición estima que entre el 70 y el 80 por ciento de los escolares españoles no realiza suficiente ejercicio físico. La mitad de los chicos de 15 años solo hace deporte en el colegio, durante la clase de Educación Física. Para muchos docentes, esta clase no solo es un tiempo para practicar deporte, sino la base sobre la que deben asentarse todos los hábitos saludables de los jóvenes. Además, realizar ejercicio no solo entraña beneficios físicos, también reduce la ansiedad y mejora la autoestima, estimula el rendimiento académico, enseña a aceptar las reglas, a valorar el compañerismo, a integrarse y a asumir responsabilidades.

Prevenir el sedentarismo es básico para romper las estadísticas y que deje de aumentar la obesidad entre los españoles, un problema que en nuestro país afecta a uno de cada cuatro adultos. 



Cuidados que os **MIMAN** a los dos

Por **Lara Segovia**

El embarazo es la etapa más deliciosa en la vida de una mujer a pesar de los cambios físicos que conlleva. ¡No sufras!, hay trucos infalibles para estar bella durante todo el embarazo.

¡ENHORABUENA! TIENES nueve meses por delante para saborear las delicias de la gestación, pero también para experimentar algunos cambios en tu cuerpo a consecuencia del vaivén hormonal, como las temidas estrías por la distensión epidérmica ("cicatrices o roturas" que se forman en el pecho, el abdomen y las nalgas por cambios bruscos de peso o la delicadeza de la piel que hacen que se rompa más fácilmente),

manchas de pigmentación ("cloasma o paño del embarazo", que suele aparecer en el labio superior, las mejillas o la frente), varices, acné... Pero ¡tranquila! El embarazo es para disfrutarlo de principio a fin. Con disciplina y buenos productos, aliviar muchos de esos males o erradicar otros es sencillo.

Sin correr riesgos

Uno de los mayores problemas en el embarazo es que tenemos que restringir el uso de determinados cosméticos debido al riesgo potencial que pueden tener algunos de sus ingredientes. La piel es un órgano vivo que absorbe lo que depositemos sobre ella, pasando después al torrente sanguíneo y, por tanto, al bebé. Por eso, es mejor decantarse por productos naturales y orgánicos que omiten de su formulación derivados del petróleo y otras sustancias químicas, pesticidas, parabenos, perfumes artificiales... Elige los productos que contengan extractos herbales y aceites vegetales como el de almendra, argán, sésamo... Tienen propiedades curativas y son un excelente remedio contra la piel seca, con picores o sensibilizada, y las temidas estrías. Selecciona las que tengan algún sello que las identifique como "orgánicas", con ello nos

aseguramos de que al menos un 90%, de sus ingredientes proceden del cultivo ecológico.

Hoy contamos con unas cuantas marcas específicas para embarazadas, 100% seguras y de alta calidad, como Erbaorganics (www.erbaorganics.com) y Erbaviva (www.erbaviva.com), con productos como aceites de baño, bálsamos para la piel, remedios contra las varices y piernas cansadas... Además, la mayoría de marcas suelen tener una gama más natural y específica para embarazadas como el tratamiento antiestrías de Clarins, un bálsamo nutritivo con manteca de karité, excelente cicatrizante y acondicionador que mantiene la piel elástica para evitar su rotura; o la gama Advanced Marine, de La Prairie, con componentes naturales marinos como las algas, cargadas de vitaminas y minerales. 

Esenciales en el nacer

Aceites vegetales como el de almendras o el de rosa de mosqueta, con propiedades cicatrizantes, perfectos para evitar las estrías; protectores solares de origen vegetal; y un bálsamo refrescante para pies y piernas, para los últimos meses de embarazo.

Los mejores cuidados



ELVIVE ACEITE EXTRAORDINARIO, tratamiento para el cabello de L'Oréal
PVP: 7,99 €



SEE-NO-SCAR SOLUTION, loción para las cicatrices de Mama Mio
PVP: 30 €



SOIN COMPLET SPÉCIAL VERGETURES, crema antiestrías de Clarins
PVP: 48 €



LACA DE UÑAS ORGÁNICA, de Kure Bazaar
PVP: 18 €



ADVANCE MARINE, tratamiento para la piel de La Prairie
PVP: CPV



MANTECA DE KARITÉ, crema para el cuerpo de L'Occitane
PVP: 29 €

Para mejorar nuestro estado de ánimo, nuestro tono de piel y la fortaleza de nuestros huesos nada mejor que el sol, pero siempre con una buena protección

Tratamientos solares de CLARINS

Los beneficios del SOL, sin correr riesgos

El sol es una fuente de beneficios para nuestro organismo. No solo mejora nuestro estado de ánimo y la calidad del sueño, sino que además ayuda a sintetizar la vitamina D, que permite la absorción del calcio y contribuye a la formación y la reconstrucción de los huesos.

Para disfrutar de las ventajas de los rayos solares y conseguir un favorecedor tono de piel, no es necesario tostarse bajo el sol. Eso de que "el quemado se convierte después en moreno" es un mito, y lo único que conseguimos exponiéndonos al sol sin una protección adecuada es que nuestra piel envejezca prematuramente e incluso comprometer seriamente nuestra salud y, sobre todo, la de los niños. Aproximadamente el 50 por ciento de la exposición solar a lo largo de la vida tiene lugar en la infancia, lo cual, sumado a que la piel de los niños es más sensible, hace que sea vital protegerla para evitar quemaduras o el riesgo de desarrollar cáncer de piel en el futuro.

La clave es proteger la piel antes, durante y después de la exposición solar. Los tratamientos solares de Clarins están especialmente ideados para conseguir un nivel alto de protección, además de mimar nuestra piel, hidratarla y conseguir que nuestro bronceado dure todo el año.



Baume Après Soleil **Regenerante y rehidratante intenso**

Aftersun con acción antiinflamatoria, que intensifica y prolonga el bronceado y, al mismo tiempo, calma la piel tras el baño solar. Este bálsamo es capaz de reparar incluso las pieles más reseacas, y transforma la piel dañada por el sol proporcionándole un tacto suave. Su presentación en un bote de 400 ml es ideal para familias.



Spray Solaire Lotion Non Grasse **Especial Deporte UVA/UVB 15**

Ideal para los amantes del deporte que se broncean con facilidad y huyen de productos untosos. Además de ejercer de barrera, hidrata la epidermis, protege el ADN y es antiedad.



Crème Solaire Anti-Rides Visage **UVA / UVB 50+**

Recomendada para pieles intolerantes al sol o expuestas a radiaciones intensas, incorpora una alta protección para evitar el daño solar y mantener la piel saludable. Tiene triple acción: hidratante, antiarrugas y antimanchas.



Lait Solaire Spécial enfants **UVB 50+**

Esta fórmula incorpora una pantalla 100 % mineral, con una gran tolerancia, especial para los niños, resistente al agua y que deja sobre la piel una película blanca antes de ser absorbida para comprobar que no se haya quedado ninguna zona sin crema.



Stick Solaire Spécial Zones Sensibles **100% pantalla mineral UVA/UVB 30**

Indicado para las zonas más sensibles del rostro, como la nariz, los labios, las orejas o el contorno de ojos. Su pantalla 100 % mineral proporciona una perfecta tolerancia a las pieles más sensibles, y su formato en stick facilita la aplicación.

Tendencias

Complementárate

SuiteBlanco
Collar de
estilo étnico,
PVP: 12,99 €.

Essentials
Sombbrero
para mujer,
PVP: 9,95 €.

Imagine
Fular
naranja flúor,
PVP: 18,99 €.

Zara
Diadema con
flor para niña,
PVP: 3,95 €.

Calvin Klein
Colgante CK
Ondulate,
PVP: 115 €.

Achilipú
Pendientes,
PVP: 29,75 €.

De la CABEZA a los PIES

Llega el verano y con él, el cambio de armario.
Misión te trae lo mejor para que tú y los tuyos
vistáis a la última moda de arriba a abajo.

Pisa fuerte

Marypaz
Sandalias
Fashion,
PVP: 31,99 €.

Compañía Fantástica.
Bailarinas Red Hook,
PVP: 32,90 €.

Pablosky
Deportivas
para niño,
PVP: 26 €.

Flunchos
Mocasines Báltico,
PVP: 94 €.

Mephisto
Zapatillas
Cyriac,
PVP: 195 €.

H&M
Bailarinas
para niña,
PVP: 12, 95 €.

Mira bien

Prénatal
Gafas de sol infantiles,
PVP: 9,95 €.

Ray-ban
Gafas de sol
Aviator Large Metal,
PVP: cpv.

Mango
Gafas de sol
para mujer,
PVP: 12,99 €.

Broncéate

Galénic
Leche para
después del sol,
PVP: 22,50 €.

Rene Furterer
Aceite solar
protector para
el cabello,
PVP: 16,25 €.

Carrefour
Solares Kids Spray Solar FP 30,
PVP: 6,00 €.



El punto sobre la i

Por Enrique García-Máiquez

¿Como novios? ¡Imposible, a Dios gracias!

¡CON qué alegría he recibido la noticia de que este número de *Misión* trataba a fondo el matrimonio! Porque es un tema de palpitante actualidad, desde luego; y porque me da una magnífica oportunidad para deshacer un malentendido. En *Nuestro tiempo*, la revista de la Universidad de Navarra, he publicado recientemente un artículo titulado “¿Como novios? ¡Oh, no!”, que ha levantado cierta polémica en Twitter, en mi correo electrónico y, sobre todo, en las sobremesas con mis amigos. El punto de partida era que, cuando nos dicen que, para que el matrimonio funcione, “hay que quererse como novios”, a mí se me ponen los pelos como escarpias. Y de ahí pasaba a explicar cuatro estrategias para defender el matrimonio. Si les interesan, pueden buscar el artículo en la Red.

Pero allí daba yo un salto sin red: no explicaba por qué me parece tan peligroso ese “como novios” que nos aconsejan tanto. Parecía como si tuviese un prejuicio antipático contra esa etapa tan dulce –a veces– y tan esperanzadora, y tan, ay, tan, tan romántica. Lo que tengo, en realidad, no es un prejuicio, sino un juicio, y no contra el noviazgo en su momento, en su álgido momento transitorio, sino contra ese noviazgo eterno que nos proponen, que es una contradicción en los términos.

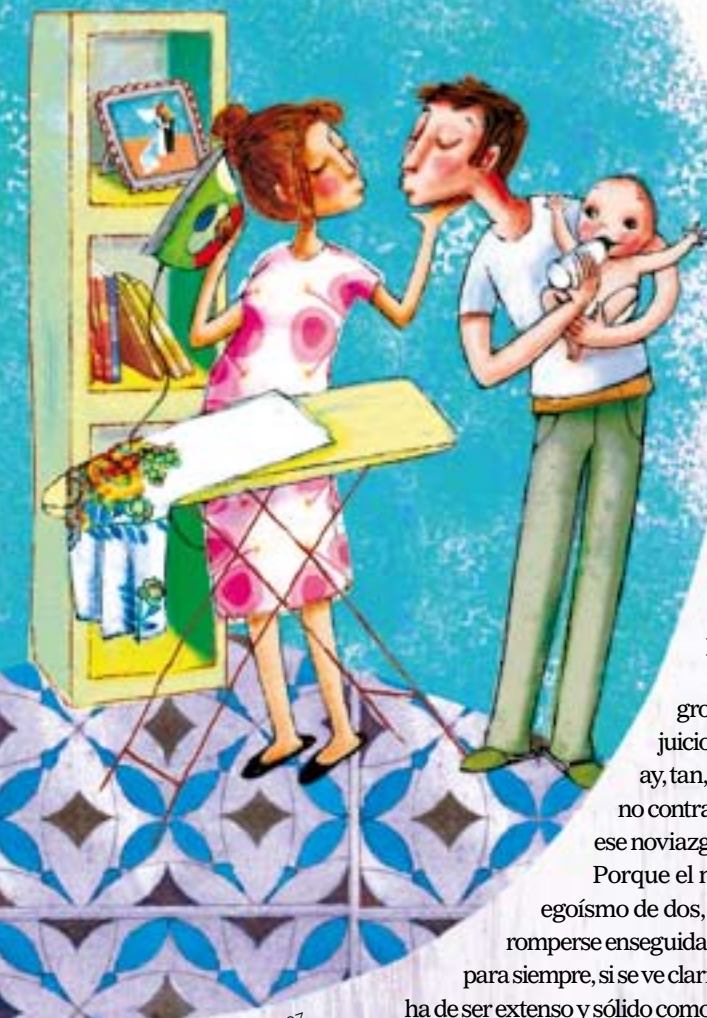
Porque el noviazgo ha de ser intenso, un egoísmo de dos, y muy, muy frágil. O está para romperse enseguida, si no se ve claro, o para fundirse para siempre, si se ve clarísimo. El matrimonio, en cambio, ha de ser extenso y sólido como una roca. El primero es la semilla; el segundo, el roble, si quieren una metáfora forestal.

Cuando el cine, la moda, los conocidos y los asesores sentimentales pretenden que un matrimonio sea como un noviazgo interminable, nos están inyectando, disuelto en una retórica almibarada, una frustración segura. El matrimonio no puede ser un noviazgo. Las obligaciones de los cónyuges son otras; las responsabilidades, mayores; distintos los problemas, los perfiles, las pulsiones, la intimidad, la confianza..., todo. Bienintencionada o con mala uva, esta presentación mediática del noviazgo como “el no va más del amor” es otra estrategia –como el divorcio, pero por el otro extremo, o como denominar “matrimonio” a lo que no lo es– para vaciar de sentido la institución. De hecho, esas parejas de cincuentones y sesentones que no quieren casarse se autodenominan “novios”, lógicamente.

Que el matrimonio-como-novios sea imposible no es una mala noticia, no se preocupen, porque el matrimonio-matrimonio es mucho mejor. Si se vive en serio, cuánto humor a cada paso, qué profunda relación, qué enormes proyectos, cuántos agradecimientos, qué amor tan complejo, tan rico de matices, claroscuros y rompimientos de gloria, tan biográfico, tan real. Es urgente una valoración literaria, cinematográfica, cotidiana del amor matrimonial en sí y en todas sus edades y enriquecedoras etapas. Comparado con el noviazgo, el matrimonio quizá no sea tan apasionado, pero es, sin duda, más apasionante. 

El matrimonio no puede ser un noviazgo. Las obligaciones de los cónyuges son otras

Ilustración: Silvia Álvarez



www.egmaiquez.blogspot.com



Solteros con compromiso

La cultura single cada vez cobra más fuerza como paradigma de la libertad y la modernidad. Sin embargo, el soltero católico no puede dejarse llevar por este espejismo. Al mismo tiempo, necesita acompañamiento y comprensión para poder vivir su estado con la mirada puesta en Dios y esperanzado. Estar “soltero” no es sinónimo de estar “solo”.

Por **Ángeles Conde Mir** Ilustración: **Silvia Álvarez Castellar**

“LA IDEA con la que se suele crecer desde niño es la de casarse y tener hijos; y que es ahí donde uno se siente realizado y feliz, especialmente si hemos sido educados para ello. Pero no siempre nos enseñan que los planes no salen como nos gustaría”, cuenta Alejandro, de 47 años, a *Misión*. ¿Es infeliz? Como si contestara a esta pregunta, Patricia, también soltera, tiene la respuesta: “Yo no creería en un Dios que no me invitara a la felicidad. Ahora no tengo novio, pero, ¿significa que no puedo ser feliz? ¡Claro que no! Dios sabe.”

La soltería no es un terreno árido o, al menos, no tiene por qué serlo; muy al contrario, puede ser una época muy fecunda de la vida. Así lo entienden quienes son solteros “con compromiso”. Porque, como asegura Alejandro: “Ningún ser humano es incompleto. Ante Dios y, por tanto, ante los hombres, es un ser completo”. Desde la perspectiva de un Dios que no se olvida de sus hijos, el camino de la persona soltera puede, a

pesar de vericuetos y trampas, tornarse en una oportunidad para acercarse más a Él y ponerse al servicio del prójimo. Si bien sabemos que, en la Creación, el hombre no mora para vivir solo y que en el corazón y en la conciencia de los jóvenes católicos hay una certeza inscrita: hacer la voluntad de Dios a través de otro. Por eso, Juan de Dios Larrú, decano de la sección española del Instituto Juan

“Lo que produce frustración es la falta de respuesta, de compromiso, o el miedo a responder”, dice el decano Juan de Dios Larrú

Pablo II para estudios sobre el matrimonio y la familia, especifica a *Misión* que la soltería no es una vocación como tal, dado que “Dios no llama al hombre a la soledad, sino a la comunión, a la santidad, como perfección del amor”. Pero, al mismo tiempo, el experto insiste en que “la vocación innata y fundamental es la vocación al amor. Como Dios nos ha amado primero, ser amado y amar es posible en el encuentro con los demás, y en el encuentro con Cristo, de un modo absolutamente singular”; y a eso tenemos alcance todas las personas. Así le ha sucedido a Santi, de 38 años, que, según explica, vive la soltería como un tiempo “para pensar, para meditar y para acercarme a Dios”.

Muy pocos niños sueñan de pequeños con ser solteros, con vivir solos en una casa y no envejecer de la mano de un marido o una esposa. A medida que pasan los años y esas expectativas vitales no se materializan, se puede enquistar un sentimiento de frustración.



Larrú nos ilumina ante este posible sentimiento: “Lo que puede producir esta frustración es la falta de respuesta o de compromiso, el miedo a responder o el vivir una vida acomodada y burguesa. Pero esto le puede suceder a cualquier persona”. Sin atisbo de frustración, Santi pone un ejemplo de cómo aprovechar el tiempo: “Ayudo, por ejemplo, a las Misioneras de la Caridad; ya llevo unos cinco años”. No se trata de un entretenimiento para llenar el tiempo mientras “pasa algo”, sino que forma parte de un servicio de amor a la Iglesia. “Puedo decir que gracias a mi soltería he hecho cosas, he conocido a gente y he crecido en el plano espiritual. A medida que trato de conocer mejor el significado de la fe, compruebo que Dios me muestra muchas maneras para amar que compensan enormemente la soltería”, añade Santi.

Patricia, de 27 años, asegura que “el hecho de que tengas edad para tener tus propios hijos no hace que dejes de ser hijo de tus padres o dejes de ser hermano. La familia siempre te va a necesitar, como tú a ellos”. Belén, de 43, ha encontrado una oportunidad de servicio, por ejemplo, en el cuidado de sus sobrinos: “Yo estoy donde sus padres, por el mero hecho de ser padres, a veces no pueden llegar. Donde los demás por su vocación

no pueden llegar, yo por la mía sí”. Belén pasó por épocas “rebeldes” en las que no aceptaba la soltería. “Había sacerdotes que me decían que tenía suerte de poder escribir un capítulo nuevo todos los días, y yo contestaba que ¡al menos quería tener uno ya escrito!”, y apostilla, “es decir, me estaba perdiendo el disfrutar de la imaginación que tiene Dios para sorprenderme a diario”.

El tiempo que marca Dios

Sin olvidar que la soltería no es una vocación, hay que tener en cuenta que muchas circunstancias de la vida pueden hacer que esa “oportunidad” –la verdadera– no llegue, no se haya visto o se haya dejado pasar. A las personas “no se les pasa el arroz”. Expresiones como esta, que se dicen con sorna, pueden influir mucho en el estado de ánimo. Asimismo el sufrimiento se puede agravar por la incomprensión y el juicio de los demás. Porque puede haber circunstancias dolorosas que escapen a las apariencias. “Lo cierto es que no siempre los planes salen como uno desearía, y en ellos irrumpen numerosas circunstancias que no dependen solo de uno mismo, y aunque dependan, puede no ser fácil solventarlas”, dice Santi. El soltero no está “comiendo la sopa boba” o “dejando la vida pasar”, como si todo le resbalara en un perpetuo hedonismo propiciado por aspirar a ser, *sine die*, “el niño de mamá”. No es así en el caso de los solteros católicos; ellos no responden al cliché de *single*. Patricia aclara que “las personas, en cuanto tal, no nos dan la felicidad, son finitas. Nuestra ansia de felicidad es infinita y solo la sacia Dios. Por otro lado, soy una chica joven que está en el mundo, y me gustaría formar una familia, pero no de cualquier forma y con el primero que pase. El tiempo será el que Dios quiera marcar, créeme, estoy atenta”. Y Alejandro añade un escueto pero contundente: “Dios sabe mostrar cual es su voluntad”. 

Una espera sin angustia

“La angustia nunca proviene de la soltería, sino de un modo equivocado de vivir y plantear la vida. La persona soltera no tiene motivos para angustiarse, sino para la gratitud y el gozo de estar llamada a la felicidad”, afirma Juan de Dios Larrú. Eso no impide que, a veces, aflore la tristeza. “Una de las grandes tentaciones de ser soltera es creer que no importas”, dice Belén. Y, sin embargo, los solteros, como bautizados enraizados en la vida de la Iglesia, tienen mucho que aportar. Es una circunstancia de la vida que posibilita una enorme capacidad de entrega. Santi lo tiene claro: “Los solteros, al no ocuparse de las atenciones propias de una familia, tienen tiempo libre para ocuparlo en atender a las personas que requieren de nuestra ayuda, de nuestras sonrisas y de nuestra generosidad”. Para Belén, el papel de los solteros es “importantísimo”, porque pueden demostrar que “solo Dios basta”, y que cuando se vive sin Dios, “aunque tengas todo el tiempo del mundo, en realidad no lo tienes, porque no lo vives”. Patricia concluye asegurando que “la soltería no es sinónimo de soledad”, y pone en práctica una sencilla, pero efectiva, clave: “Creo que la cuestión reside en confiar en que Dios nos reserva a todos un plan perfecto”.

HELEN M. ALVARÉ. COFUNDADORA DEL MOVIMIENTO “WOMEN SPEAK FOR THEMSELVES” (LAS MUJERES HABLAN POR SÍ MISMAS)

“Necesitamos líderes del servicio”

Por Isabel Molina E.



Mientras muchas mujeres se esfuerzan por ganar terreno en la agenda política e ideológica con un liderazgo que las convierte en el centro de su propia vida –“soy dueña de mi cuerpo”, “es mi vida y yo elijo”–, en EE UU un grupo de mujeres ha iniciado un movimiento para dejar claro que esas mujeres “no hablan en nombre de todas las mujeres”. Ellas plantean otro tipo de liderazgo, revolucionario en nuestros días: el liderazgo del servicio, mediante el cual la mujer vuelca su vida en los demás.

LOS MEDIOS de comunicación y la cultura dominante proclaman a los cuatro vientos que la mujer católica –como toda mujer actual– quiere decidir “libremente” lo que más le conviene para su vida y ocupar cargos de poder, incluso en la jerarquía eclesiástica. Pero, ¿son estas realmente las aspiraciones de la mujer católica, o acaso se le adjudican palabras que ella no ha dicho?

Cansada de escuchar este tipo de clamores, Helen M. Alvaré –presidenta del Foro de Mujeres Católicas (Catholic Women's Forum) y consultora del Pontificio Consejo para los Laicos (Sección Mujer)– decidió reunir a un grupo de mujeres en EE UU para “hablar por sí mismas” (www.womenspeakfor-themselves.com) y expresar, desde su propia experiencia y conocimiento, el sentido que la fe da a sus vidas en los asuntos que más les preocupan: las llamadas “políticas de salud reproductiva”, el derecho a dar testimonio público de su fe e instaurar una nueva cultura acorde con el cristianismo, los retos que supone el trabajo femenino, las dificultades de muchas jóvenes para encontrar pareja y formar una fami-

lia, la homosexualidad o la maternidad de la mujer soltera, entre otros. Estas mujeres que han decidido “hablar por sí mismas” quieren abrir una brecha en el pensamiento dominante para evidenciar que el feminismo ideológico responde, cada vez menos, a la vida real y a los deseos auténticos del corazón femenino. *Misión* ha hablado con Helen M. Alvaré para indagar cuál es entonces la llamada de la mujer católica en este momento de la historia.

¿Qué tienen en común estas mujeres que “hablan por sí mismas”?

Todas se han preguntado por la sabiduría o el realismo de las enseñanzas de la Iglesia, a la luz de la “sabiduría” del mundo moderno, y han tropezado con la verdad por distintos medios: la experiencia, los datos empíricos y la oración.

¿Cuál cree usted que es el papel de la mujer en la Iglesia de hoy?

Explorar lo que nuestra fe entiende por “complementariedad” entre la mujer y el varón. Sabemos lo que la complementariedad significa en el matrimonio, y en el tener hijos y educarlos, pero aún no lo tenemos claro –ni en la Iglesia ni en el mundo– cuando hablamos de las

demás facetas de la vida. En estos tiempos posmodernos que vive la Iglesia, una exploración más completa del papel complementario de la mujer en el mundo vendría muy bien.

Mujer en el estrado

¿Por qué se piensa aún que la mujer católica sigue sometida a una autoridad masculina que le impide ser feliz?

Los medios de comunicación han adoptado en muchos casos la ideología del “expresionismo sexual”. Las enseñanzas de la Iglesia acerca de lo sagrado y de la disciplina con respecto al sexo los llevan a asumir que cualquier institución –y nosotras somos la más visible– que niega a la mujer su expresión sexual desligada de la procreación, es anatema para la mujer. Además, los medios de comunicación no quieren entender la teología sobre el liderazgo del servicio que supone el sacerdocio masculino.

Según dice, la mujer católica también ha ejercido ese “liderazgo del servicio” a través de los siglos. ¿Sigue siendo esta una vocación para la mujer de hoy?

Es nuestra vocación como seres humanos: “vivir para los demás”, al igual que



Jesús. En particular, hoy en día, que tanto se alaba la vida de los famosos, y la gente desea ser afirmada públicamente por sus logros, es especialmente importante que los católicos entendamos que nuestra “carrera” profesional –sea en casa o fuera de ella– tiene que suponer un cumplimiento del servicio para el que Dios nos ha dotado a cada uno. Cualquier otro camino lleva a la ambición, que en última instancia conduce a un frenetismo por ser mejores o más ricos que otros, sin un enfoque de servicio. Pero, a la vez, la persona no debe dudar en sobresalir cuando tiene esa vocación de liderazgo, siempre que la viva con un sentido de servicio. Se necesitan líderes.

Sexualidad cristiana, ¿posible?

¿Cree que la postura católica sobre la sexualidad humana es realista en esta época? ¿Qué hacer para lograr vivirla?

Es realista, aunque sin duda más difícil de vivir para algunos que para otros. Para vivirla hay que adoptar una visión sana de la sexualidad humana, al estilo de Juan Pablo II, es decir, entendiéndola como un regalo, un don que está lleno de posibilidades, pero que cuando se vive para sí mismo –en vez de vivirlo como un don para el cónyuge y los hijos– puede causar mucho daño. Hay que mantener los gustos lo más puros posibles: evitar los medios de entretenimiento, la ropa, etc., que no buscan la belleza real. La pureza nos permite entrever a Dios y la necesitamos como un baluarte. En la edad adulta, esforzarse por adquirir una buena comprensión –teológica y emocional– del papel de la sexualidad en nuestra vida, a través de mentores y amigos que nos puedan comunicar su sabiduría y su experiencia. Y cuando sales con alguien, dejarle claro quiénes eres y si no comparte tus principios, no darte por satisfecho con menos.

“La persona no debe dudar en sobresalir cuando tiene una vocación de liderazgo, siempre que la viva con sentido de servicio”

Nuestra cultura ha roto el vínculo entre el sexo y la procreación. ¿Qué consecuencias tiene esta ruptura para las jóvenes que están intentando discernir su vocación?

Incontables artículos testimoniales, al igual que mucha bibliografía en sociología, psicología e incluso economía, demuestran que, al separar el sexo de la procreación, la mujer se empobrece espiritual, emocional e incluso físicamente. Si la mujer acepta esta forma de pensar, es más vulnerable al embarazo fuera del matrimonio, al síndrome posaborto, a la unión libre y al divorcio. Estas consecuencias se evidencian en todas las culturas occidentales que han desligado el sexo de la vida.

¿Puede la mujer católica ser feliz y vivir en sintonía con su tiempo?

Es imposible estar completamente “en sintonía” con los tiempos, ya que este mundo no es nuestro hogar final. Sin embargo, es posible apreciar todo lo bello y alegre que hay en el mundo y, a la vez, vivir una vida auténticamente católica. De hecho, mi experiencia y la de muchas mujeres que conozco –mujeres sabias, mayores que yo– es que cuando se ve y se vive a través de los ojos de la fe, es cuando realmente se puede vivir en la verdad y ser feliz.

¿Qué es el “amor en la verdad” que usted afirma que busca la mujer?

Hoy en día tenemos muy poco amor

(tal como los católicos lo entendemos: servicio a los otros, cuidado genuino de los demás) y muy poca verdad. En los campos del sexo, el matrimonio y la crianza de los hijos, veo mucho de ideología, mucho de política, mucho de ánimo de lucro y mucho de intereses personales. A través de los ojos de la fe se ve cómo la mujer, como toda persona, anhela el verdadero amor y la verdadera libertad, pero la ideología, la política, el lucro y los intereses personales nunca podrán proporcionarle este amor; solo lo logrará con la voluntad de amar como debe amar el cristiano y la voluntad de ir a donde la verdad la lleve. Estos deseos no se contradicen con la fe, ya que proceden del mismo Dios, que lo creó todo.

¿Qué diría a las mujeres que expresan desacuerdo con algunas enseñanzas de la Iglesia o que consideran “excesivo” vivir conforme a ellas?

Les pediría, primero, que realmente las conozcan, las exploren, las lean en sus fuentes originales y conversen con personas que las conocen. Segundo, les pediría que –al igual que con cualquier “programa” de mejora que emprendan– den pequeños pasos para acercarse a ellas a modo de experimento. Y que contemplen la vida de mujeres que las viven y se pregunten: ¿contienen o no sabiduría estas enseñanzas? 



LA UNIVERSIDAD PRIVADA AUMENTA LAS AYUDAS

Ni un alumno fuera de la

UNIVERSIDAD

Con becas de hasta el cien por cien, la universidad privada se sitúa como una opción al alcance de cualquier estudiante

UN ESTUDIO de la Universidad Jaime I reveló que el número de estudiantes que no pudieron hacer frente al pago de las tasas de matrícula había aumentado del 2 al 6,5 por ciento en el curso 2011-2012. Dado que hay muchos estudiantes que no pueden hacer frente a estos gastos, toca agudizar el ingenio y buscar alternativas ante una situación económica complicada, como la que vivimos. Para que cuadren las cuentas familiares a la hora de mandar a un hijo a la universidad, existen numerosas alternativas a las becas oficiales que, si bien han mermado, siguen existiendo.

Una de estas opciones la constituyen los préstamos para estudios diseñados por numerosas entidades bancarias y que pueden oscilar entre los 5.000 y los 60.000 euros. Pero no hay que olvidar que muchas universidades han optado

por ponérselo aún más fácil a aquellos estudiantes que lo necesiten y, de forma especial, a aquellos que demuestren que quieren luchar por su futuro mediante un expediente académico excelente. Así lo ha hecho, por ejemplo, la Universidad Francisco de Vitoria (UFV) en un empeño por que no haya ni un solo alumno que se quede fuera de la universidad por cuestiones económicas. “Este año se han incrementado los esfuerzos y se han ampliado las ayudas. Más de un 25 por ciento de los alumnos matriculados tienen algún tipo de ayuda o apoyo económico para desarrollar sus estudios con nosotros”, asegura Francisco Loro, responsable del Servicio de Ayudas al Estudio de la Universidad Francisco de Vitoria. Con este refuerzo en la política de becas, este centro cuenta, hoy por hoy, con al menos



Una ayuda para cada caso

La UFV ha diseñado un completo sistema de becas y ayudas.

► **Ayudas por expediente académico brillante.** Los alumnos pueden optar a ellas si tienen un 8 o un 9 de media en Bachillerato. Suponen entre el 50 y el 100 %.

► **La Federación Española de Familias Numerosas y la UFV** cuentan con un sistema que premia a las familias numerosas con un 10% de descuento en el coste de la matrícula.

► **Descuentos para hermanos:** 15% para el segundo, 50% para el tercero y un 100% para los sucesivos.

► **Los alumnos que obtienen la máxima calificación** (matrícula de honor) tienen una bonificación automática del valor del número de créditos obtenidos con esa nota en la matrícula del siguiente año.

► **Los créditos al honor:** una ayuda para alumnos de último año que se comprometen a devolver cuando accedan al mercado laboral.

► **Convenios para becas de excelencia con Ayuntamientos.** De entre las solicitudes que llegan se selecciona a los mejores alumnos, aquellos con notas superiores a 8 en la PAU.

800 alumnos que disfrutan de algún tipo de ayuda. Sin ir más lejos, 207 alumnos disfrutan de becas, gracias a un expediente académico brillante, que llegan hasta el 100 por 100.

La Universidad lo ha conseguido examinando, caso por caso, las circunstancias de cada solicitante: “Nos preocupamos mucho por conocer bien la situación personal de cada alumno becado”, cuenta Loro. Además de estos 800 alumnos, más de 100 colaboran en un programa de prácticas formativas, gracias a las que compaginan sus estudios con una experiencia práctica en alguno de los departamentos o áreas de la universidad y con posibilidad de optar a una bolsa de empleo o ayuda al estudio.

**-EXPERIENCIA
-CALIDAD
-SERVICIO**

GAMA DE PRODUCTOS

TUBO SOLDADO POR RESISTENCIA ELECTRICA
TUBO S/S DIN-2440 / DIN-2448
TUBO S/S ASTM A-106 Gr.B
TUBO SOLDADO HELICOIDAL
TUBO SOLDADO LONITUDINAL DIN / API
TUBO RANURADO / PINTADO
BARRA PERFORADA E355 / ST-52
CURVA DIN-2605 (N-3D) DIN-2606 (N-5D)
BRIDAS DIN / EN-1092 / ANSI
ACCESORIO RANURADO VICTAULIC
ACCESORIO ANSI A-234 WPB
ACCESORIO MALEABLE (NEGRO / GALVANIZADO)
CARRETES DE DESMONTAJE
VALVULAS DE BOLA / MARIPOSA / COMPUERTA...
TUBO Y PIEZAS EN PPR
AISLAMIENTO TERMICO



COTAINSA



COMERCIAL DE TUBOS Y ACCESORIOS INDUSTRIALES

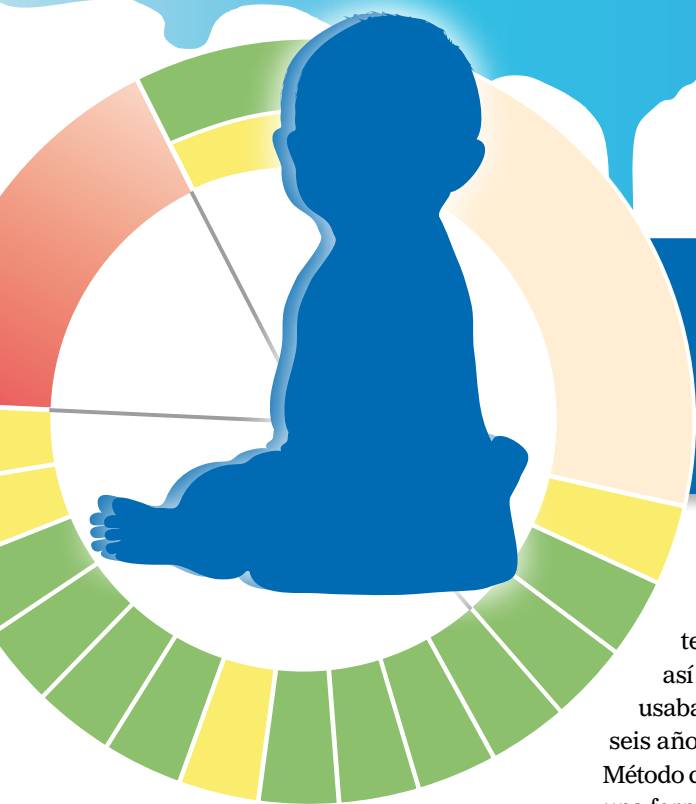
TUBOS Y ACCESORIOS DE CONDUCCION, S.L.

Pol. Industrial "MARTINSA" c/. Munich 6
28970 Humanes de Madrid -MADRID-
Tel. +34 916 04 08 38 Fax. +34 916 48 11 78 E.Mail. comercial@cotainsa.com
www.cotainsa.com

MÉTODO DE LA OVULACIÓN BILLINGS

La ciencia respalda el plan de DIOS

Por Isis Barajas Fotografía: cortesía de WOOMB Internacional



El Método de la Ovulación Billings es un modo de reconocimiento de la fertilidad que combina los últimos hallazgos científicos y una elevada tasa de eficacia con una comprensión de la sexualidad abierta al don de la vida.

María García se consideraba una “católica moderna”. Su marido, Juan, y ella tenían planeado tener cuatro hijos y acordaron que la mejor forma de evitar tener más era usando la píldora anticonceptiva. Pero tanto este método como otros anticonceptivos que usaron les fallaron, y los embarazos se sucedieron uno detrás del otro. María se informó, y le dijeron que lo más eficaz era el dispositivo intrauterino, diu (que además es abortivo), así que se decidió a probarlo. Algo empezó a removerle la conciencia, pero, como ella misma explica, “cuando sabemos que estamos haciendo algo mal, siempre encontra-

mos razones para justificarnos: mi teoría era que ya había tenido tres hijos en tres años, así que Dios me comprendería si usaba este dispositivo”. Al cabo de seis años, le animaron a aprender el Método de la Ovulación Billings (MOB), una forma natural de reconocimiento de la fertilidad, pero ella no estaba dispuesta a hacer experimentos: “Soy una mujer ‘moderna’, y sé que los métodos naturales no funcionan, así que prefiero usar un método actual, eficaz y sencillo”, se decía. Pero finalmente le convencieron explicándole que el MOB no era el método del ritmo (conocido como Ogino), sino uno de los más modernos y eficaces, basado en la ciencia, y que además estaba acorde con las enseñanzas de la Iglesia católica.

Toda su vida cambió desde entonces. “Nos dio paz saber que mi salud no se estaba dañando, y nos permitió compartir la responsabilidad de la paternidad –hasta entonces, era el cuerpo de ella el que llevaba el peso de la anticoncepción–, y además podíamos seguir siendo una ‘pareja moderna’, ya que estábamos usando uno de los métodos más eficaces y científicos que hay disponibles”. Gracias al MOB, María y Juan descubrieron el don que suponía un nuevo hijo, y empezaron a vivir una auténtica apertura a la vida: “Habíamos

planeado tener cuatro hijos, pero, desde entonces, si el plan de Dios era que tuviéramos más, los dos estábamos abiertos a esa posibilidad”. Pero, ¿en qué consiste este método, que es capaz de transformar hasta tal punto la vida de un matrimonio?

Sesenta años de historia

La historia del MOB comienza en 1953, cuando un joven médico australiano, llamado John Billings, empezó a colaborar con un fraile designado por el arzobispado de Melbourne para ayudar a posponer el embarazo a matrimonios

En la encíclica *Humanae Vitae*, Pablo VI pidió a los científicos que trabajaran para encontrar “una base, suficientemente segura, para una regulación de nacimientos, fundada en la observancia de los ritmos naturales”. Tras la publicación del documento, el Papa conoció la labor que estaba desarrollando el matrimonio Billings, y les convocó a una audiencia privada para darles las gracias personalmente y exhortarles a continuar con esta labor durante el resto de sus vidas. John y Evelyn fueron amigos personales de tres papas: Pablo VI, Juan Pablo II (en la foto) y Benedicto XVI.





El matrimonio en uno de sus viajes a África, donde el MOB fue clave para disminuir el índice de infidelidad provocado por la introducción de los anticonceptivos en algunas comunidades

Eficacia contrastada



Evelyn y John enseñando el método en China con la ayuda de la conocida "regla deslizante", que distingue las fases del ciclo de la mujer

católicos con serios problemas clínicos. Por entonces, solo había dos medios de reconocimiento de la fertilidad compatibles con la vivencia cristiana del matrimonio: el del ritmo y el de la temperatura. Pero ambos tenían importantes flaquezas, y además existían etapas en la vida de la mujer (como la lactancia o la premenopausia) en las que estos métodos no aportaban ninguna información. De modo que los matrimonios acudían angustiados al doctor Billings y le explicaban: "Mi médico nos ha dicho que debemos usar anticonceptivos o que uno de nosotros debe esterilizarse, pero somos católicos y sabemos que eso es inmoral. ¿Puede usted ayudarnos?".

Esta pregunta caló profundamente en él y le impulsó a desarrollar su propia investigación sobre los periodos fértiles e infértiles en el ciclo de la mujer. Pronto se dio cuenta de que el síntoma más preciso de la fertilidad era una secreción que el cérvix producía en los días próximos a la ovulación. "Empecé a consultar a las mujeres que venían solicitando mi ayuda, y me sorprendí al encontrar que todas ellas contestaban positivamente cuando yo les preguntaba sobre la presencia de un flujo durante el ciclo distinto a la menstruación", explicó en una ocasión el doctor. "Así fue como supe que, guiado por la Providencia, había tropezado con un elemento de la creación de Dios de gran importancia". Ante esta evidencia, el doctor recomendó a las parejas que no tuvieran relaciones conyugales cuando hubiera presencia de este flujo, y ninguna de ellas se quedó embarazada.

Verificaciones científicas

Su mujer Evelyn, también médico, empezó a ayudarlo en la investigación y a transmitir el método a las parejas. Todos los hallazgos que fueron realizando se verificaron por las investiga-

El Método Billings tiene una eficacia práctica mundial del 98,2 %, mientras que el preservativo tiene un 85 % y el diu, un 97,4 %

La eficacia del MOB a la hora de espaciar o evitar, en caso necesario, los embarazos se ha demostrado en culturas muy diversas. Una de las experiencias más significativas ha tenido lugar en China. El método llegó a mediados de los ochenta, en un momento en el que el Gobierno había impuesto severas medidas coercitivas para evitar el incremento de la población basadas en la esterilización, el uso del diu y la implantación masiva del aborto. Los últimos datos registrados, de finales de 2003, señalan que el MOB se utilizaba de forma habitual por más de 3,5 millones de parejas fértiles chinas, con una tasa de éxito para evitar el embarazo del 99 %, siendo más eficaz que el hasta entonces método anticonceptivo —y abortivo— más habitual, el diu. La elevada eficacia del MOB permitió que, en aquellas comunidades donde se usaba el método, disminuyera hasta siete veces el número de abortos, así como las consecuencias negativas para la salud de las mujeres que habían utilizado el diu (sangrados, embarazos ectópicos, perforación uterina, etc.). El método también ha ayudado a parejas que tenían problemas para concebir. De un total de 48.267 parejas consideradas infértiles, 15.540 consiguieron el embarazo únicamente con el reconocimiento de su fertilidad a través del MOB (32 %).



¿Problemas de fertilidad?

El MOB no solo permite espaciar embarazos cuando existen razones de paternidad responsable para ello, sino que ayuda a aquellas parejas que encuentran dificultades para concebir. En un estudio reciente, realizado con 358 parejas que acudieron a los centros de enseñanza del método en Australia porque deseaban tener un hijo, se alcanzó una tasa de embarazo del 78 %, incluyendo una tasa de eficacia del 35 % en aquellas parejas a las que ya les habían fallado las técnicas de reproducción artificial y la fertilización *in vitro*. Además de saber cuáles son los días más fértiles en el ciclo de la mujer, el método permite identificar posibles patologías que pueden subsanarse con un sencillo tratamiento, sin necesidad de acudir a caras técnicas de fertilización que vulneran el significado del acto conyugal. El matrimonio Billings insistía en que este tipo de conocimiento "debería ser accesible para todas las mujeres", puesto que aquella "que conoce su propio patrón mucoso es capaz de detectar diversos desórdenes ginecológicos".



Sarah y Charlie con sus tres hijos: Sam, Caleb y Benjamin



María García con su marido, Juan, y sus tres hijos: Claudia, Juan Manuel y Héctor

ciones de otros científicos. Por un lado, James Brown, un químico de renombre que había desarrollado un método para medir los estrógenos en la sangre y en la orina, constató, gracias a más de 750.000 mediciones hormonales, que el flujo que la mujer sentía y veía durante su ciclo tenía una correspondencia hormonal en su organismo que coincidía con el momento de la ovulación. Por otra parte, el físico sueco Erik Odeblad, que había desarrollado amplias investigaciones sobre la composición de distintos tipos de flujo o moco cervical, verificó que las reglas del método que enseñaba el matrimonio para espaciar el embarazo eran correctas.

Respeto a la vida y al amor

Pero al margen del hallazgo revolucionario que hizo este matrimonio, lo más importante han sido los frutos que se han seguido de él. Marian Corkill, una de las actuales directoras de la

Organización Internacional del Método de la Ovulación Billings (WOOMB), explica a *Misión* que este conocimiento "engendra respeto por el verdadero significado de la sexualidad, reconociendo, y respetando a la vez, la vida y el amor; y enseña a la pareja a aceptar la administración de su gran don, al darse cuenta de que, al tener relaciones sexuales, están participando en un acto de amor que puede engendrar vida, incluso cuando la posibilidad es remota". Corkill añade que, "en lugar de 'utilizar' al otro por el placer sexual, la pareja se entrega mutuamente de forma libre en el amor incondicional. Es ese amor incondicional el que les permite posponer positivamente las relaciones sexuales durante la fase fértil de la mujer cuando su decisión conjunta es espaciar un embarazo en ese momento".

Este fue el caso de Sarah y su marido, Charlie Stuart. Para ellos, la anticoncepción era una cuestión innegociable en su matrimonio; pero, tras conocer las enseñanzas de la Iglesia sobre la sexualidad en una conferencia en Vancouver, Sarah decidió tirar la píldora a la basura. "Fue a partir de ese día cuando empecé a permitir que Dios tomara el control de mi cuerpo y de mi vida", explica. Aprendieron varios métodos naturales, pero finalmente se quedaron con el MOB, al considerarlo "el más simple y fácil de usar, además de altamente eficaz". Y ahora



El don de la vida

John y Evelyn Billings formaron una gran familia de nueve hijos, y, cuando murió ella, el pasado mes de febrero, ya contaban con 39 nietos y 31 bisnietos. "Ambos tenían un increíble respeto por toda vida", explica Marian Corkill. "Lyn —como la llamaban sus amigos— nos enseñó a todos que 'el bebé traía amor', y le entristecía la creciente concepción del bebé como una mercancía o una amenaza. Ella pensaba que era el bebé el que enriquecía a la pareja y los hacía mejores personas". Además, Corkill señala que eran unas personas de una gran humildad: "Cuando la Organización Mundial de la Salud (OMS) les recomendó que pusieran su nombre al método que habían desarrollado, ellos sintieron recelo al principio, ya que creían que no eran más que los instrumentos que Dios había usado para descubrir el significado de los signos de fertilidad". Si finalmente lo hicieron fue exclusivamente a causa de la confusión que estaban generando otras variantes del método que, bajo el nombre de "método de la ovulación", estaban desvirtuando la enseñanza y restaban eficacia al método.



Los doctores Billings en una visita a España

su vida conyugal se ha transformado por completo: “Como pareja, estamos más unidos y cuando estamos en intimidad disfrutamos de un encuentro total, libre, fecundo y fiel. La intimidad se ha convertido en comunión, y no en una ganancia egoísta”.

Por todo el mundo

Desde el mismo corazón de África hasta China, El Salvador, Brasil o Pakistán, el matrimonio Billings recorrió todo el mundo con el fin de difundir su método por todos los rincones. “Nunca desearon fama o poder, porque creían que realizaban un trabajo de Dios y que podía beneficiar a la humanidad que ellos continuaran viajando y compartiendo su conocimiento gratuitamente, a pesar del gran coste personal que suponía”, explica Marian Corkill. “Eran especialmente felices cuando trabajaban con los más pobres entre los pobres porque creían que tenían un gran regalo que ofrecer, que traería felicidad”, subraya Marian. Así ocurrió al trabajar con la Madre Teresa en Calcuta, a finales de los ochenta, cuando el Gobierno indio impuso un programa de anticoncep-

ción, esterilización y aborto obligatorio a la población más pobre. “Lejos de ser compasión por los pobres, esta política suponía dañar la fortaleza de su unión e introducir la peor de todas las pobreza, la del amor, sobre la que a menudo hablaba la Madre Teresa”, explicaba en una ocasión Evelyn Billings. La Madre Teresa, amiga personal del matrimonio, les pidió que instruyeran a las hermanas y novicias en el MOB para que pudieran enseñárselo a los pobres y evitar que el Gobierno los sometiera a estas prácticas abusivas.

John falleció en 2007 y Evelyn, en febrero de 2013. De ambos se está recopilando toda la documentación necesaria para abrir el proceso de canonización, pues con el testimonio de generosidad de sus propias vidas y el único recurso del reconocimiento de la fertilidad, han conseguido que cientos de miles de matrimonios puedan vivir una sexualidad de entrega generosa y total entre los esposos, abierta a la vida y al don fecundo del amor de Dios. Como dijo espontáneamente una mujer al finalizar una conferencia del doctor Billings en África, “este método es amor”. 

Fácil de

aprender

El Método de la Ovulación Billings es el conocimiento que permite a la mujer diferenciar entre las fases fértiles e infértiles de su ciclo menstrual, a través de las características del moco cervical que puede ver y sentir en la vulva mientras realiza sus actividades diarias. Si se desea espaciar un embarazo, se recomienda la abstinencia en las fases fértiles, aplicando cuatro sencillas reglas que sirven para cualquier tipo de ciclo (ya sea largo, corto, en ciclos irregulares, etc.), y en cualquier etapa de la vida reproductiva de la mujer (incluyendo lactancia, premenopausia, fases de estrés, etc.). Es un método gratuito, no necesita de ningún aparato (no hace falta medir la temperatura basal), no hay que hacer exploraciones internas, y es accesible para cualquier mujer, sin importar su nivel sociocultural. Se puede aprender en el plazo de tres meses con la ayuda de una instructora certificada por la asociación oficial (WOOMB) y tiene una tasa de eficacia práctica mundial* del 98,2%, según la OMS, mientras que el preservativo tiene un 85%, el diu un 97,4% y otros anticonceptivos hormonales, como la píldora, entre un 91 y un 99%.

*El concepto de "eficacia práctica" significa que en la estadística oficial de la OMS ya se han contabilizado los errores del método y de los propios usuarios. Todos los porcentajes que señalamos es aplicando este criterio, y, por tanto, la eficacia real, no la "teórica".



WOOMB España - Centro de enseñanza oficial
91 450 50 76 / 655 27 94 64
www.metodofertilidad.com

HOTEL ★★ - RESTAURANTE

Tierra de Campos

Este emblemático hotel, reformado en 2011, está situado en Osorno (Palencia), lugar de paso en las rutas Madrid-Cantabria y Barcelona-Galicia, está a 25 km del camino de Santiago (Carrión de Condes y Frómista) y a 50 km de Palencia y Burgos. Ubicado en el centro del pueblo, al lado de la iglesia, cuenta con 30 habitaciones, cada una con TV, servicio de wifi gratuito, baño completo y calefacción. El restaurante sirve un menú todos los días de la semana y comida casera, reconocida en la comarca.

Llámanos y consulta nuestros precios especiales para largas estancias y grupos:

979 817 216 o 610 505 136

Visítanos en C/ De la Fuente, 1 - 34460 Osorno (Palencia) o en www.hoteltierradecampos.com

Entidad colaboradora de la revista *Misión*



LOBBYS ANTIFAMILIA

Reconstruir el mundo a la carta

Actúan desde los parlamentos, las organizaciones humanitarias y la ONU. Han conseguido cambiar leyes, usos sociales y el lenguaje. Su objetivo: menoscabar el concepto de familia

Por **Ángeles Conde Mir**



“UNO CREE en las cosas porque ha sido condicionado para creerlas”. Esta frase es una de las afirmaciones que contiene el libro *Un mundo feliz*, de Aldous Huxley. El escritor ideó en los años treinta una sociedad futurista en la que los humanos serían concebidos en probetas y programados intelectualmente durante toda su vida con el fin de obedecer a un modelo existencial único. Si existen sentimientos, emociones, crisis o dudas, el Estado proporciona una droga –soma– que apacigua el espíritu: “Tiene todas las ventajas del cristianismo y del alcohol, sin ninguno de sus efectos secundarios”.

Janne Haaland Matlary cita esta novela en varias ocasiones durante el transcurso de nuestra entrevista. Esta noruega es doctora en Ciencias Políticas por la Universidad de Oslo y representó a la Santa Sede en la IV Conferencia Mundial de las Naciones Unidas sobre la Mujer (Pekín, 1995). Fecha en

esa conferencia el primer intento público a nivel internacional de menoscabar el concepto de familia. ¿Cómo? Matlary responde: “Hablaron por primera vez de muchas ‘formas de familia’”. Para la experta fue el despertar definitivo de las ONG proaborto y los lobbys homosexuales destinados a provocar un cambio: primero en el lenguaje, y derivado del mismo, un cambio en los conceptos. “Estos grupos de presión han conseguido que no podamos hablar de un estándar; lo que llamamos ‘familia natural’ es, simplemente, una forma más de familia”, apunta.

¿Quiénes son? Mario Rojas se dedica a detectar y denunciar su actividad. Es el coordinador de Vida Humana Internacional en los países de habla hispana. Asegura que la cultura de la muerte está orquestada por diferentes estamentos de máximo nivel: “Incluye gobiernos del primer mundo; la ONU a través de

varias de sus agencias, como el Fondo de Población (FPNU), el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco) o el Fondo para la Infancia (Unicef). Todas ellas han formado parte de la agenda anti-vida de la ONU pero ninguna es tan activamente proabortista, como el FPNU. También podemos incluir al Banco Mundial y a ONG de carácter internacional como la International Planned Parenthood Federation (IPPF), Marie Stopes International, Católicas por el Derecho a Decidir...". Asegura que estos grupos son capaces de llegar a los países objetivo y penetrar en los poderes ejecutivo, legislativo y judicial; en los medios de comunicación; organizaciones de profesionales; en líderes universitarios, e incluso en la Iglesia.

Si hablamos del aborto, la mayoría de estas ONG llevan operando diez años con un presupuesto superior al billón de dólares cada una. La CIDA (Canadian International Development Agency) es la que más fondos ha conseguido: 43 billones de dólares. No reconoce abiertamente que el aborto forme parte de sus programas de "salud maternal", pero sí que provee de fondos a todos aquellos países en los que el aborto es legal, así como a los promotores del mismo. Otras, como Marie Stopes International, que ha disfrutado de un presupuesto superior a los mil millones de dólares, relata su actividad sin paños calientes: practican abortos e incluso arengan a las mujeres con soflamas del tipo "¡No te confundas! El aborto es un derecho sexual de toda mujer, no tengas miedo a defenderlo".

Estas organizaciones están interconectadas, trabajan codo con codo en los mismos países y con similares métodos. De forma paralela al nacimiento de Marie Stopes International en el Reino Unido en 1978, en 1979, surgió un lobby de presión permanente en el Parlamento británico. Es el Grupo

UN MÉTODO PERVERSO

Aurora Tinajero trabaja desde hace veinte años en el Comité Católico Provida de Dallas, un apostolado llamado Respect Life. "Llevo a la comunidad hispana en Estados Unidos el mensaje de la vida", cuenta a *Misión*. Tinajero asegura que el pueblo hispano está especialmente en el blanco de organizaciones abortistas, como Planned Parenthood, que se disfrazan de centros de planificación familiar. "Lo que hacen allí es increíblemente maligno", explica, y es que conoce sus técnicas gracias a los testimonios directos de personas que han trabajado en estos centros. También afirma que en Planned Parenthood venden a estas mujeres píldoras anticonceptivas más baratas pero defectuosas. Así, cuando se quedan embarazadas, saben que recurrirán a ellos para someterse a un aborto. "'Cultivan' a estas 'clientas' con mucho tiempo", indica Tinajero. Recientemente, el presidente de Estados Unidos, Barack Obama, reiteró su apoyo público a esta organización, la que más abortos practica en el país, asistiendo a su congreso anual. Tinajero tilda con contundencia a Obama de ser "el presidente más abortista que ha tenido Estados Unidos". Obama lo dejó patente en aquel encuentro al afirmar que "se debe permitir a las mujeres tomar sus propias decisiones sobre su salud. Es un principio simple". Para él, los defensores de la vida quieren "prohibir o limitar el derecho de la mujer a elegir". En 2012, Planned Parenthood donó 1,7 millones de dólares a la campaña para la reelección del actual presidente de Estados Unidos.



En la web de las Naciones Unidas se reconoce un intento por cambiar la sociedad a partir de la IV Conferencia Mundial de las Naciones Unidas sobre la Mujer (Pe kin, 1995). (foto de la derecha): "Únicamente mediante esa reestructuración fundamental de la sociedad y sus instituciones sería posible potenciar plenamente el papel de la mujer para que ocupara el lugar que le correspondía como participante en pie de igualdad con el hombre, en todos los aspectos de la vida". A la izquierda, Janne Haaland Matlary durante su visita a España, donde contó a *Misión* cómo operan los lobbys antifamilia para menoscabar el concepto de familia natural.

Esta foto se tomó en Benin, en el año 2010. Las matronas están insertando un implante subcutáneo anticonceptivo a esta joven. Se trata de un fármaco llamado Jadelle cuyo componente fundamental es el levonorgestrel, el mismo que el de la píldora del día después, de efecto abortivo. Por tanto, Jadelle, cuya acción se prolonga durante cinco años, es un fármaco abortivo. Lo proporciona la FPNU en países del tercer mundo y, entre sus efectos secundarios, la oms ha señalado el aumento de riesgo de cáncer de mama, de endometrio, de cérvix y cáncer hepático.



Parlamentario Plural para la Población, el Desarrollo y la Salud Reproductiva, cuyo fin es “tratar asuntos destacados de dominio público que se relacionan con la población y la salud reproductiva”. Lograron la extensión universal en el Reino Unido de los llamados “métodos de planificación familiar”. Los principales donantes de este grupo son la FPNU, y la ONG Marie Stopes International. Lo más escalofriante del asunto es que,

años después, a semejanza de este mismo grupo, la iniciativa se estableció hasta en 27 países y en el Parlamento Europeo, nada más y nada menos que desde 1991. Están promovidos por la International Planned Parenthood Federation European Network y su fin es “implementar estos derechos entre los grupos más débiles de cada país”. Entre estos derechos, el principal es el aborto. También están presentes en España, por lo que Planned Parenthood extiende sus tentáculos hasta nuestro país a través de los parlamentarios adscritos a este *lobby*.

Derechos inventados

Esgrimen el pretexto de la “no discriminación” para difundir estas políticas de “salud sexual y reproductiva” de manera que cada vez más mujeres puedan disfrutar del “derecho al aborto”. Esa misma excusa está en el germen de la reivindicación del matrimonio homosexual. Janne Haaland Matlary apunta a que, argumentando la no discriminación, este colectivo puede reivindicar el acceso al matrimonio, y puntualiza: “Si los gays se pueden casar, significa que tienen que tener poder para conseguir el resto de derechos. Es una cuestión de igualdad”. Por tanto, el siguiente derecho a conquistar será el de la paternidad. “Si

“El matrimonio no debería existir”, asegura Masha Gessen, periodista y conocida activista homosexual

hablamos del derecho a que los niños vivan de forma estable en el seno de un matrimonio, los homosexuales ya pueden argumentar que son un matrimonio y que tienen derecho a tener unos hijos. Ya no depende de la biología”, dice Matlary. La naturaleza no marca la pauta porque se ha redefinido el rol de padre y madre. El sexo es ahora una

construcción social, independiente de la biología. “Tú eliges lo que eres”, dice Matlary. En definitiva, ¿importa el matrimonio? Masha Gessen, conocida periodista y activista gay en Moscú, afirma, sin tapujos, que “luchar por el matrimonio gay implica, generalmente, mentir sobre lo que vamos a hacer con el matrimonio cuando lo consigamos”. Para Gessen, líder de opinión entre la comunidad gay, “la institución del matrimonio va a cambiar, y debe cambiar”; es más, asegura que “el matrimonio no debería existir”.

Matlary anticipa una realidad que avanza en el norte de Europa y que define como “ganaderías”: si un ciudadano no puede acceder a un producto del mercado, el Estado debe proporcionárselo en virtud del principio de igualdad de derechos. Por eso, en Noruega se está planteando la conveniencia de crear bancos públicos de gametos de manera que todo tipo de “familias” puedan acceder a óvulos y a espermatozoides, de la misma forma que se puede acceder a una aspirina. “Así, las parejas con menos recursos económicos podrán acceder al semen o a los óvulos de la misma forma que las que compran espermatozoides en lugares como Dinamarca, que exporta semen a más de 40 países”, concluye la experta. 

En España han conseguido modificar la legislación

Ignacio Arsuaga, presidente de HazteOir.org, nos ilumina en cuanto a quiénes son, en España, los principales actores de estos *lobbys*. “Hay tres entidades de ámbito nacional que tratan de difundir la ideología de género y, en última instancia, destruir el concepto de familia porque entienden que es una institución conservadora que perjudica su concepto de democracia y de libertad”. Apunta a la Federación Estatal de Gays, Lesbianas, Transexuales y Bisexuales que pertenece a la International Lesbian and Gay Association (ILGA), una organización mundial con representación en la ONU y la Unión Europea. “Es la corriente más poderosa e influyente”, señala Arsuaga. También se encuentra Asociación de Clínicas Acreditadas para la Interrupción del Embarazo (ACAI), la patronal de las clínicas abortistas, que logró, tras reunirse con la entonces ministra Bibiana Aído, que se creara una nueva ley del aborto. Y, en otro ámbito de actuación, pero relacionada con las anteriores organizaciones, está Europa Laica, que se propone expulsar a la Iglesia de la sociedad.

Joseph Ratzinger

Obras completas

Joseph Ratzinger

OBRAS COMPLETAS

II

Comprensión de la revelación
y teología de la historia
de san Buenaventura

BIBLIOTECA DE AUTORES CRISTIANOS

Edición original
en alemán
supervisada
personalmente
por **Benedicto XVI**

[ya a la venta]

Volumen II

Comprensión
de la revelación
y teología de
la historia de
san Buenaventura

912 págs.

[también publicado]

Volumen XI

Teología de la liturgia

592 págs.

¡SUSCRÍBASE YA!

15% de descuento
en la suscripción para
las obras completas
(18 volúmenes)

BIBLIOTECA DE AUTORES CRISTIANOS

Añastro, 1 - 28033 Madrid • Tel. 91 343 97 91

comercial.publicaciones@conferenciaepiscopal.es

www.bac-editorial.com [venta online]



A photograph of a smiling man and woman. The woman is on the left, wearing a green top, and the man is on the right, wearing a blue shirt. They are both smiling and looking towards the camera. Their heads are adorned with several white puzzle pieces. The background is a soft-focus outdoor scene with greenery.

El divorcio no es la solución

La ruptura no resuelve los conflictos de pareja, sino que, en la mayoría de los casos, agrava la situación de los cónyuges y de los hijos **Por Isis Barajas**

LAS RUPTURAS matrimoniales se han convertido en un auténtico drama en nuestro país. Cada cuatro minutos, un matrimonio se rompe en España. La tendencia al alza se ha consolidado en los últimos ocho años, ya que, desde la aprobación del divorcio exprés en 2005, el número de divorcios ha aumentado en un 128,3%, representando el 94,26% del total de rupturas (las separaciones suponen un 5,61% y las nulidades, apenas el 0,13%). Si continuamos con esta tónica de crecimiento, pronto los divorcios y separaciones superarán a los matrimonios. De hecho, ya en 2012, se celebraron 154.898 matrimonios religiosos y civiles, según el Ministerio de Justicia, mientras que se rompieron la alarmante cifra de 127.362, según el Consejo General del Poder Judicial. Esto significa que, por cada cuatro matrimonios que se celebraron en nuestro país el año pasado, tres acabaron en divorcio o separación.

Y hasta aquí las frías cifras. Porque detrás de cada una de ellas hay miles de historias de inmenso dolor que repercuten en toda la familia –desde los cónyuges hasta los

hijos–, y que, a diferencia de lo que se suele pensar, no acaban con el acta de divorcio. María José Olesti, vicepresidenta del observatorio The Family Watch, explica en el artículo “¿Hay una ‘nueva vida’ después del divorcio?” que, “en muchos casos, la ruptura no supone el final del conflicto, sino el principio de una serie de nuevos problemas que afectan a más personas, y de forma más profunda y duradera”. Según diversos estudios, la ruptura de la pareja suele conllevar un empeoramiento de la salud, la riqueza y el bienestar de los adultos, algo que a su vez, provoca que haya más presión en las relaciones y facilita nuevas rupturas. De este modo, se aumentan las transiciones familiares y, según el Institute for American Values, esto provoca en los hijos problemas de comportamiento y conductas conflictivas, fracaso escolar, ausencia de bienestar psicológico, mayor riesgo de tener hijos fuera del matrimonio y relaciones inestables en el futuro.

A todas luces, el divorcio parece una solución nefasta a los problemas de pareja. Pero hay buenas noticias que nos hacen pensar que la mayor parte de los matrimonios

Replantear un proyecto común

Carlos y Ana

Gracias a la ayuda de un centro de orientación familiar de la diócesis de Zaragoza, el matrimonio de Carlos y Ana no acabó en una dolorosa separación. En su caso, las dificultades empezaron al poco tiempo de casarse, coincidiendo con el nacimiento de su primera hija. “Nos agobiamos bastante, ya que era una responsabilidad que nunca antes habíamos tenido, no lográbamos comunicarnos bien y surgieron conflictos dentro de la pareja”, explican. Al tiempo nació su segunda hija, y cuando no había transcurrido ni un año le diagnosticaron un cáncer de mama a Ana. Por entonces, no eran católicos practicantes, pero ante esta situación ella empezó a rezar y a acercarse mucho a Dios. Superó la enfermedad, pero su vida matrimonial iba de mal en peor, puesto que los problemas de comunicación persistían, tenían muchos conflictos con su hija mayor, que ya era adolescente, y en aquel momento además, Ana sentía que la vivencia de su matrimonio no era conforme con la fe, y veía en la separación la única manera de llevar “un estilo de vida evangélico”. La clave para salir de este callejón fue “la voluntad de ambas partes de solucionar la situación y acudir a una profesional con principios y bases católicos”. Así, “con la buena disposición de Carlos a hacer unos cambios en la vida de pareja y las pautas que nos dio la orientadora a ambos, empezamos a construir de nuevo nuestra vida juntos alrededor de un proyecto común: la felicidad de nuestra familia”, explica Ana. Para este matrimonio, que ya lleva 22 años casado, esta dura experiencia les ha servido para crecer en su relación de pareja, pero también en lo personal: “Nos ha servido para no mirar los errores del pasado y vivir el presente, para respetar más a la otra persona, ser más pacientes e intentar comprender que nadie es perfecto”, explican.

que se rompen podrían resolver sus conflictos sin llegar a dolorosas rupturas. Según los datos del Institute for American Values, la mayoría de los divorcios –entre un 50 y un 66%– se producen a raíz de un conflicto de nivel bajo. Esto significa que, normalmente, los divorcios no vienen precedidos por largos años de disputas y conflictos, sino que, según explica el último estudio de este observatorio, la mayoría “se dan en parejas que han tenido un nivel medio de bienestar y un nivel bajo de conflicto en los años anteriores al divorcio. Estas parejas son bastante similares a las que se mantienen casadas, aunque tienen factores de riesgo tales como haberse criado en una familia divorciada, no valorar el sentido del compromiso matrimonial o desconocer el impacto del divorcio en los hijos”.

Además, el Institute for American Values revela otro dato aún más alentador, y es que “aproximadamente un 40% de las parejas norteamericanas que ya están inmersas en un proceso de divorcio reconocen que uno de ellos o ambos estarían interesados en reconciliarse”. Por esta razón, desde este instituto y otras muchas aso-

En el 40% de las parejas inmersas en un proceso de divorcio, uno o ambos cónyuges estarían dispuestos a reconciliarse

ciaciones de apoyo a la familia, proponen que haya un tiempo mínimo de reflexión de un año para que las parejas puedan hacer una ponderación meditada de su situación, ya que,

“cuando uno está en la ‘espiral del rencor’, es fácil tomar decisiones trascendentales sin verdadero fundamento, especialmente sobre algo de lo que no se tiene experiencia en la vida, como pueda ser divorciarse”. En España, por el contrario, el 70,8% de las demandas de divorcio se resuelven en menos de seis meses, según el Instituto Nacional de Estadística.

Pero el tiempo solo no es suficiente. María José Olesti asegura que “debe ser algo más que una espera pasiva, porque el tiempo no resuelve todo sin más”. “La espera debe ser ‘activa’ y ofrecer el acceso a sistemas de asesoramiento, terapia y mediación si se necesitan”, añade. Pero si la mayoría de los divorcios se producen por conflictos de nivel bajo y buena parte de los cónyuges estarían dispuestos a una reconciliación, todo hace pensar que hay muchas opciones antes de llegar a la ruptura. En la página 40 de esta edición encontrarás recursos para afrontar este tipo de crisis, y en la 46, mecanismos de ayuda para cuando los conflictos se agravan.

Para todo matrimonio hay esperanza

Greg y Julie Alexander estuvieron a punto de divorciarse. Ambos fueron infieles mutuamente y sentían que ya no eran felices en su matrimonio. Pero, gracias a la ayuda de un sacerdote católico, consiguieron resolver sus problemas y seguir adelante. “Nos entristece pensar dónde estaríamos ahora si nos hubiéramos divorciado: nunca se habrían resuelto el daño y el dolor que causamos a los demás y a nuestros hijos, y hubiéramos perdido un pedazo de nuestro corazón, que nunca hubiéramos podido recuperar y sanar”, explican a *Misión*. “El divorcio no es la solución para las parejas que tienen problemas porque no hay ganadores: el matrimonio, los hijos, la familia inmediata y, en última instancia, toda la sociedad pierde con cada divorcio que se materializa”. Ahora, este matrimonio se dedica a ayudar a otros que atraviesan graves dificultades a través de su apostolado The Alexander House. “Hay esperanza para todos los matrimonios: cuando dejamos de vivir para nuestras propias necesidades e ideas egoístas y empezamos a actuar de acuerdo al plan de Dios, todos tenemos la posibilidad de vivir matrimonios llenos



de alegría". Para Julie y Greg, la clave está en "tener un corazón abierto y pedir a Dios la gracia de vivir el matrimonio de la manera que Él quiere, y todo esto comienza con la oración". Basados en su propia experiencia, Julie y Greg enseñan a otros matrimonios a "ver lo que Dios puede hacer con nuestros pecados y nuestras heridas. Les ayudamos a conocer el diseño de Dios para el matrimonio y les damos las herramientas prácticas para vivirlo".

Rafael Ortín, director de escuelas de padres y máster en Ciencias del Matrimonio y la Familia, también coincide en que buena parte del problema es que, hoy en día, muchos desconocen qué significan el matrimonio y el amor verdadero. "Gran parte de los conflictos se podrían prevenir con una buena preparación al matrimonio", y, concretamente, con "una buena formación como persona, sobre todo en el aprendizaje del amor de donación". "Una buena preparación –añade Ortín– implica tener muy claros la naturaleza y los fines del matrimonio, un conocimiento mutuo que lleve a la consolidación y el crecimiento del amor, y un diálogo continuo para elaborar un proyecto de vida en común". 

Reglas de ORO para discutir

Con la asesoría de **Lara Salgado de Capua**, experta en habilidades comunicativas

Escuchar. ¿Cómo? Repitiendo las palabras y los argumentos del otro, para cerciorarnos de que hemos interpretado lo mismo que nuestro cónyuge ha querido decir. En ocasiones, deducimos y atribuimos intenciones de las palabras del otro que son la base de muchos malentendidos.

Abrir el oído al lenguaje y los signos del otro. El lenguaje está cargado de valor, y una palabra puede tener un sentido distinto para cada uno. Pero, además, a veces usamos signos para expresar cosas que no sabemos cómo verbalizar. Por eso, hay que estar abiertos a descubrir cómo expresa el otro lo que quiere y a interpretar todas las señales que nos envía.

Expresar desde la emoción y los sentimientos que me producen las cosas. En vez de acusar al otro por lo que es, debemos decir cómo nos sentimos cuando hace una cosa o la contraria; por ejemplo, "No me siento escuchada cuando enciendes la tele mientras hablamos", en vez de decir "Es que nunca me escuchas".

Evitar cualquier tipo de insulto (por nimio que parezca). Ese es un umbral que nunca debemos sobrepasar porque, es un desprecio manifiesto hacia el otro.

No irnos a dormir enfadados. Puede que seamos incapaces de pedirnos perdón en ese momento, pero es importante tener, al menos, una muestra de cariño.

Crear espacios de comunicación, y, para ello, lo primero es apagar las pantallas (televisión, móvil, tabletas, ordenador, etc.). Si no se hace el esfuerzo, es imposible que haya comunicación entre nosotros.

Greg y Julie

Al borde del divorcio

El matrimonio de Julie y Greg Alexander estuvo a punto de colapsar. Un día, se presentó a la puerta de su casa una mujer, que comenzó a insultar a Julie porque era la amante de su marido. Greg, que presenció la escena, se quedó de piedra. Cuando la mujer se marchó, le reprochó a su esposa su infidelidad, sin embargo, le confesó que él también le había sido infiel. A partir de ese momento, acordaron que iban a divorciarse, pues "no eran felices juntos"; pero, cuando se lo comunicaron a sus dos hijos, la reacción fue tan negativa, que decidieron buscar ayuda para intentar solucionar sus problemas. Acudieron a varios lugares en su intento desesperado por encontrar una salida; sin embargo, nadie lograba ayudarles. "Incluso un terapeuta católico nos dijo que debíamos divorciarnos", cuentan ellos. Un día, pidieron cita con el vicario del tribunal de su diócesis: "Le confiamos nuestros problemas matrimoniales seguros de que lograríamos su ayuda para una nulidad, pero, por el contrario, nos hizo una serie de preguntas clave: '¿Cuál es el plan de Dios para el matrimonio? ¿Qué enseña la Iglesia sobre el sacramento del matrimonio? ¿Qué dicen san Pablo y los Padres de la Iglesia sobre el matrimonio?'".

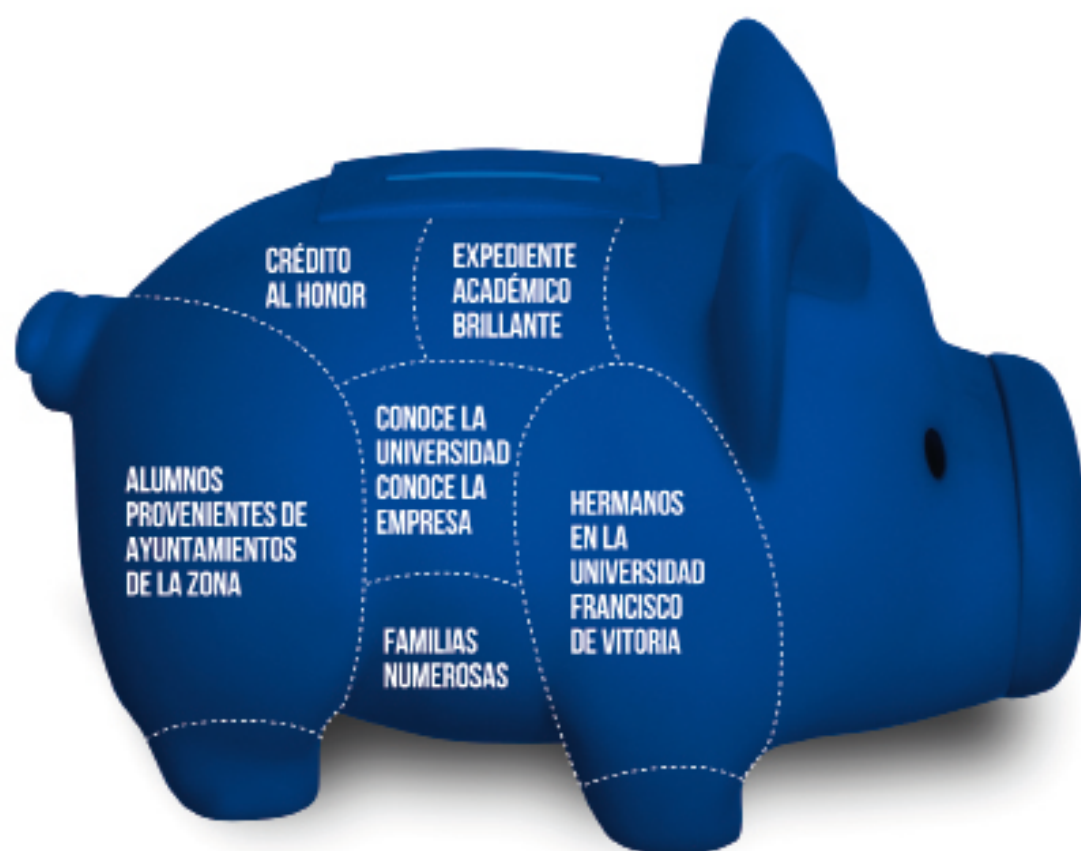
Aunque Julie y Greg son católicos, en ese momento no tenían ni idea de las respuestas, así que Greg comenzó a investigar y su concepción sobre el matrimonio cambió por completo. Le contó a Julie todo lo que había descubierto y, a partir de ese momento, su matrimonio empezó a mejorar. "Cuando descubrimos que Dios tenía un plan y un propósito para nuestro matrimonio, todo cambió. En lugar de preguntarnos '¿Qué estoy sacando yo de este matrimonio?', empezamos a preguntarnos '¿Qué está haciendo Dios en él?' Así que invitamos a Dios a nuestro matrimonio para mostrarnos cómo quería que viviéramos este sacramento y nos abrimos a la verdad de lo que la Iglesia enseña".

No solo lograron salvar su matrimonio, sino que actualmente se dedican a ayudar a muchos otros a solucionar sus problemas. "En uno de nuestros cursos guiamos a las parejas por el mismo proceso que creemos que el Espíritu Santo nos condujo a nosotros. Cuando invitamos a Dios a nuestros matrimonios y abrimos nuestros corazones y almas a Su voluntad, Él puede hacer milagros en nuestras vidas", explican.



Greg y Julie tuvieron cinco hijos más después de su crisis. Los mayores dicen que los hermanos pequeños son "su segunda familia". En la foto, con sus siete hijos y sus dos nietos.

LA UNIVERSIDAD FRANCISCO DE VITORIA AUMENTA SU FONDO DE BECAS Y AYUDAS



MÁS DEL **25%** DE LOS ALUMNOS DE LA UFV
DISFRUTAN ACTUALMENTE DE
ALGUNA DE NUESTRAS BECAS

Consulta condiciones • 91 351 03 03 • www.ufv.es



Porque lo primero son nuestros alumnos. UFV, líder en trato personal

ADE + DERECHO • ADE • ADE + MARKETING • DERECHO • DERECHO + RELACIONES LABORALES Y RR.HH. • PERIODISMO
• COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL • PUBLICIDAD • BELLAS ARTES • DISEÑO • MEDICINA • BIOTECNOLOGÍA •
ENFERMERÍA • FISIOTERAPIA • FARMACIA • FARMACIA + BIOTECNOLOGÍA • PSICOLOGÍA • INFORMÁTICA •
ARQUITECTURA • EDUCACIÓN INFANTIL • EDUCACIÓN PRIMARIA • CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE



Por **Clara de Cendra Núñez-Iglesias**, psicóloga, terapeuta de pareja en la consulta del doctor Carlos Chiclana, perito del Tribunal de la Rota y profesora del Máster en Ciencias del Matrimonio y la Familia del Pontificio Instituto Juan Pablo II

Superar las crisis es cosa de **DOS**

Averigua cómo hacer de las crisis una oportunidad de crecimiento en el matrimonio

Las crisis forman parte del matrimonio y nos indican que las estrategias que usábamos hasta ese momento ya no funcionan. Saber identificarlas y afrontarlas es la clave para madurar en la relación y evolucionar en nuestro matrimonio.

LOS MATRIMONIOS que duran toda la vida no lo logran porque hayan tenido suerte o la vida les haya regalado la felicidad. Los conflictos forman parte de la vida matrimonial, al igual que las crisis de identidad sobrevienen inevitablemente a las personas a lo largo de su vida para ayudarlas a seguir madurando.

Cuando un matrimonio está en crisis, es lógico que no apetezca estar con el otro, que no surjan espontáneamente las conversaciones, que haya cosas del otro que molesten... Si esto no ocurriera, realmente no se estaría en crisis. Pero las preguntas que debemos hacernos son: ¿quiero superar esta crisis? ¿quiero dejar de sentir esto y de estar angustiado? Si es así, necesito poner toda la carne en el asador, justo cuando menos me apetece y más me cuesta. Necesito decidir sacar provecho de esta difícil etapa que me toca vivir con la persona que elegí para compartir mi vida y mis proyectos.

Adaptarse a los cambios

La relación matrimonial tiene vida propia, una vida que pide avanzar, evolucionar, enriquecerse y madurar, y discurre a lo largo de los llamados “ciclos vitales de la familia”. Son etapas que todos los matrimonios van viviendo a medida que avanza su relación, y cada cambio de etapa va asociado a una pequeña crisis, conocidas como “crisis normativas” (normales, naturales, sanas...). Aparecen cuando los matrimonios se encuentran en un momento de cambio vital, como puede ser la formación del propio matrimonio, el paso del matrimonio ideal al real (creado), la llegada del primer hijo, los hijos en edad adolescente o también la salida de los hijos del hogar (síndrome del nido vacío). Estas crisis aparecen porque las estrategias pasadas han dejado de resultar útiles y la familia se enfrenta a la incertidumbre que supone tener que aprender unas estrategias

“Evitar las crisis cuando han sobrevenido solo provoca un inmovilismo que desestabiliza a la familia”

diferentes, adaptadas a las nuevas circunstancias o necesidades de los miembros del matrimonio y la familia.

Una vez detectado el origen de la crisis, resulta más fácil encontrar el camino que va a ayudar a salir de ella. Cuanto antes se aprenda aquello que está pidiendo la crisis, antes se podrá dejar de sufrir y disfrutar de la nueva etapa que se nos presenta.

Las crisis son una gran oportunidad de crecimiento personal y matrimonial. La estabilidad del matrimonio nace justamente de permitir que este vaya evolucionando y adaptándose a los cambios





que le pide la evolución natural de la vida. Sin las crisis, los matrimonios no pueden avanzar hacia la madurez. Un matrimonio que no acepta los cambios por el miedo que le genera no saber a dónde le llevan es un matrimonio rígido y con una elevada probabilidad de hacer enfermar a alguno de sus miembros. Por eso, evitar las crisis cuando han sobrevenido solo provoca un inmovilismo que desestabiliza a la familia y a sus miembros.

La capacidad que tiene el ser humano para recomponerse de situaciones dolorosas y terribles es inmensa. Lo más importante es saber pedir ayuda y acudir a los distintos profesionales a tiempo, es decir, antes de que las personas se queden sin fuerzas, tomen decisiones drásticas y sin retorno, o lleguen a sufrir de tal manera que puedan enfermar por la situación que se ha creado. 

Decálogo para afrontar una crisis

1. Detectar el origen de la crisis: limitar los ámbitos conflictivos para que no tiñan toda la relación (a veces, las preocupaciones laborales, económicas o familiares pueden confundir) y pedir ayuda en caso de sentirse perdidos.

2. Procurar que no existan más que una o dos personas de confianza que conozcan la situación por la que el matrimonio está pasando.

3. Evitar a toda costa apoyarse en alguien del sexo opuesto (excepto que sea un familiar, director espiritual o profesional de la salud): en situaciones de crisis matrimoniales, somos especialmente receptivos a la comprensión y empatía de las personas más cercanas y uno se encuentra más vulnerable.

4. No tomar decisiones importantes en momentos de crisis. Las “gafas” que tenemos puestas tienen un cristal de niebla y nuestra visión se centra, fundamentalmente, en aquello que no funciona, y eso no nos deja ver todo lo demás.

5. Procurar tener una visión muy práctica: no hacer una y otra vez algo que vemos que no funciona. Si uno cree que “echarle la bronca” a la persona que está al lado le va a hacer reaccionar, pero ve que no logra lo que desea, no por echársela más veces va a convertirse en una estrategia útil y fructífera. Por el contrario, sí hay que esforzarse en repetir aquellas estrategias que la experiencia demuestra que sí funcionan y que, probablemente, son fruto del esfuerzo y no de algo espontáneo.

6. Limitar las discusiones a aquello que lo ha originado, evitando a toda costa remontarse a situaciones pasadas (aunque uno solo pretenda cargarse de razones) y poner etiquetas al otro.

7. Huir de las generalizaciones y el ataque. Esforzarse por plantear las cosas desde cómo uno subjetivamente lo siente y lo percibe, procurando mostrar los miedos e inseguridades, y, a su vez, prescindir del ataque o el aislamiento, que suelen terminar en una lucha de poder.

8. Aprender a frenar el primer impulso: hablar cuando el enfado, el malestar o la tristeza hayan pasado. De esta manera se puede conversar desde la serenidad personal y estar más receptivo a la hora de comprender al otro.

9. No llevar al límite a la otra persona: esforzarse por evitar la agresividad, los continuos comentarios críticos, la hostilidad y las malinterpretaciones.

10. Confiar, durante el tiempo que dure la crisis, en la decisión original: distanciarse del propio malestar actual (si se desconoce cómo hacerlo, pedir ayuda); no buscar solucionarlo cuanto antes para que pase de una vez, sino darse tiempo para aprender lo que pide esa crisis, y recordarse continuamente que puede ser algo pasajero y enriquecedor, si se enfoca adecuadamente. Debemos buscar un sentido a esta etapa y tener claro el motivo por el que uno decide mantenerse en ese provisional camino de espinas.



LA INFIDELIDAD: ¿UNA OFENSA IMPERDONABLE?

“Prometo serte fiel”

Por Isabel Molina E.

“Te acepto como mi esposa (o esposo), y prometo serte fiel en la salud y en la enfermedad [...], y así amarte y respetarte todos los días de mi vida”... ¿Y si faltas a tu promesa? La herida que causarás a tu cónyuge y a tu familia será profunda y de largo alcance, pero si buscas la ayuda de Dios y de un terapeuta creyente, podrás mover montañas en tu matrimonio, recomenzar y lograr la unidad matrimonial que deseas.

DURANTE EL curso de preparación al matrimonio, hubo un momento de gran tensión entre Mariana y su novio Javier: “Cuando llegamos al capítulo del perdón, nos encontramos con una pregunta difícil: ¿Estaríais dispuestos a perdonaros todo el uno al otro?”... “¿Todo?!” exclamaron los dos a la vez, y, sin pensarlo mucho, Javier se adelantó a contestar: “Yo te perdonaría casi todo, pero hay algo que nunca te podría perdonar: que me fueras infiel”. A dos meses de la boda, Mariana sintió como si el castillo que juntos habían construido durante dos años de noviazgo se desplomara de repente. “Nunca me había imaginado que algún día podría tener la tentación de serle infiel, pero tampoco se me había ocurrido que él estuviera dispuesto a romper nuestro matrimonio, aunque la ofensa fuera así de grave. Confiaba en que, si me amaba, creyera como yo que ‘el amor todo lo perdona’”. Aquel interrogante los obligó a tener muchas conversaciones difíciles, hasta que “Javier estuvo de acuerdo conmigo en que al matrimonio se va con todo el pasado, el presente, ¡y el futuro de cada uno!”, cuenta Mariana, seis años después de su boda.

En teoría, sabemos que el amor tendría que ser capaz de perdonar al cónyuge hasta la ofensa “imperdonable”: la infidelidad. Pero quienes han superado una crisis matrimonial de este calibre explican que la herida es tan dolorosa que, en ese momento, el que había sido infiel pensaba que no sería capaz de pedir perdón, y el

ofendido sentía que nunca podría llegar a perdonar. Karen lo vivió en carne propia, hace trece años, cuando se atrevió a confesarle a su marido que le había sido infiel: “Sabía que no era como si le hubiera robado algo y lo pudiera restituir para pagarle una deuda. Lo que le había ‘robado’ a Deano ya no se lo podía devolver”.

Karen y Deano buscaron ayuda profesional para comenzar a restaurar su matrimonio. Afortunadamente –explican– encontraron una terapia basada en conceptos bíblicos que los obligó a abordar la infidelidad desde lo más profundo: “Tuvimos que ir a las raíces de muchos problemas que habían surgido en nuestra infancia. Eran heridas que habíamos cargado al matrimonio y que no nos permitían conectar al uno con el otro”. Tras un largo proceso, no solo vencieron esta desgarradora crisis, sino que salieron fortalecidos, y hoy en día están convencidos de que los matrimonios que han superado una infidelidad comparten una alegría que nadie se imagina: “Tenemos una cercanía que muchas parejas anhelan tener. Llevamos 26 años casados y el fuego que nos une arde más que al comienzo de nuestro matrimonio”, aseguran.

Pero volvamos al principio: ¿por qué la fidelidad toca una fibra tan delicada en el matrimonio? Los expertos en terapia matrimonial coinciden en que el cimiento de toda relación es la confianza, y cuando esta se rompe, la relación se pone seriamente a prueba. El doctor Gregory

Popcak, director del Instituto de Soluciones Pastorales en EE UU (Pastoral Solutions Institute), indica que “el amor requiere un sano sentido de la vulnerabilidad –la voluntad de abrirse totalmente al otro y dejar que conozca todo lo nuestro, lo bueno y lo malo–, y la vulnerabilidad exige confianza: saber que estoy a salvo contigo. Por eso, si una pareja no puede confiar en que van a ser emocional y sexualmente fieles el uno al otro, no puede tener una relación más allá de un arreglo meramente funcional”.

Fieles en lo pequeño

Muchos matrimonios que lean este artículo pensarán: “Esto no es para mí, yo nunca seré infiel, y sé que mi cónyuge tampoco”; sin embargo, es bueno recordar que la fidelidad va más allá de la intimidad conyugal: incluye los planos mental, emocional y afectivo. La imaginación, el contacto virtual o un acercamiento inocente a alguien del sexo opuesto también puede constituir una infidelidad. Además, sin necesidad de ir tan lejos, el doctor Popcak indica que, para ser fieles, hay que empezar por poner nuestro matrimonio en primer lugar en nuestra lista de prioridades, justo después de nuestra relación con Dios, pues “hay infidelidad cuando pongo cualquier actividad o relación –incluyendo las actividades parroquiales, pero no a Dios– por encima de mi matrimonio”.

Deano, recuerda que, aunque él no le fue infiel a Karen, también tuvo varias aventuras emocionales: “Fantaseas con tener una relación afectiva con alguien, coqueteas de vez en cuando, sales a comer con otra persona... Yo viví esta situación varias veces, debido a mi incapacidad para conectar con mi esposa al comienzo de nuestro matrimonio”.

Muchos matrimonios se creyeron invulnerables. Con el paso del



Causas de la infidelidad

Sociales: » Vivir en una cultura desleal e inmoral, en la cual se han propagado la adicción sexual, la permisividad ante la infidelidad y la promiscuidad sexual, y, además, se fomenta la mentalidad divorcista.

Matrimoniales: » Incomprensión del carácter indisoluble del matrimonio, en sus dos sentidos: unitivo y procreador. » Falta de cuidado preventivo del matrimonio: cultivo del cariño, la amistad, la pasión (por parte de uno o de ambos cónyuges). » Rechazo del cónyuge o apatía sexual reiterada que no se comunica. » Creerse el espejismo de que con la infidelidad por fin nos liberaremos y lograremos la vida de ensueño que anhelamos.

Personales: » Descuido en los afectos: olvidamos seguirle la pista al corazón (a las intenciones) o al comportamiento (las posturas, las miradas...) » Imprudencia en los acercamientos emocionales o físicos con personas del sexo opuesto (exceso de familiaridad). » Debilidad o falta de autocontrol ante el coqueteo, la atracción o los intentos de seducción de otro que no es el cónyuge. » Vanidad o ego débil que te invita a probarte a ti mismo que “aún eres capaz de conquistar”. » Mal manejo de la crisis de los cuarenta. » Falta de convicción sobre el valor de la fidelidad y los costes de la infidelidad: se cree que es una aventura emocionante y gratificante. » El coqueteo se ve como una actitud de supervivencia laboral en la mujer o en el hombre inseguro. » Deseo de venganza.

Fuentes: psicólogas Ana María Restrepo y Clara de Cendra Núñez-Iglesias

tiempo, se fue colando por una pequeña grieta la rutina... O empezaron a enfocar sus esfuerzos en la vida social, en el dinero, en los hijos... Uno de los dos –o los dos– comenzó a sentirse solo, cansado o vacío... Ya no sabía qué los había unido, desaparecieron poco a poco

los detalles de cariño. Así, la grieta comenzó a ensancharse y, el día menos pensado, alguno –o ambos– se había enredado con otra persona.

Las causas de la traición pueden ser muy diversas, pero el denominador común es que la infidelidad no sucede de repente. Karen asegura



Sanar la herida

Para superar la infidelidad, el doctor Gregory Popcak indica que, en primer lugar, la aventura tiene que terminar. Después, la curación es un proceso que evoluciona por etapas:

1. Confesar la ofensa y perdonar: el cónyuge infiel debe estar dispuesto a dar la información justa sobre su aventura. No se puede perdonar lo que no se conoce, pero tampoco hace falta ahondar en detalles que puedan causar más daño.

2. Reconstrucción del matrimonio: los esposos tienen que

valorar su vínculo conyugal en conjunto y establecer nuevos hábitos para que su matrimonio sea prioritario.

3. Comunicación: tendrán que revisar juntos cómo afrontar los conflictos, aprender a abrirse el uno al otro, a expresar sus descontentos y a no guardarse todo para sí mismos.

4. Reentrenamiento: aunque en este punto del proceso la relación ya es estable, y probablemente hasta mejor que antes, el cónyuge herido todavía puede sentir cierta desconfianza y una necesidad poco saludable de revisar los detalles de la infidelidad. Tendrá que trabajar con un terapeuta para aprender a controlar y curar estos pensamientos.

que “la persona que engaña no se despierta un día y piensa: voy a salir a engañar a mi cónyuge. Por lo general, la infidelidad acontece en medio de una gran confusión interna: haces algo que no quieres hacer, pero, como eres humano, tienes esa capacidad para ‘no sentir’, lo que te lleva a cruzar la línea y, una vez que la cruzas, crees que ya no hay vuelta atrás”.

La psicóloga Ana María Restrepo, quien lleva varios años ayudando a muchos matrimonios a superar sus crisis, asegura que “la mayoría de las personas casadas en algún momento se sienten atraídas por otra persona que no es su cónyuge, y esto es humano, pero cultivar esa atracción no lo es por el dolor tan grande y las consecuencias tan negativas que produce a todos los involucrados”. Para evitar esta conducta, Restrepo advierte de que “tenemos que estar constantemente siguiéndole la pista a las intenciones y a los sentimientos hacia las personas que no son nuestro cónyuge y, cuando percibimos que el corazón está empezando a desear a otra persona, hay que cortar toda intimidad emocional,

pues es más fácil apagar un fósforo que un incendio”. Además, quien no es feliz en su matrimonio necesita buscar ayuda cuanto antes. El doctor Popcak apunta que “las investigaciones muestran que la mayoría de las parejas que son infelices en sus matrimonios esperan entre cuatro y seis años para buscar ayuda. Después de tanto tiempo, es más difícil solucionar los problemas”.

Perdonar es amar el doble

“Cuando mi mujer me confesó que me había sido infiel, vi dos caminos: uno que llevaba al divorcio y a la muerte final, y otro que conducía a la incertidumbre. Ambos eran decisiones difíciles, pero solo una estaba llena de la gracia que Dios promete en Isaías 43, 1-3, que aunque camine a través de los ríos, no se ahogará. Descubrí que esa gracia que Dios promete es real, y fui fiel a su promesa, pues el camino a la muerte era en realidad el más arduo”, cuenta Deano.

Entonces, ¿sí es posible salir victorioso de una crisis por infidelidad? Los expertos aseguran que si el cónyuge que traicionó la confianza

reconoce su error, pide perdón y se compromete a reparar la confianza destruida, el matrimonio se salvará. Este proceso puede durar varios meses y exige que el cónyuge herido esté dispuesto a vivir el doloroso camino hacia el perdón total, consciente de que perdonar es amar el doble. Y, como matrimonio, tendrán que poner a Dios en el centro: “Orar juntos es fundamental para sanar la relación”, asegura Popcak, “pues un matrimonio que está recuperándose de la infidelidad suele tener pocas reservas emocionales, y cuanto más se conecte con el amor de Dios, mayores serán sus posibilidades de éxito”.

Al final, el matrimonio sale ganando, pues “diversos estudios han comprobado que las parejas que realizan este trabajo pueden ser aún más felices en su matrimonio después de la infidelidad de lo que eran antes”, dice Popcak. Precisamente así lo testifican Karen y Deano: “Hace falta confiar en que Dios puede reconstruir los cimientos del matrimonio y crear algo aún mejor, pero quisiéramos que todos los matrimonios pudieran tener lo que nosotros tenemos, sin atravesar por lo que nosotros pasamos”. 

¡Alerta! Precauciones imprescindibles

- » No te pongas en situaciones comprometedoras: evita quedarte a solas con personas del sexo opuesto. Además, la moda de tener noches de chicas o de chicos en plan de bares o discotecas tiene que desaparecer de nuestra cultura.
- » Evita el activismo y dedica tiempo a tu cónyuge, pues solemos pasar más horas lejos del otro y nos volvemos “independientes”. Podemos incluso estar haciendo cosas muy buenas —como un voluntariado—, pero si no las hacemos juntos, abrimos la puerta a la tentación.
- » Toma las decisiones con tu cónyuge. Si uno de los dos hace algo que el otro no quiere, pueden surgir grietas en la relación.
- » Sé consciente de los problemas del pasado: descúbrelos y trátalos.
- » Si detectas que, en una amistad, comienza a haber infidelidad emocional, evítala, aún a riesgo de perderla.

Fuentes: Experiencias recogidas por Karen y Deano Gonzales

FORMACIÓN PARA FAMILIAS

Recibir para poder



La formación es el primer mecanismo preventivo para hacer frente a las posibles crisis en el matrimonio

EL INFORME “Mecanismos de prevención frente a las crisis familiares” publicado, en abril, por The Family Watch, señala que la formación es un “mecanismo preventivo” esencial para “ayudar desde el primer momento a hacer frente a las eventuales crisis” en el matrimonio y la familia. En esta tarea las familias no están solas, y cuentan con espacios de formación para prevenir no solo las posibles crisis matrimoniales, sino también las dificultades con la educación de los hijos. En estos canales de apoyo trabaja la Fundación DIF (Desarrollo Integral de la Familia) desde hace más de veinte años para “dar herramientas y apoyo a las necesidades familiares desde una visión cristiana”, explica Jessica Flores, una de las responsables de este proyecto vinculado al movimiento Regnum Christi.

Un amplio equipo de expertos permite a DIF impartir cursos y conferencias en parroquias y colegios adaptados a las problemáticas de cada centro. De este modo, se organizan escuelas de padres que “no buscan enseñar a educar a los hijos sino apoyar a las familias en sus dificultades”, subraya la psicóloga Francisca Barranco. “No ofrecemos un producto envasado, sino que preparamos un programa adaptado a las necesidades de las familias”, añade. En esta línea, DIF ofrece cursos para mejorar la comunicación con

el adolescente; facilitar fórmulas de acompañamiento a los hijos en la era digital; o abordar una plena educación afectivo-sexual para adultos, jóvenes y adolescentes.

Antes de llegar a la educación de los hijos, es necesario trabajar la solidez del propio matrimonio, ya que es el núcleo que sustenta esa comunidad de amor que es la familia. Para ello, en DIF se ofrecen cursos de preparación al matrimonio, de reconocimiento de la fertilidad y de comunicación entre los cónyuges. Lo más novedoso es que, además de presencial, esta formación se ofrece también de forma gratuita a través de la plataforma *online* www.evangelizaciondigital.org.

Asesoría online

Cuando las dificultades se hacen palpables en el matrimonio, un novedoso consultorio online ubicado en la web www.fundaciondif.org atiende a todas las preguntas y deriva a un especialista en caso necesario. Si, por el contrario, las dificultades se viven en el ámbito educativo, un gabinete psicopedagógico formado por un amplio abanico de expertos ayuda a hacer frente a los problemas de modo eficaz. Una técnica que está dando muy buenos resultados es la intervención dentro del horario escolar y en el propio centro educativo con aquellos niños que necesitan

Orientadores

del mañana

Para aquellas personas que sienten una vocación especial por ayudar a otras familias o que trabajan ya en centros de orientación familiar y quieren ampliar su formación, se ha creado un título de **Experto en Matrimonio y Familia online** que está claramente orientado a la práctica profesional. Este posgrado, de un año de duración, y que ha desarrollado DIF junto a la Universidad Francisco de Vitoria, trabaja en la visión de la persona, la familia, y su relación con Dios, con el objetivo de capacitar a los alumnos para la intervención y la orientación familiar. El plazo de inscripciones para el próximo curso todavía está abierto.

+Info: 91 709 14 00 / www.ufv.es/postgrado@ufv.es

una atención especializada por alteraciones del lenguaje, dificultades de aprendizaje o alguna dificultad en el desarrollo. “Esto es un plus para la calidad de vida de la familia, porque así no tiene que acudir a consulta en horario extraescolar, y además permite trabajar en equipo con los profesores del centro”, explica Francisca Barranco. Los padres pueden solicitar el servicio y DIF lo gestiona directamente con el colegio. 



MÁS INFO

Sedes en Madrid • Barcelona • Sevilla • Valencia Telf.: 67152 40 35 / Web: www.fundaciondif.org / E-mail: fundaciondif@fundacion.org



CUÁNDO PEDIR AYUDA

¿Mi matrimonio está en peligro?

Por Sara Martín

Cuando los esposos se sienten insatisfechos o infelices con su vida conyugal, cuando el mal funcionamiento empieza a afectar a otras parcelas de la vida o se producen más interacciones negativas que positivas, es momento de pedir ayuda a un profesional. Que no cunda el pánico: existen ayudas adecuadas a cada necesidad que permiten reconstruir lo que parecía roto.

LOS INICIOS del matrimonio –dicen– son siempre idílicos... Hasta que se comienza a descubrir al otro en sus facetas más personales, no siempre agradables. “Al casaros, no solo unisteis vuestras esperanzas y vuestros sueños, sino también vuestros temores, heridas, imperfecciones y bagaje emocional”, explica el libro *El desafío del amor* (LibrosLibres, 2010). “Desde que os instalasteis, a la vuelta de la luna de miel, dio comienzo el verdadero proceso de abriros de par en par el uno al otro y de hacer el desagradable descubrimiento de lo pecadores y egoístas que podéis ser”.

Señales de alerta

Este proceso que todo matrimonio vive necesariamente para situar el amor en su dimensión concreta y correcta debe ser vigilado muy de cerca para comprobar cuándo deja de ser una crisis normal por la que todo matrimonio pasa, para convertirse en una crisis grave que pone en peligro la estabilidad y el futuro. El Institute for American Values afirma que hasta un 40% de los divorcios podrían llegar a evitarse si existiese mayor prevención. Es bueno, desde un punto de vista social, que las familias duren, que no se rompan. Así lo explica el informe

“Mecanismos de prevención frente a las crisis familiares” desarrollado por The Family Watch, un observatorio dedicado al análisis de la realidad social de la familia y a la elaboración de estudios para que esta reciba la atención que merece.

¿En qué momento, entonces, debe sonar la señal de alarma en un matrimonio? “Cuando uno comprueba que ya no es capaz, por sí mismo, de ‘querer querer’”. Cuando empiezan a desaparecer, o cuestan demasiado, algunas claves para la felicidad y estabilidad matrimonial y familiar”, apunta Yolanda Latre, directora técnica del Centro de Orientación Familiar (COF) de Zaragoza. ¿Y qué claves son estas? “Vivir con alegría la fidelidad a la palabra dada y al compromiso; la obsesión por hacer feliz al otro; el perdón, de corazón, sin fisuras; la comunicación (verbal y no verbal); las gratificaciones mutuas; el no dar nada por supuesto; la educación y los buenos modales... y todos aquellos detalles que van alimentando, y no permiten que se apague, el amor inicial”, enumera Latre.

A su vez, el psiquiatra Adrián Cano Prous, de la Unidad de Diagnóstico y Terapia Familiar (UDITEF) de la Universidad de Navarra, apunta, en el mismo sentido, otras

Dónde acudir

¿Qué hace un COF exactamente por la familia en crisis?

Las diócesis suelen contar con un centro de orientación familiar con voluntarios profesionales que pueden ayudar. Esta orientación terapéutica familiar ofrece pautas para estimular la comunicación y para una mejor resolución de los conflictos: redistribución del ocio y el tiempo libre, así como la vivencia de una sexualidad sana acorde a la naturaleza, planes de acción concretos con respecto a los hijos y desarrollo de vínculos afectivos que fomenten la autoestima y la inteligencia emocional.

señales que nos pueden ayudar a identificar un conflicto más allá de lo solucionable por uno mismo: “Cuando un matrimonio empieza a darse cuenta de que las cosas no ruedan como deberían, que la balanza empieza a inclinarse de modo que se producen más interacciones negativas que positivas, los cónyuges se sienten insatisfechos e incluso infelices con su vida conyugal o familiar, cuando perciben que han perdido el sentimiento de unidad, cuando el mal funcionamiento empieza a afectar a otras parcelas de la vida como la relación con los hijos, el bienestar propio, cambios de humor, afectación en la esfera laboral, etc., todas estas alarmas nos indican que es conveniente pedir ayuda”, señala el doctor Cano Prous.

Distintos tipos de ayuda

Lo primero de todo, antes de buscar ayuda, es la predisposición. Hay que tener claro que se desea recuperar el vínculo matrimonial y volver a vivir una relación de amor plena: esto incluye estar dispuestos a perdonar y a dialogar. Lo segundo es buscar una ayuda acorde a estos objetivos: muchos psicólogos y terapias están orientados a acompañar en el tránsito hacia la separación, no hacia el restablecimiento de la unidad conyugal. Por ello, es muy importante encontrar a alguien de confianza que persiga los mismos propósitos.

Pero, ¿cuál es el tipo de ayuda más adecuada? La experiencia es la que marca qué tipo de intervención es la mejor para cada persona y cada matrimonio: “Hay quien requiere una intervención más directiva, otros un acompañamiento más sutil, más confrontación, más apoyo... Lo importante es definir nítidamente el objetivo”, indica el psiquiatra Cano Prous. Desde UDITEF, que cuenta con un equipo interdisciplinar de profesionales dedicados desde hace más de diez años a estudiar específicamente la disfunción conyugal y familiar, explican: “Una vez que está claro el objetivo y es acordado con los cónyuges, el

El primer objetivo es recuperar la esperanza: “Es posible perdonar, restaurar y fortalecer los lazos familiares”, asegura la orientadora Yolanda Latre

camino para llegar a él lo construimos en función de lo que consideramos que va a ser más accesible y adecuado para cada uno de ellos, según su historia personal, su vivencia actual y las características de su personalidad”.

Por su propia experiencia como voluntaria profesional en un COF, Yolanda Latre asegura que el primer objetivo, cuando un matrimonio busca orientación es, sin duda, la recuperación de la esperanza, oscurecida en la mayoría de las ocasiones. “Es posible perdonar, restaurar y fortalecer los lazos familiares. La orientación familiar contempla la familia no tanto como un enfermo a curar (terapia), sino como una comunidad de personas a las que hay que enriquecer y sanar, aumentando su calidad de vida. Consecuentemente con esto, el protagonista no es tanto el terapeuta como la propia familia, a la que se intenta promover el papel de protagonista de su propio cambio. Por ello, uno de los primeros objetivos es apoyarnos en las fortalezas que tienen las familias, muchas más de las que se imaginan, para que sirvan de motor del cambio”, concluye Latre. 

Otros centros de ayuda

► Unidad de Diagnóstico y Terapia Familiar de la UNAV: 948 255 400/www.cun.es

Un equipo multidisciplinar dedica un día entero exclusivamente a estudiar a la familia mediante la realización de una batería de pruebas que se adaptan a cada caso en particular. Después, elaboran un informe en el que se presenta una propuesta terapéutica concreta con un número de sesiones determinado.

► Acción Familiar en Madrid: 91 446 10 11/
www.accionfamiliar.org

Servicio de orientación familiar para resolver o paliar los problemas que pueden alterar la convivencia en el matrimonio o la familia, servicio de apoyo educativo infantil y juvenil, voluntariado y programas de formación familiar a todos los niveles.

► Aula Familiar: 91 402 96 38/
www.aulafamiliar.org

Cursos de orientación familiar, conferencias sobre educación de los hijos y amor humano, actividades de verano y orientación a las familias con problemáticas concretas: matrimonio, adolescencia, ancianidad...

CIELO, PURGATORIO E INFIERNO

UNA VENTANA a la eternidad

¿Quieres asomarte por un instante al “más allá” para ver qué pasará después de tu muerte? ¿Crees que el Cielo y el infierno son “lugares” creados por mentes imaginativas? María Vallejo-Nágera habla de ello en su último libro. Hay tres opciones para el alma: pasar una eternidad rebosante de felicidad junto a Dios, ir al purgatorio a esperar entrar en el Cielo, o ser por siempre esclavos de las torturas de Satanás. No es charlatanería de otra época, es un asunto en el que nos va la vida.

El Cielo y el purgatorio

¿Por qué escribió el libro *Cielo e infierno: verdades de Dios*?

Fue una orden de mi director espiritual. Por él obedecí. Se lo agradezco con todo el corazón, pues todo lo que descubrí investigando sobre este tema ha afectado profundamente mi vida espiritual.

Entre las revelaciones del Cielo que tuvieron en vida los santos que estudió, ¿cuál cree que lo explica mejor?

Todas son importantísimas, pero para mi alma han sido especialmente valiosas las revelaciones de santa María Faustina Kowalska (siglo xx). Ella vio el Cielo como un lugar de extraordinaria belleza y esplendor, donde la presencia de Dios y su amor reinaban en todos los rincones.

¿Y cuál destacaría entre las descripciones de laicos a los que se les ha mostrado el Cielo?

Sin duda, las de los videntes de Medjugorje. Lo describen como un lugar lleno de amor, luz y ternura de Dios y con Dios.

Usted asegura que es posible comenzar a vivir el Cielo ya en la Tierra. ¿Cómo?
Jesús se hizo vivo en un trocito de pan

consagrado. Esa es la clave de todo. El que le recibe está bendecido, protegido, amado, cuidado, consolado... El que tiene a Cristo ya en la Tierra, a través de la comunión, lo tiene todo.

Además de recibirlo en la Eucaristía, ¿qué podemos hacer, aquí y ahora, para acercarnos al Cielo?

Aferrarnos a los Sacramentos y, para mí, algo que me hace sentir muy cerca de Cristo es ir a una adoración eucarística. Es estar frente a Él, tal y como estaban los apóstoles hace dos mil años, pues no hay diferencia entre ese Jesús que andaba por Galilea y el que tenemos en un pedacito de pan consagrado.

¿Qué le diría a una persona mayor o enferma que está sufriendo?

Que, si es capaz de ofrecer su sufrimiento a Dios, hará con él maravillas (desde meter miles de almas en el Cielo y sacar almas del purgatorio hasta lograr conversiones en corazones duros, etc.). Pero lo más importante: salvará su alma, pues ese sufrimiento también es una manera de pasar el purgatorio aquí en la Tierra.

Las personas que ya se han salvado, ¿interceden por nosotros?



Muchos santos que han tenido visiones con almas del purgatorio afirman que les han dicho que sí interceden por nosotros con su oración incesante. No podemos olvidar la comunión de los santos.

¿Qué es el purgatorio y cuál es la situación de quienes están allí?

Es un estado del alma. Allí las almas sufren mucho por haber tenido un encuentro con Dios, cara a cara, para luego tener que alejarse de su presencia al entender que no merecen aún estar con Él en el Cielo. Son ellas las que se alejan voluntariamente de Dios, no Él quien les aleja. Al revés: Dios está deseando que todos estemos con Él en el Cielo.

El infierno

Si Dios quiere que todos vayamos al Cielo, ¿por qué creó el infierno?

Dios no creó el infierno para el hombre. Se creó para los demonios, que le rechazaron voluntariamente y le odiaron. Ese “lugar” fue creado solo para ellos. Que un hombre vaya a parar ahí le provoca una tristeza muy grande a Dios, porque no era su destino. El destino de todo hombre debe ser siempre el Cielo.

¿Por qué la realidad del infierno resulta hoy ajena a nuestro estilo de vida?

Porque se ha hablado muy poco



sobre él desde los púlpitos. El demonio ha logrado aletargar a muchos sacerdotes en este tema. Convencer a la gente de que él no existe ha sido su gran triunfo en el siglo xx. Es terrible asistir a un exorcismo (yo he presenciado cinco), pues ahí uno se da cuenta de la verdad: el demonio existe y es muy activo.

¿Entonces no es cierto que el infierno esté vacío?

No sé si está vacío, pero algunos santos han tenido visiones sobre él y dicen que está a rebosar (santa Teresa de Ávila, santa María Faustina o la beata Ana Catalina Emmerick, entre muchos otros).

De los relatos del infierno que ha conocido, ¿cuáles le han impactado más?

Los de la beata Ana Catalina Emmerick, los de sor Josefa Menéndez y los del estadounidense Bill Wiese.

Según ellos, ¿qué es lo más terrible que se vive allí?

La ausencia total de Dios, además para siempre: para la eternidad.

¿Y cómo dicen que es el infierno?

Un lugar horrible, rebosante de todo lo malo que existe en la Tierra: maldad extrema, toxicidad absoluta, miedo, torturas, ultrajes, oscuridad infinita... En definitiva: ausencia de Dios y de todo lo bueno creado por Él para nosotros. Los que lo han visto dicen que no hay agua y que la sed es espantosa e insaciable. Así comprendieron que el agua es un inmenso don de Dios.

En su investigación, usted encontró que Satanás le pidió cien años a Dios para intentar destruir su Iglesia y Él se los concedió. ¿De dónde procede esta idea? ¿Ha terminado ya esa prueba?

Está en la carta pastoral del cardenal Nalli Rocca a la diócesis de Bolonia

El infierno es un lugar horrible, rebosante de todo lo malo que existe en la Tierra: maldad extrema, toxicidad absoluta, miedo, torturas, ultrajes, oscuridad infinita...

(1946), donde contó la visión del infierno y del demonio del Papa León XIII. La prueba todavía no se ha acabado, y quizá ahora la guerra contra el hombre es más cruenta que nunca, pues la humanidad ha apartado a Dios de su realidad, pero el demonio jamás vencerá porque ya le ha vencido Cristo.

¿Qué consecuencias ha tenido acercarse al espiritismo y a cultos satánicos para personas que usted conoce?

Las prácticas espiritistas le abren la puerta al diablo, y por eso estas personas sufren hoy horribilmente por posesiones diabólicas. Solo un exorcista preparado puede ayudarles.

¿Por qué odia tanto Satanás a los sacerdotes?

Los odia porque ellos pueden traer a Cristo vivo a la Tierra en un simple pedacito de pan consagrado, y Jesús le destruye por completo.

Ayudas infalibles

¿Qué papel tiene la Santísima Virgen en nuestra salvación?

Es la mano fiel que nos puede salvar, la mayor abogada de nuestra alma, la que nos defiende como madre ante todo: el pecado, la adversidad, la muerte. Es la mejor amiga del hombre. El hombre mariano tiene mucha más facilidad de llegar al Cielo, pues cuenta con la enorme intercesión de la Madre de Dios.

¿Qué experimentan los demonios ante el rezo del Santo Rosario?

La presencia real de la Virgen. Esto les desespera y aturde totalmente.

El exorcista Gabriele Amorth le contó que los demonios se aterrorizan más ante la Santísima Virgen que ante el mismo Jesucristo, ¿por qué?

El demonio se lo dijo a él durante un exorcismo: "Porque he sido muy humillado y vencido por Ella, una simple criatura humana".

Dicen que nuestra misión como padres es ayudar a los hijos a llegar al Cielo. ¿Qué hacemos cuando ellos no quieren saber nada sobre Dios?

Orar el Rosario todos los días por ellos. A veces hay que esperar años para ver resultados, pero Dios es el dueño de todos los tiempos. La paciencia en la oración le agrada mucho a Dios.

¿Por qué se recomienda rezar a diario la oración a san Miguel Arcángel del Papa León XIII ("San Miguel Arcángel: defiéndenos en la batalla")?

Porque san Miguel lucha intensamente contra el diablo y siempre le vence, pues está con Dios, pero tenemos que pedir su ayuda con toda nuestra fe.

¿Pueden nuestras oraciones cambiar el destino eterno de un alma?

Absolutamente sí.

¿Qué devoción especial le recomienda a almas cercanas a la muerte?

La de la Divina Misericordia de Jesús. El libro de santa María Faustina Kowalska, *Diario. La Divina Misericordia*, es muy importante para la salvación de las almas.



CIELO E INFIERNO: VERDADES DE DIOS

Por: María Vallejo-Nágera (www.mariavallejonagera.com)

Páginas: 333 PVP: 20 € Editorial: Libros Libres

¿Existen el Cielo y el infierno? ¿Es real el demonio? A través de testimonios sobrecogedores de personas que lo han visto y han sido llevadas a estos "lugares", la autora nos lleva al "más allá" para contestar a estas legendarias cuestiones.

MONSEÑOR LUCIO ÁNGEL VALLEJO BALDA
SUPERIOR DE LA PREFECTURA DE ASUNTOS ECONÓMICOS DEL VATICANO

“¿Que si la Santa Sede es rica? Puedo asegurar que no”

Por **Ángeles Conde Mir** Fotografía: **Antonello Nusca**



Monseñor Lucio Ángel Vallejo Balda y su equipo administran el dinero de la Santa Sede. Este riojano, que hasta hace pocos años pastoreaba en Astorga, conoce bien las cuentas vaticanas. Recibe a Misión en su despacho del Largo del Colonnato: “Adelante, las preguntas siempre son buenas, no hay que tenerles miedo”, comenta al empezar esta entrevista.

¿La Santa Sede tiene “riquezas”?

Lo primero que hay que decir es que lo de “las riquezas del Vaticano” es un mito que quizá en España existe porque la Iglesia en Europa data desde antiguo y, por tanto, tiene un patrimonio muy grande, tanto histórico como artístico. Pero, realmente, para nosotros todo ese patrimonio no es una fuente de rentabilidad, sino más bien una carga, y es precisamente esto lo que a veces no se entiende. Solo en la Basílica de San Pedro hay cerca de 100 personas trabajando, y mantenerla no es sencillo. Si nos deshacemos de ese patrimonio, al final acabaría en otros museos, ya que es patrimonio protegido. Lo tenemos, y la Iglesia tiene la obligación de ponerlo al servicio de la sociedad.

¿Cuadran las cuentas entonces?

Casi todas las actividades que tenemos, salvo alguna excepción, como los museos o la pequeñísima actividad comercial del Estado, son deficitarias: las congregaciones, la prefectura, los consejos... ¿Si la Santa Sede es rica? Puedo asegurar que no. No tenemos ingresos. Vivimos de las aportaciones que hace la Iglesia de todo el mundo para ayudar al Santo Padre.

Las tiendas del Vaticano

En el Estado de la Ciudad del Vaticano se concentra un enorme patrimonio cultural. Todos los días entran miles de personas en los Museos Vaticanos. Lo que se recauda con las entradas permite la conservación de los fondos artísticos. Prácticamente son los únicos ingresos con los que cuenta la Santa Sede. De puertas adentro, la actividad comercial es mínima. Existe una tienda de ultramarinos que suministra al Palacio Apostólico los productos básicos. Además de este establecimiento, hay otra superficie comercial situada donde se levantaba la estación de ferrocarril del Estado que mandó construir Pío XI. En esta segunda tienda se vende ropa, marroquinería y productos electrónicos. Tiene una clientela potencial de 5.000 personas, entre los empleados de la Santa Sede y las visitas. En el Vaticano no se pagan impuestos, por lo que los precios están exentos de IVA. Tampoco hay sanciones de tráfico. Los papas viven modestamente, sin propiedades personales.

¿Y para qué sirve el Banco Vaticano?

Es un banco sumamente pequeño, pero es famoso por ser el “banco del Papa”. De hecho, es una fundación, y no realiza todas las actividades de un banco común. Es un instrumento para gestionar el dinero de la Santa Sede, con una función muy restringida. Por ejemplo, una de sus funciones es distribuir el presupuesto destinado a las obras de caridad de todo el mundo, unos 300 millones de euros. Para lograr una mayor transparencia, contamos además con una auditoría externa para garantizar el control.

¿En qué gasta su presupuesto el Estado del Vaticano?

Hay unos presupuestos generales del Estado, como cualquier otro. Contamos con el balance del Estado de la Ciudad del Vaticano, la parte civil: son los servicios técnicos, el mantenimiento de calles y jardines, la conservación de los edificios, la seguridad de la ciudad... lo que supone toda la estructura propia de un Estado. Hablamos también del sistema sanitario y del plan de pensiones, porque las personas que trabajan aquí perciben su pensión del Estado del Vaticano. También hay una realidad extraterritorial: lo que está en Roma y las Villas Pontificias de Castel



“El patrimonio del Vaticano no es una fuente de rentabilidad, sino más bien una carga”

“Benedicto XVI viviría muy bien con sus derechos de autor, pero los ha donado a la Santa Sede”

Gandolfo. En Roma hay algunas propiedades como una finca, Santa María, donde se encuentran las instalaciones de comunicaciones. A lo largo de la Via della Conciliazione hay otros edificios extraterritoriales, propiedad de la Santa Sede. Por ejemplo, la Santa Sede tiene viviendas en el centro de Roma pero son para los empleados, porque los alquileres en esta ciudad son carísimos y así les facilitamos que puedan vivir cerca. Hay 2.500 personas que forman parte de la curia, que es el gobierno de la Iglesia. En este grupo se encuentra el cuerpo diplomático, que lo componen 170 representaciones de todo el mundo que no trabajan en Roma, pero a los que también hay que mantener. Las instituciones del gobierno de la Iglesia son en total 200. Es un gran volumen de personal y de actividades que hay que contemplar en el presupuesto vaticano.

¿Los cónclaves están previstos?

La celebración de un Cónclave se

contempla dentro de un presupuesto extraordinario, pero no supone un gasto añadido. Hay pocas cosas de un cónclave que afecten a la vida vaticana. Por ejemplo, la habilitación de la Capilla Sixtina. Tales obras las realizan realmente empleados de la Ciudad del Vaticano que, en lugar de otras labores, hacen esta. Además, todo el material lo hemos aprovechado del anterior cónclave, que fue hace ocho años. Hay una institución dentro del Vaticano, la *Floreria*, que se ocupa de preparar los grandes eventos en la Basílica de San Pedro. No se contrata a gente para hacerlo porque ya tenemos personal que se ocupa de ello. Después, otro asunto es el alojamiento de los cardenales. Ellos vivieron esas semanas en la Casa Santa Marta, que es una residencia habitada normalmente por sacerdotes que, o bien trabajan para la secretaría de estado, o forman parte del cuerpo diplomático, en su mayoría.

Por tanto, es un lugar que también está preparado. En el Vaticano, como siempre estamos recibiendo visitas, el que vengan 100 personas que necesitan alojamiento no altera la vida normal.

¿El Papa cobra un sueldo?

No, no cobra un sueldo. Los papas no llevan dinero encima porque no lo necesitan. Cuando son papas, ya no salen a tomar un café a la calle. Los gastos habituales en los que incurre un papa los cubre la Santa Sede.

¿El Papa emérito recibe una pensión?

Cubrimos sus necesidades materiales, como cuando no era emérito. Benedicto XVI es un hombre muy austero y, al mismo tiempo, es uno de los papas que más ha aportado financieramente a la Santa Sede. Solo los derechos de autor de sus libros son enormes, y los dona a la librería Editrice vaticana. Él podría vivir muy bien con sus derechos de autor, que son de Joseph Ratzinger, y no los quiere. 



Encuentro general
de Acción Católica
en El Escorial

ACCIÓN CATÓLICA

Vivir como Cristo *el día a día*

Acción Católica se pone al servicio de sus pastores. Esta es la premisa básica para entender el trabajo de esta realidad eclesial que surge, tal como la conocemos hoy en día, en la Italia de los años treinta bajo el papado de Pío XI.

Por Ángeles Conde Mir

“EL CRISTIANO que pertenece a este movimiento es un cristiano comprometido, un creyente que participa de forma muy activa en la misión de la Iglesia, un creyente al que se le reconoce por su vida genuinamente cristiana”. Así es como define Higinio Junquera a los miembros de la realidad eclesial que preside, y que tiene los pies en la cotidianidad mientras la modela para que quede impregnada del Evangelio. Citando la carta a Diogneto, “viven en la Tierra pero su ciudadanía está en el Cielo”. Este movimiento es Acción Católica, una realidad con muchos años de tradición pero que se renueva con el tiempo para ofrecer a los laicos en la Iglesia un espacio de participación en la que estos sean los protagonistas.

“Es la asociación oficial del apostolado seglar”. Con estas palabras el Papa Pío XI le dio forma a Acción

Católica que, hasta entonces, estaba constituida por una multiplicidad de grupos de laicos cuya principal vocación era la de ponerse al servicio de las necesidades de la Iglesia. El Papa tuvo que intervenir durante los convulsos años de la dictadura de Mussolini, en los que el mandatario disolvió los grupos de Acción Católica, a los que veía como una amenaza, y quiso relegar la vivencia de la fe al interior de las parroquias. La consolidación de Acción Católica, promovida por Pablo VI, permitió un espacio de actuación al apostolado seglar.

Durante el Concilio Vaticano II, el movimiento fue definido a través de cuatro notas o pilares básicos que comparte cualquier asociación de Acción Católica del mundo y que están formuladas en el Decreto Conciliar *Apostolicam Actuositatem* N.º 20: 1) El mismo fin

de la Iglesia. Es decir, los miembros de Acción Católica trabajan por aquello que la Iglesia necesite en el momento en que se lo solicite. 2) La seglaridad de Acción Católica. Significa que son los laicos los protagonistas y encargados de dirigir, elaborar y desarrollar el trabajo en el movimiento. 3) La organización. Acción Católica funciona a modo de cuerpo orgánico organizado en comunión con el Obispo y sacerdotes de su diócesis. 4) Bajo la dirección superior de la jerarquía, el movimiento trabaja coordinado con los pastores, a su servicio y según sus directrices.

“Es una relación de confianza, de tarea común”, explica Higinio Junquera, presidente nacional de Acción Católica, a *Misión*. Todas estas notas se materializan en el trabajo específico de cada parroquia, cada diócesis... Cada miembro de Acción



Católica ofrece sus capacidades, su experiencia, su tiempo y su cooperación al servicio de los valores evangélicos.

Actuar como lo haría Cristo

En un mensaje dirigido en agosto de 2012 a Acción Católica de Argentina, Benedicto XVI definió el movimiento como “un gimnasio de santidad”, ya que apuesta fuertemente por la formación eclesial y espiritual de sus miembros. Para ello, quien participa en ella tiene a su disposición el “método de revisión de vida”, un instrumento que permite a los católicos poner en común su vida y, con la ayuda de los hermanos, vivir cada vez más la propuesta del Evangelio. “Lo fundamental es que la revisión de vida ponga en comunión la fe y la vida, para que la fe no sea una fe hueca y para que la vida no sea una vida cristiana, pero alejada al mismo tiempo de Dios”, dice Junquera. En las reuniones semanales, de acuerdo a un temario, cada miembro del grupo examina una realidad concreta de su vida para después iluminarla a la luz del Evangelio y, finalmente, conseguir actuar en ella como lo haría el mismo



Jesucristo. Estos tres pasos se concretan en el “ver, juzgar y actuar”, a partir de los cuales los miembros de Acción Católica van enriqueciendo su fe y configurando su persona más a imagen y semejanza de Jesucristo. Todo ello acompañado por los demás miembros del grupo. La revisión de vida pretende suscitar en el cristiano la inquietud por comportarse como lo haría Cristo y, así, alcanzar la santidad en medio de la vida cotidiana.

En España, el movimiento está organizado en tres sectores: infancia, jóvenes y adultos. En él participan personas de todas las edades y familias enteras. Aunque sea una realidad eminentemente laical, va de la mano de los pastores de cada comunidad, por tanto, cada grupo colabora y es guiado por los párrocos o vicarios parroquiales. Se trata de vivir una comunión profunda en la Iglesia, de forma que se transparente aquello que recoge el libro de los Hechos de los Apóstoles (4, 32): “El grupo de los creyentes tenía un solo corazón y una sola alma”. 

El beato de la alegría

Acción Católica puede presumir de contar entre sus miembros con el primer periodista secolar elevado a los altares: Manuel Lozano Garrido.

Conocido popularmente como Lolo, el beato se nutrió espiritualmente dentro de este movimiento del que recibió su formación apostólica y en el que militó de forma activa. Murió a los 51 años de edad, tras haber pasado más de la mitad de ellos en silla de ruedas, e incluso los 9 últimos privado de la vista, debido a una parálisis progresiva. Sin embargo, nunca perdió la alegría apoyado en la “piedad, el estudio y la acción”. En 1939, fue nombrado vicesecretario general de su Centro de Juventud de Acción Católica y nunca dejó de escribir y de ejercer el periodismo apoyado en el amor a la Virgen y a la Eucaristía. Esta devoción la cultivó gracias a la Acción Católica. Pese a que su cuerpo cada vez le respondía menos, hasta su casa se llegaban para charlar personas de todo tipo: intelectuales, trabajadores, sacerdotes, enfermos... pero, sobre todo, jóvenes. Lolo tenía una sensibilidad especial hacia ellos y, para ellos él era “el amigo siempre alegre, el comunicador de alegría”.



Acción Católica y Manos Unidas



De la iniciativa de esta mujer, Pilar Bellosillo, nació una obra de la Iglesia próspera y fecunda que, solo en 2011, actuó a través de 605 proyectos en 58 países del mundo: Manos Unidas. En sus comienzos se llamó “Campaña contra el Hambre en el Mundo” y se constituyó en 1959 gracias al empeño de las Mujeres de Acción Católica que respondieron así al llamamiento de la FAO para luchar por la erradicación del hambre. En 1978, pasó a llamarse

Manos Unidas. Bellosillo, que fue una pionera en la lucha contra la pobreza, formó parte activa de Acción Católica, llegando a ser presidenta general, primero de las Jóvenes y luego de las Mujeres. Además, ostenta el honor de haber sido nombrada por Pablo VI auditora en el Concilio Vaticano II dentro del grupo de 15 mujeres, laicas y consagradas, que participaron en sus trabajos. En 1961, Pilar Bellosillo fue elegida presidenta de la Unión Mundial de Organizaciones Femeninas Católicas, que representaba a 36 millones de mujeres a nivel mundial.



TU CADENA DE ORACIÓN AHORA MÁS FÁCIL

“Necesito que reces por mí”

**Velaporti.com se ha renovado para que rezar
los unos por los otros sea mucho más sencillo**

“HOLA, SOY Ana. Me han diagnosticado una enfermedad grave y soy la única que trabaja en casa, pues mi marido sigue en paro. Con mi sueldo se mantiene toda la familia y estoy muy preocupada. Me fallan las fuerzas y ya no me queda esperanza. Necesito que reces por mí”. Cuántas veces nos hemos encontrado con mensajes como estos entre nuestros *e-mails*. Ahora, una red social totalmente gratuita promueve las cadenas de oración para que recemos unos por otros y lleguen a mucha más gente: **www.velaporti.com**

Esta web permitirá a Ana publicar su intención y pedir a sus familiares y amigos que enciendan una vela virtual como signo de que están rezando por ella. Tras publicar su intención, Ana puede darla a conocer a sus allegados mediante **un e-mail o compartirla en Facebook, Twitter o Tuenti**. De esta forma, más contactos pueden acce-

der a su intención y encender una vela como signo de que están rezando por ella. Cuando se unen muchas personas en el mundo para rezar por la misma causa, los frutos de dichas oraciones son mucho mayores.

Seguir la pista de la intención

Las intenciones están vivas en Velaporti.com, por eso, personas como Ana pueden ir informando a quienes rezan por ellas sobre su evolución. A su vez, sus familiares y amigos pueden añadir a la intención los comentarios que deseen. Ana podrá saber que hay personas que han respondido a su llamada de ayuda porque **Velaporti.com** le informará de ello. Por eso, esta web es distinta a las cadenas de oraciones por correo electrónico: tiene todas sus ventajas, pero ninguno de sus inconvenientes (por ejemplo, la falta de privacidad). 

Tu cadena de oración
en tres pasos

1 Publica
tu intención



2 Comparte
con tus amigos



3 Actualiza
y comenta



... y tus amigos podrán
encender una vela
como signo de que están
rezando por ti

Velaporti.com
Para tus cadenas de oración

El mejor regalo
para tus familiares y amigos

Encarga una misa por sus intenciones

Entra en **www.velaporti.com** y encarga una misa por las intenciones de tus amigos y familiares o para que tus seres queridos, ya fallecidos, entren pronto en el Cielo



MÁS DE LO QUE IMAGINAS DÍAS DE EMOCIÓN'13



Ya está abierto el nuevo
parque acuático de PortAventura



CON EL
TOBOGÁN
FREE FALL MÁS
ALTO DE
EUROPA



RESERVANDO ANTES DEL 30 DE JUNIO

ENTRADAS
+HOTEL
HASTA
-50%*
D.T.O.

NIÑOS GRATIS EN TREN⁽²⁾

renfe

CON LA GARANTÍA Y CONFIANZA DE

VIAJES

El Corte Inglés

PAGO en
10 MESES SIN INTERESES*

902 400 454
www.viajeselcorteingles.es

*Descuento aplicable sobre la habitación doble en régimen de alojamiento y desayuno en los hoteles PortAventura ****, Caribe **** y Gold River ****, válido para estancias comprendidas hasta el 5 de enero de 2014 según calendario de apertura de hoteles (excepto los días 24 y 31 de diciembre que será obligatorio reservar los paquetes especiales de Navidad, consulta) cuya reserva se realice hasta el 30/6. Consulta estancia mínima obligatoria en cada fecha. NIÑOS 50% de DESCUENTO: hasta 12 años inclusive (acompañados por 2 adultos). Consulta condiciones en el folleto PortAventura 2013. Descuento no acumulable a otras ofertas o promociones. Plazas limitadas, una vez agotadas existe la posibilidad de reservar con descuentos inferiores. Gastos de gestión (6€ por reserva) no incluidos. (1) Si el precio de tu estancia baja por una oferta o promoción de PortAventura, hasta 21 días antes de la salida, te devolvemos la diferencia (consulta fechas y condiciones de aplicación). (2) Un niño gratis (solo billete) de 4 a 13 años por cada adulto de pago para reservas hasta el 11 de junio con fecha de viaje hasta el 15/9 con destino y origen Camp de l'Aragona, Sabon y l'Aragona. Plazas limitadas. Consulta resto de condiciones. (3) Reservando un mes antes de la fecha de salida, intereses subvencionados por Viajes El Corte Inglés S.A. Gastos de gestión financiados 9€. Financiación sujeta a la aprobación de Financiera El Corte Inglés E.F.C., S.A. Recibo mínimo 30€. Ejemplos representativos de financiación de compras: Importe: 300€, aplazamiento a 10 meses sin intereses, TIN 0%, TAE 6,69%, gastos de gestión: 9€, importe total aplazado: 309€. Importe: 3.000€, aplazamiento a 10 meses sin intereses, TIN 0%, TAE 0,66%, gastos de gestión: 9€, importe total aplazado: 3.009€.



El cine se atreve con los mártires

Por Ángeles Conde Mir e Isis Barajas

Por fin, el cine se ocupa de unas historias que, lejos de hablar de venganza, nos enseñan la poderosa fuerza del perdón. Son las vivencias de cristianos que pasaron por el martirio

FUE UNA represión dura, violenta y atroz; un período de una terrible intensidad persecutoria. Las cifras que los historiadores aceptan superan los 6.800 asesinatos de eclesiásticos. Además de estos, hubo cerca de 1.000 laicos martirizados, aunque es difícil dar una cifra exacta porque faltan datos precisos sobre las circunstancias de sus muertes.

La guerra civil supuso el estallido de la persecución, pero miles de cristianos españoles ya sufrían la intransigencia religiosa desde principios de los años treinta llegando a su punto álgido en 1936. En agosto de ese año fueron martirizados 2.077 sacerdotes; una media de 70 al día. Ese mismo mes, 51 misioneros claretianos de Barbastro, Felipe de Jesús Munárriz y 50 compañeros Misioneros Hijos del Corazón Inmaculado de María, pasaron por el martirio, después de haber sido retenidos unos días tras declararse la guerra civil. Sus testimonios han sido plasmados en el filme *Un Dios prohibido*.

“Sin duda, nos quieren transmitir el valor del perdón. Ellos mueren perdonando de verdad, con miedo, como cualquier persona, no son héroes, simplemente son jóvenes coherentes que se han

visto envueltos en una guerra civil. Hay que perdonar, como hicieron los mártires”, cuenta a *Misión* Pablo Moreno, director de la cinta. La película se estrenará a finales de este mes de junio y ha nacido con la vocación de contar la historia de unas personas que, gracias a la fuerza de la fe, murieron perdonando. Y, desde luego, no pretende resucitar fantasmas del pasado: “Realmente no hay revanchismo en la película; de hecho, a la hora de contar la historia no importa tanto quién fue el verdugo, lo que nos interesa es por qué estos 51 jóvenes abrazan el martirio con la mayor naturalidad. No hemos querido hacer una película de buenos y malos, desde el principio se ha intentado mantener un justo equilibrio en las tramas, respetando al máximo todas las sensibilidades e ideologías”.

El perdón a los enemigos

Los mártires ya perdonaron desde el mismo momento en que el martirio llegó a sus vidas. A la de los de Barbastro llegó un 20 de julio de 1936, cuando los milicianos anarquistas irrumpieron en la comunidad claretiana para realizar un registro, convencidos de que los religiosos escondían armas. En aquel momento,

la comunidad de Misioneros Claretianos de Barbastro estaba formada por 60 personas: 9 sacerdotes, 12 hermanos y 39 estudiantes. Como no hallaron armas, detuvieron a los religiosos y, tras varios días de cautiverio, escarnio y mofa, empezaron a ejecutarles a partir del 2 de agosto. 51 fueron fusilados al borde de los caminos mientras entonaban vivas a Cristo Rey y al Corazón de María, y perdonaban a sus asesinos. Los mártires de Barbastro fueron beatificados el 25 de octubre de 1992 en una ceremonia presidida por el Papa Juan Pablo II, en la que destacó que “todos estos mártires nos han dejado, de palabra o por escrito, un mensaje particular: el perdón a los enemigos. Toca a cada uno de nosotros poner en práctica ese perdón”.

Contracorriente Producciones es la primera productora española que habla de los mártires víctimas de la persecución religiosa en la España de los años treinta. Su director asegura que quizá nadie se haya atrevido hasta ahora a abordar este episodio “porque es un tema muy controvertido y es muy difícil dar con una historia que no esté politizada”. Pero por fin una historia se libra de ese yugo, por fin una historia nos habla del perdón sin límites.





Martirios silenciados en México

En México también se ha prescindido de tapujos para hablar, por fin, de aquellos que murieron a causa de la fe. Así ha sucedido con *For Greater Glory* (Cristiada), que ha pulverizado récords de taquilla en México. La cinta narra la persecución que vivieron los católicos durante el Gobierno de Plutarco Elías Calles. Ese capítulo de la historia, que fue deliberadamente eliminado de los libros de historia, ha sido llevado al cine por Pablo José Barroso, el productor del filme. Barroso cuenta a *Misión* que la clave del éxito de la película es que "habla al espíritu".

¿Por qué hablar de los mártires ahora? Porque creo que debemos llevar el Evangelio a todos los rincones del mundo y este es un compromiso que los católicos no queremos acabar de asumir. Para mí es importante compartir que Jesús es un Dios vivo y en esta época se nos llama a la Nueva Evangelización. San Pablo empieza a evangelizar a través de sus cartas, gracias

a la red de correo que crearon los romanos y lo hacía en griego, que era el idioma universal. Hoy el cine es una red que está en todo el mundo con un lenguaje visual que la gente está acostumbrada a ver.

En el filme aparece el testimonio de mártires, pero también de aquellos –incluido un sacerdote– que se levantaron en armas. ¿Hasta dónde debe llegar la defensa de la libertad religiosa?

Quisimos plasmar la verdad, desde un punto de vista neutral. Solo hubo tres sacerdotes que se levantaron en armas y fue una decisión difícil introducirlo en la película. Lo que sí creo es que el cristiano tiene hoy el reto de ser congruente. Aunque no sea hacia fuera, tenemos una lucha interna constante y diaria. Hay que luchar, pero por otro lado, si no es por la misericordia de Dios, no somos salvados.

¿Esperaba una reacción tan eufórica del público rompiendo en aplausos al terminar la película?

Un día fui al cine con mi hijo, y le dije: "Nosotros no tenemos nada que hacer ante este tipo de películas". Y él me contestó: "¿Pero te has dado cuenta de que al final no han aplaudido?" Los aplausos fue un fenómeno que ocurrió en todo México, y en algunas ocasiones el auditorio gritaba "¡Viva Cristo Rey! Yo creo que el mensaje central de esta película es el de luchar por lo que uno cree. No se trata de levantarse en armas, pero ¿cuántas veces hoy en el mundo estamos con una corriente anticatólica y nos quedamos callados? Hay que tener más miedo no al que puede matar el cuerpo, sino al que puede matar el alma. Esperemos que el ejemplo de muchos de estos héroes y mártires (algunos ya beatificados y canonizados) nos ayude a reanimarnos a ser comprometidos y buenas personas. 

“Nosotros *Sí* tenemos trabajo para ti”

Seleccionamos personas dinámicas,
proactivas, emprendedoras,
con capacidad de comunicación,
organización y planificación,
con actitud de liderazgo.



aloe forever .info
G R O U P

Envíanos tu CV a: info@aloe forever.info



Picos de Europa, respiro natural

Por **Leire Moneo** Fotografía: **Gobierno del Principado de Asturias y Leire Moneo**

En Asturias, cumbres de más de dos mil metros de altura compiten en protagonismo con profundas gargantas y prados de un intenso color verde donde las vacas pastan plácidamente. Paseos a caballo, rutas de senderismo y lecciones de historia son planes para toda la familia.

MINERO e industrial, el horizonte del Principado de Asturias queda marcado, sin embargo, por el espectacular macizo de los Picos de Europa, destino privilegiado para los amantes de la naturaleza en estado puro. Entre el mar y la montaña, literalmente, pues está a menos de 20 kilómetros de la costa, un concejo con nombre de queso, Cabrales, se presenta como el receptor perfecto para adentrarse en el **Parque Nacional de los Picos de Europa**.

Antes de echar a andar, no hay que desaprovechar la oportunidad de contemplar una panorámica única. Para ello debemos ascender hasta la aldea de **Asiego**, donde el mira-

dor Pedro Udaondo regala una vista privilegiada del **Naranjo de Bulnes**, una de las cumbres más representativas de la Cordillera Cantábrica. Si es posible, resulta más que recomendable recorrer los recovecos de esta aldea y sus alrededores a lomos de un caballo, una experiencia de lo más gratificante para todos los miembros de la familia. Dóciles y muy cariñosos, al son del trote de los equinos, el paisaje resulta aún más abrumador.

A orillas del Cares

Cuentan los ancianos del lugar que el nombre de estas montañas lo pusieron los marineros que, a su regreso, era lo

primero que veían de su país. Desde Arenas de Cabrales, tomando la carretera As-264, llegamos a Poncebos para iniciar la **ruta del Cares**, un trayecto a pie de cerca de tres horas por las angostas gargantas que este río forma en el interior de los Picos. Aunque cualquiera puede afrontar esta aventura, pues gran parte del recorrido es llano, existen algunas pendientes con cierta dificultad, por lo que los más pequeños deben ir bien vigilados. Sin embargo, el esfuerzo merece la pena. Las imposibles formas de las rocas, vestidas de encinas, abedules y hayas, por las que campan con soltura las cabras, constituirán un grato recuerdo. Eso sí, los que sufran de vértigo, mejor que no se acerquen en exceso a la orilla, pues algunos tramos se encuentran a una altura superior a los 1.000 metros sobre el nivel del río.

Tras recorrer unos 12 kilómetros, pequeños túneles excavados en la roca indican que el final está próximo. En pocos minutos, el río Cares está a la altura de nuestros pies y llegamos a Caín, ya en la provincia de León. Allí, recuperar fuerzas tumbado en el verde “prao” es inexcusable, pues aún quedan las tres horas de vuelta hasta **Poncebos**. Si el cansancio aprieta, existen algunas empresas dedicadas a “rehabilitar” el camino en coche.

Otra de las aventuras obligadas en el interior de los Picos de Europa es ascender hasta **Bulnes**, una de las poblaciones más escondidas de España. Aunque se puede llegar a pie, lo más cómodo es utilizar el teleférico desde Puente Poncebos.

La Santina y sus lagos

El descubrimiento de los Picos de Europa tiene otra cita forzosa: **Covadonga**, donde la basílica neorrománica de fachada rojiza se alza en el escenario



En el lago Enol se encuentra sumergida una talla de la Virgen de Covadonga



El chorizo, la morcilla, los quesos o el lacón asturianos saben mejor con sidra

Guía práctica

CÓMO LLEGAR. Asturias cuenta con un aeropuerto al que vuelan compañías como Iberia, pero también otras de bajo coste. Además, existen buenas comunicaciones en tren o en autobús.

ALOJAMIENTO. La localidad de Arenas de Cabrales es un buen punto de partida para descubrir los picos, ya que hay buenos hoteles a precios asequibles. Puedes encontrar más información sobre hoteles y empresas turísticas en www.cabrales.org.

Escuela de naturaleza es una buena opción para alojarse en Llanes. Preparan programas personalizados y cuentan con uno específico para familias aventureras. Con ellos, se puede desde descender el Sella hasta hacer rutas por los Picos y los lagos de Covadonga.

GASTRONOMÍA. La cocina asturiana es uno de los principales atractivos de Asturias. El viajero debe probar los guisos, pero también degustar los quesos y, por supuesto, la sidra. Hay numerosos restaurantes de cocina tradicional con menús del día por unos 10 euros.

Los Picos en familia

Los Picos de Europa son un destino perfecto para ir con niños, pero no olvides algunos consejos:

◆ Los meses de verano son los más idóneos para conocer esta zona, ya que el buen tiempo está asegurado, pero sin demasiado calor. No olvides una sudadera, ya que en las cumbres baja la temperatura, y un chubasquero, por si cae un chaparrón.

◆ Si los niños son muy inquietos, podemos realizar la ruta del Cares al revés, es decir, comenzando en Caín, donde la llanura convierte el camino en más accesible.

◆ El calzado de los pequeños debe ser cómodo, pero adecuado para la zona de montaña, es decir, cerrado, con suela ancha y resistente.

◆ Los niños deben vestir ropa ancha, llevar gorra para evitar quemaduras solares, y ayudarse un palo para caminar firmemente.

◆ Es imprescindible llevar una mochila en la que no falten el agua, un bocadillo y un tentempié dulce.

◆ Aunque no se puede acampar en la zona de los lagos de Covadonga, sí podemos disfrutar de una jornada al aire libre junto al agua. No olvides llevar una manta para sentaros, así como una neverita con comida.

◆ Ediciones Desnivel cuenta con una guía para descubrir los Picos de Europa en familia por 15 euros. Propone rutas sencillas según la edad de los niños. Puedes descargar algunos capítulos en www.edicionesdesnivel.com

◆ Montar a caballo es una de las experiencias más recomendables para descubrir la zona. Los más pequeños de la familia pueden hacerlo a lomos de un pony.

◆ Para mayores de 12 años existen opciones más atrevidas, como las canoas o el parapente. Puedes encontrar más información de empresas de turismo activo en www.picosdeuropa.org

de la histórica victoria de don Pelayo frente a los musulmanes en el año 722. La Santina, patrona de los asturianos, nos espera en la **Cueva Santa**. Ubicada sobre la laguna que genera la cascada del río Deva, para llegar a esta gruta de peregrinación hay que subir cerca de cien escalones. En su interior mora la imagen de la Virgen, así como la tumba de don Pelayo.

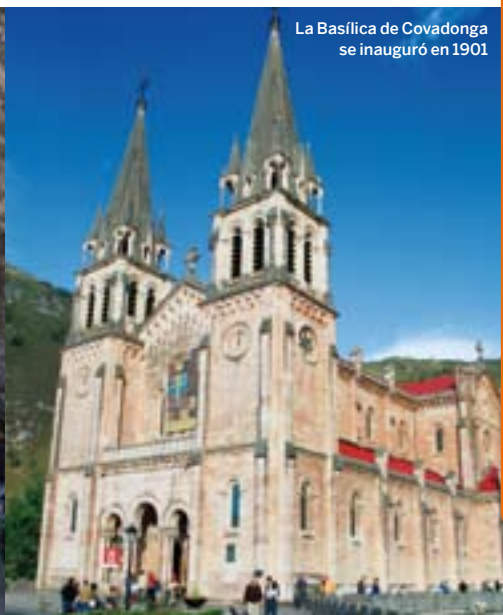
A pocos metros, un empinado y sinuoso camino nos desvela un sugerente paisaje formado por aguas serenas, alfombras de verdes inimaginables, donde pastan plácidamente las

vacas, y un techo de magníficas cumbres casi al alcance de la mano. Tras recorrer unos 12 kilómetros, parece imposible no quedarse embelesado con la estampa que nos asalta: el **lago Enol**, formado, según la leyenda, por una lágrima derramada por la Virgen de Covadonga. Y un poco más allá, a 1.108 metros de altura, el **lago de la Ercina**, cuya agua pinta con maestría la silueta de los montes que lo rodean, mientras la placidez de las vacas nos recuerdan que, quizá, el Edén también existe en la Tierra. Al menos un pedacito de él parece estar en Asturias. 

Más información: www.asturias.es



La capilla de la Santina conmemora la victoria de don Pelayo sobre los musulmanes



La Basílica de Covadonga se inauguró en 1901



Borrón & tinta nueva

Por **María Vallejo-Nágera**

La victoria de la cruz



NO se desanime ante un mal momento, querido lector. ¿Quién no pasa por situaciones difíciles, trágicas e inexplicables? La muerte de un hijo, una terrible enfermedad, soledad... Son miles los males que nos rodean, y todos, sin excepción, tendremos que llevar una cruz en la vida. No olvide que Jesús la cargó... Sin ella no entraremos en el Cielo. Como cristianos, jamás debemos desanimarnos por un mal momento, pues junto a Dios surgen con frecuencia las más gloriosas victorias de aparentes derrotas. Tome en sus manos un crucifijo y fije sus ojos en Jesús. Él venció a todas las maldades del mundo clavado en una cruz mientras una muchedumbre le juzgaba como pura escoria. Imagino a los pobres apóstoles en ese terrible momento, pensando que todo estaba perdido. Sin embargo, la voluntad de Dios Padre (a veces imposible de entender desde nuestra pobre humanidad) es siempre mejor que la nuestra. Él siempre SABE MEJOR lo que nos conviene.

Hay una leyenda cristiana muy hermosa que ilustra lo que le digo. Cuenta que había una vez tres árboles en un bosque frondoso, y cuando la brisa mecía sus ramas, compartían sus sueños.

El primer árbol dijo: "Yo un día seré un gran cofre y custodiaré el mayor tesoro que exista en el mundo". El segundo dijo: "Pues yo seré una nave grandiosa y llevaré al rey más importante del mundo. En mí surcará aguas violentas, pero ni la más horrible tormenta me hundirá". Y el ter-

cero añadió: "Yo haré con mi madera algo tan importante que el mundo entero me venerará por siempre. Hasta las astillas querrán arrancar para conservarlas como algo único". Un día llegaron unos leñadores, talaron los árboles y vendieron la madera a un carpintero, que con el primer árbol hizo un pesebre, lo llenó de paja y lo colocó en una humilde cueva para resguardar animales. Con el segundo elaboró una barca que había encargado una familia de pescadores. Y del tercero hizo unos simples tablones, que abandonó al fondo de la carpintería y de los que nadie se acordó en muchísimos años. Los sueños de aquellos tres árboles se habían desmoronado... Todo parecía indicar que nunca servirían para nada importante.

Pasaron algunos años, y un día, un matrimonio muy humilde se refugió en la cueva donde se había colocado el pesebre para alimentar animales. La esposa, llamada María, estaba a punto de dar a luz. El esposo, José, muy pobre, no pudo encontrar un lugar digno para que naciera el Niño más importante de la humanidad: el hijo de Dios hecho hombre, Jesús de Nazaret. Y cuando al fin nació, su madre lo colocó en ese pobre pesebre. Pasaron 30 años, ese bebé creció y se hizo amigo de unos pescadores que habían heredado la barca hecha con el segundo árbol. Jesús subió muchas veces en ella, navegó y la utilizó para llevar al mundo el mensaje más importante de la historia: el de la eternidad junto a Dios.

Pero al poco tiempo, Jesús comenzó a ser odiado y calumniado... Y los hombres decidieron matar a Aquel que solo había traído luz al mundo de una manera horrible: haciendo una cruz y clavándolo en ella... Alguien dijo: "¡En casa de mi tío hay unos maderos abandonados! ¡Cojámoslos y crucifiquemos a este bandido!

Total, no sirven para nada..." Y Jesús, Rey de Reyes, cargó con esa cruz, fue terriblemente clavado en ella y toda la humanidad fue salvada.

Querido lector: a veces somos esos árboles y creemos que solo servimos para leña... Pero nunca olvide que Dios nos ama tal y como somos. Solo abandónese en sus manos: Él sabrá hacer de usted su plan perfecto.

www.mariavallejonagera.com

Ilustración: Silvia Álvarez

Javi, Merce, tú y yo
Amantes de lo natural

GUARDIANES DEL PARAÍSO

Protegeréis bosques encantados y seres de leyenda. Custodiaréis paradas mágicas y tentaciones secretas. Conservaréis mares fantásticos y puertos asombrosos. Todos seréis guardianes del paraíso. Tú también.

VEN, ÚNETE   YouTube

www.guardianesdelparaíso.org



Asturias
paraíso natural



GOBIERNO DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS

Lecturas

que dan qué pensar



LOS 10 HÁBITOS DE LAS MADRES FELICES

Por: Meg Meeker **Páginas:** 288 **PVP:** 18.50 € **Editorial:** Palabra

Este no es un libro para ser mejor madre, sino para ser una madre feliz. Las mujeres viven en una autoexigencia continua tratando de hacer demasiadas cosas y demasiado bien; por eso, Meg Meeker (autora también de *Padres fuertes, hijas felices*, Ciudadela Libros) viene a rescatarlas de esa pesada carga para que las madres devuelvan la alegría, el orden y la calma a sus vidas, y empiecen a disfrutar de verdad de sus hijos.



QUIÉNES SON NUESTROS HIJOS Y QUÉ ESPERAN DE NOSOTROS

Por: Bartolomé Menchén y Tomás Melendo **Páginas:** 280 **PVP:** 22 € **Editorial:** Eiunsa

Nos preocupamos mucho en formarnos como buenos padres en diversas escuelas, cursos o charlas, pero ¿y si nos dijeran que la clave está en escuchar y hablar más con cada uno de nuestros hijos? Este libro te ayudará a aprender a mirar a tus hijos con ojos nuevos, para comprenderlos mejor y disfrutar de ellos sin agobios.



DIARIO DE UN PONTIFICADO. 2011-2013

Por: José Luis Restán **Páginas:** 120 **PVP:** 15 € **Editorial:** Encuentro

José Luis Restán recorre los últimos pasos del pontificado de Benedicto XVI, desde el año 2011 hasta su renuncia en 2013. Este volumen completa una serie de tres libros en los que se recogen los mejores discursos del Papa emérito con el comentario de uno de los periodistas de referencia en información religiosa de nuestro país.



EL JARDÍN DE LOS TILOS

Por: José Luis Olaizola **Páginas:** 192 **PVP:** 17,90 € **Editorial:** Ediciones Martínez Roca

La pluma de José Luis Olaizola nos introduce en la vida de la beata Rafaela Ybarra, una mujer fascinante que no se detiene ante las dificultades y oposiciones del sistema para ayudar a muchachas que están al borde de la prostitución. Una novela imprescindible que encierra una auténtica historia de amor.



IDA ELISABETH

Por: Sigrid Undset **Páginas:** 512 **PVP:** 23 € **Editorial:** Palabra

Una mujer de personalidad fuerte e incansable—al estilo de *Katrina* de Sally Salminen—, sacará adelante a su familia a pesar de la inmadurez de su marido y las malas elecciones cometidas en el pasado.



IOANNES

Por: Alfonso del Río **Páginas:** 485 **PVP:** 22 € **Editorial:** LibrosLibres

El Papa Pedro II ha sido asesinado y muchos creen que es el último pontífice, tal y como profetizó san Malaquías. La respuesta al enigma se

encuentra en *Ioannes*, un caballero que vivió en el siglo V después de Cristo. Presente y pasado se mezclan en este trepidante *thriller*, donde dos mundos que se aborrecen se enfrentan sin tregua.



50 PREGUNTAS SOBRE LA FE

Por: Jorge Miras y Tomás Trigo **Páginas:** 180 **PVP:** 10 € **Editorial:** Eunsia

“Si Dios es bueno, ¿por qué ocurren tantas cosas malas?”, “¿La fe no limita mi libertad?”, “¿Se puede demostrar la existencia de Dios?”... preguntas reales hechas por jóvenes son contestadas de forma sencilla y directa por profesores y teólogos.



OTROS TÍTULOS DE INTERÉS

Moral económica de la familia,

de Mario Pérez Luque (Eiunsa), aborda desde un punto de vista moral los principios que deben regir a la hora de gastar, invertir u obtener el dinero en la vida doméstica. **Nuestra estrella: Orientación personal y social**, de Pedro Durán Bailly-Bailliere (Sekotia), hace una prospección del éxito social y personal donde la fe es indispensable para realizarse personalmente.



FORD KUGA

El todocamino más familiar

Muy versátil, práctico para uso familiar y puede adquirirse con tracción total 4x4 o 4x2, y con motores diésel o de gasolina EcoBoost

Por **Francisco del Brío**, redactor jefe de la sección "Motor" de ABC

LA DENOMINACIÓN Kuga no es nueva en Ford, que siempre ha dado nombre a su *todocamino* medio. Sin embargo, en este caso estamos ante una novedad total en muchos sentidos: por diseño, por la incorporación de muchas innovaciones en la carrocería y la mecánica, y también por su carácter internacional y nacional, porque este coche se fabrica en Almussafes (Valencia) para todo el mundo.

Aunque nosotros hablamos de *todocamino*, este coche se engloba dentro de la denominación SUV (*smart utility vehicle*), y que Ford ha llamado "*todocamino amable*" para remarcar sus cualidades para uso familiar. El nuevo Kuga ahora es un poco más largo y más alto (8 y 2 cm más, respectivamente) y ha ganado mucho espacio para el maletero que actualmente dispone de 465 litros (46 más que el anterior). Sus líneas son más depuradas y sus nuevos grupos ópticos led le proporcionan un toque más elegante pero menos robusto. Aun así, mantiene una buena solidez, y para aumentar la comodidad, se ha recurrido a vidrios más gruesos que también ayudan a que se sienta esa solidez propia de un coche de nivel superior, y, evidentemente, aíslan mejor los ruidos. También contribuye a esa sensación de calidad un elemento visto hasta ahora únicamente en coches *premium*, como es la apertura del portón trasero pasando el pie por debajo del coche.

EcoBoost de gasolina

El nuevo Ford Kuga quiere apostar por la gasolina en lugar del diésel, y, en este caso, Ford juega con la buena baza que le proporcionan sus motores estrella, basados en su tecnología EcoBoost. Así, el Kuga se puede comprar con un motor diésel Duratorq de 2 litros y 140 o 163 caballos, y con tracción 4x2 o 4x4 en el modelo menos potente, o solo 4x4 en el mayor; y un pequeño motor de gasolina EcoBoost de tan solo 1,6 litros

FICHA TÉCNICA



MOTOR: gasolina: EcoBoost 1,6 l de 150 CV o 180 CV; diésel, Duratorq TDCi 2,0 l de 140 CV o 163 CV.

TRANSMISIÓN: manual de 6 velocidades, automática o PowerShift. Tracciones delanteras 4x2 o 4x4 inteligente.

SUSPENSIÓN: delantera, tipo McPherson, y trasera, multibrazo.

FRENOS: discos ventilados, delante, y macizos, detrás.

DIRECCIÓN: asistida eléctrica (EPAS).

PRESTACIONES: velocidad máxima: gasolina, de 195 a 200 km/h; diésel, de 187 a 196 km/h; aceleración: gasolina, 9,7, y diésel de 11,2 a 9,9 de 0 a 100 km/h.

CONSUMO: gasolina, de 6,6 l, a 7,7 l; diésel, de 5,3 a 6,2 l cada 100 km.

LARGOXANCHOXALTO: 4,52 X 1,83 X 1,74 metros.

CAPACIDADES: maletero, 456 l; depósito de combustible, 60 l.

GARANTÍA: 2 años.

PRECIOS: gasolina desde 13.350 €; diésel desde 15.300 €.

con el que se consiguen 150 o 182 caballos y un consumo muy cercano a los del diésel. Como ejemplo, el "pequeño", de 150 caballos, tan solo consume 6,6 litros con tracción delantera; y el más potente, de 182 caballos y tracción total, 7,7 litros en el ciclo combinado. En los motores grandes, además de una caja manual de seis velocidades muy bien escalonada, se puede elegir una caja de cambios automática de doble embrague Powershift, más cómoda y recomendable.

Atendiendo únicamente a la oferta mecánica de motores potentes, Ford quiere posicionar al Kuga un escalón por encima de la media, y, por tanto, vendrá bastante cargado de equipamiento, sobre todo de elementos de seguridad, tanto la versión básica (Trend) como la más alta (Titanium), y tanto de serie como opcionalmente. 



LE CORDON BLEU

MADRID • ARTES CULINARIAS Y HOSTELERÍA
UNIVERSIDAD FRANCÉS DE VITIGNA



Chefs Carlos Collado y Natalia Vázquez

Carlos Collado y Natalia Vázquez forman parte del equipo de Le Cordon Bleu Madrid. Juntos dirigen Les Petits Cordon Bleus, la apuesta más divertida de la Escuela.



Pablo y Paula se convierten en chefs por un día con Les Petits Cordon Bleus, los cursos cortos en los que grandes y pequeños pueden cocinar juntos y disfrutar de la alta cocina en Le Cordon Bleu Madrid. En esta ocasión preparan unas saludables hamburguesas con patatas y batido de fresa.

Producción: **Ángeles Conde Mir**
Fotografía: **Miriam Robledo**

AMERICAN WAY

1 Batido de fresa con nata chantilly



INGREDIENTES:

440 g de fresas,
60 g de azúcar moreno
y 160 ml de leche

Batido:

Mezclar todos los ingredientes en un vaso americano durante 2 min.



Nata chantilly:

- 1 Batir la nata con una batidora de varillas.
- 2 Añadir poco a poco el azúcar hasta conseguir la textura del chantilly.



INGREDIENTES:

300 g de nata y
azúcar glass

2 Hamburguesa con patatas

Hamburguesa:

- 1 Mezclar con las manos todos los ingredientes y moldear las hamburguesas al tamaño deseado.
- 2 Dorar las hamburguesas en aceite caliente.
- 3 Meterlas en el horno a 150° durante 5 minutos para que se hagan por dentro.

INGREDIENTES:

240 g de carne picada de ternera blanca, 25 g de pan remojado en leche, 45 g de cebolla caramelizada, sal y pimienta negra



INGREDIENTES:

600 g de tomates maduros cortados en 8 partes, 150 g de cebollas picadas, 100 g de zanahorias en trocitos, sal, pimienta, una rama de tomillo, dos hojas de laurel, un diente de ajo, azúcar moreno y vinagre blanco



Ketchup:

- 1 Sudar la cebolla y la zanahoria en un cazo con aceite de oliva a fuego fuerte. Cuando esté blanda, añadir el tomate, la sal, la pimienta, el tomillo y el laurel, y cocer a fuego suave durante 30 minutos.
- 2 Pasar por el pasapuré hasta obtener una textura relativamente espesa. Si quedan grumos, emplear un colador.
- 3 Cocer dos cucharadas de vinagre blanco en un cazo con tres cucharadas de azúcar moreno durante 2-3 minutos.
- 4 Verter este jarabe sobre la salsa de tomate, y poner toda la mezcla a fuego fuerte durante unos minutos. Reservar en la nevera.

Mayonesa:

- 1 Batir la yema a temperatura ambiente en un bol y, sin parar de batir, verter poco a poco el aceite de girasol, mezclado previamente con el de oliva, hasta obtener la mayonesa.
- 2 Añadir un chorrito de vinagre de vino blanco y una pizca de sal y de pimienta.

INGREDIENTES:

30 g de yema de huevo, 100 g de aceite de girasol, 100 g de aceite de oliva, vinagre de vino blanco, sal y pimienta



Patatas:

- 1 Previamente lavadas, cortar las patatas en gajos regulares sin quitarles la piel.
- 2 Añadir la sal, la pimienta negra en grano, el tomillo, el ajo y abundante aceite, y mezclar con las manos para que la patata quede muy bien impregnada.
- 3 Asar en el horno las patatas a 180° C durante 20-30 min hasta que estén doradas.



INGREDIENTES:

4 patatas medianas, aceite de oliva, sal, pimienta negra en grano, tomillo y ajo



Diploma de **cocina**
española

Tradición y vanguardia

Programa especializado en las técnicas, recetas e ingredientes más característicos de la gastronomía española.

Próximos inicios de curso: 26 de agosto de 2013 y 1 de octubre de 2013



LE CORDON BLEU®

MADRID • ARTES CULINARIAS Y HOSTELERÍA
UNIVERSIDAD FRANCISCO DE VITORIA

Programas de alta cocina

Grand Diplôme®
Diploma de Cocina
Diploma de Cocina Española
Diploma de Pastelería
Certificados de Cocina y Pastelería

Cursos cortos

Cocina y pastelería
Especializados en el mundo del vino
Les Petits Cordons Bleus (para niños)



Reserva natural

Por Juan Manuel de Prada

Francisco

LA elección del Papa Francisco, envuelta en un gran torbellino mediático, ha propiciado la emergencia de una corriente “simpática” en sectores “progresistas” que no se habían recatado a la hora de mostrar animadversión y hostilidad a sus predecesores. Ni siquiera han faltado declaraciones especialmente miserables por parte de algunos miembros de la jerarquía eclesiástica, como el cardenal Roger Mahony o el que fuera maestro de ceremonias pontificias, Piero Marini, que saludan con alborozo la elección de Francisco y se regocijan con la renuncia de Benedicto XVI. Algunos de los “gestos” de Francisco habrían servido para alimentar esta esperanza “progresista” en una ansiada revolución o “despelote” que ponga patas arriba la Iglesia.

A esto los anglosajones lo llaman *wishful thinking*; y los españoles, más socarronamente, “el cuento de la lechera”. Consiste en hacer una proyección de los propios deseos sobre una realidad tozuda que se encarga de desmentirlos. El Papa Francisco, como cualquiera de sus predecesores, es un hombre

con “estilo” y carismas propios; y, como cualquiera de sus predecesores, arrastra una biografía que ha conformado su carácter y su sensibilidad. Con la pluralidad de carismas y la confluencia de sensibilidades diversas se ha enriquecido la Iglesia desde el instante mismo de su fundación (es difícil imaginar caracteres y sensibilidades más antípodas que los de san Pedro y san Pablo, por ejemplo); pero de ahí a pretender que esta diversidad de carismas y sensibilidades se traduzca en cambios en lo que afecta al depósito de la fe media hay una pirueta abracadabrante.

Lo más grotesco de esta corriente “simpática” (cada vez más defraudada, sin embargo) que el “progresismo” ha entablado con el Papa Francisco (o con un Papa Francisco reinventado a su medida) es que no encuentra refrendo en sus actuaciones y palabras, siempre apegadas a la más intachable ortodoxia. Francisco ha hablado sin ambages de la acción del demonio (con mayor insistencia que cualquiera de sus predecesores, por cierto); ha proclamado la historicidad de la Resurrección de Cristo; ha anunciado sin medias tintas su Segunda Venida; y todos sus improvisados sermones, que tienen un sabor aldeano y parroquial, abundan en cuestiones de fe y moral, desde la adhesión más inquebrantable al magisterio de la Iglesia. Como los entusiasmos “progresistas” no se comparacen en nada con las manifestaciones del nuevo Papa, he llegado a pensar que tal vez se fundasen en algún precedente que se me escapaba. Así que me he puesto a leer un libro recién editado por LibrosLibres *Papa Francisco. Cómo piensa el nuevo Pontífice*, en el que, des-

nudamente, se reúne una selección de sermones, discursos y otras comparecencias públicas del que fuera arzobispo de Buenos Aires, sin la consabida condimentación de *wishful thinking* que caracteriza a otras publicaciones más oportunistas o desquiciadas. La lectura, sumamente provechosa y recomendable, me ha confirmado lo que ya sospechaba: el Papa Francisco es un hombre de original pensamiento y expresión, con preocupaciones personales muy acusadas (la formación de catequistas y sacerdotes, el empeño por renovar las estructuras menos operantes de la Iglesia, la necesidad de restablecer los vínculos sociales, etc.), y en plena comunión con el magisterio milenario de la Iglesia.

Tal vez no le gusten los ornamentos solemnes; pero el Credo le gusta más que a los chivos la teta. Los “progresistas” pueden esperar sentados su ansiada revolución o “despelote”; pero, como son de natural inquieto, sospechamos que pronto los veremos echando espumarajos sobre Francisco, los mismos espumarajos con los que antes galardonaron a sus predecesores. 



El Papa es un hombre de original pensamiento y expresión, con preocupaciones personales muy acusadas, y en plena comunión con el magisterio milenario de la Iglesia

www.juanmanueldeprada.com

NUEVA GENERACIÓN FORD KUGA.

¿Un coche que coge tus llamadas, te lee tus mensajes, reproduce tu música y te guía por GPS? ¿Con un portón trasero que se abre automáticamente con un simple movimiento de pie? La nueva generación Ford Kuga: el todoterreno inteligente. Ahora con el revolucionario motor EcoBoost.

**EL VEHÍCULO
TODOINTELIGENTE**

NUEVO FORD **KUGA** ECOBOOST 150CV



Gama Ford Kuga EcoBoost consumo medio combinado 6,6 a 7,7 l/100km. Emisiones de CO2 de 154 a 179 g/km. Motor EcoBoost mejora hasta un 20% los consumos y emisiones frente a un motor gasolina convencional.



Go Further

ford.es

Banco Santander

ENTRE LOS MEJORES

Banco Santander, entre las marcas financieras más valoradas del mundo*

1^a

MARCA GLOBAL
EN RETAIL BANKING

3^a

MARCA
EN EUROPA

4^a

MARCA EN
LATINOAMÉRICA

6^a

MARCA GLOBAL

* Clasificación realizada por *Brand Finance* 2012 y basado en *Brand Value*, ofreciendo las percepciones de los inversores entre las marcas globales más valoradas.

 **Santander**
un banco para tus ideas

santander.com