



Una publicación de la oficina de Educación Pastoral y de Liderazgo Hispano (HPLE),
The Mennonite e Iglesia Menonita Hispana

Septiembre
2012

¡Bienvenidos al *Meno Acontecer* de Septiembre 2012!

Suscríbase gratis en:

menoacontecer@themennonite.org

Encuentre los números anteriores en:

www.MennoniteEducation.org/MenoA

¡Saludos en Cristo!

Uno de los asuntos preocupantes en este país es el estado en que se encuentra la educación pública. Y es un asunto bastante complejo pues tiene muchos factores que afectan la calidad de la educación y el desempeño de los estudiantes. Aquí no hay respeto por los maestros como lo había en nuestros países de origen, o tal vez aquí mismo muchos años atrás. La falta de respeto y la indisciplina son normales en las escuelas, tanto que las escuelas tienen policías para establecer el orden y hasta detectores de armas. Las pandillas reclutan y establecen sus territorios en las escuelas. El personal que todavía ama la enseñanza, vive en constante desasosiego por las cosas que suceden en sus escuelas. Es como si la maldad y la demencia de la sociedad gobernaran la institución.

Sí, el problema es bastante complejo y no tiene fácil solución, pues involucra desde aquellos que son legisladores y que nunca han sido maestros,



tratando de imponer sistemas a su parecer, hasta los estratos de la sociedad que viven en la pobreza y miseria económica, ya sea por falta de oportunidades o por caer cautivos de la drogadicción.

Una reforma a la educación pública es algo que de vez en cuando los políticos mencionan para sus campañas, pero solo la mención, no ayuda en absoluto para solucionar el problema de la brecha que existe entre los estudiantes de familias pudientes y los estudiantes de familias pobres. Las estadísticas muestran que un 50% de los estudiantes de escasos recursos económicos abandonan la escuela secundaria. Esto significa que jóvenes con escasa educación entran al campo laboral perpetuando el ciclo de pobreza. No sé usted..., pero yo no creo que Dios haya dado inteligencia a los más pudientes (léase ricos) y no a los desaventajados económicamente.

Es precisamente aquí, en medio de esta necesidad, donde la iglesia puede hacer algo por los jóvenes antes que caigan en el ciclo vicioso de la ignorancia y la miseria. No pensemos solamente en tener buenos cultos donde ellos participen y cultiven su vida espiritual, sino también veamos maneras de proveerles ayuda académica que les permita avanzar apropiadamente en sus estudios. ¿Hay maestros en función o retirados en su congregación? ¿Podrían ellos regalar para el Señor, unas horas de tutoría a los jovencitos que batallan con sus tareas y no tienen alguien en su familia que les pueda ayudar? ¿Qué requiere usted de sus hijos en cuanto a las tareas escolares? ¿Deben hacerlas antes de ir a jugar o compartir con amis-

tades? ¿Sabe usted, o puede usted probar que hicieron sus tareas antes de la entretención? Estas disciplinas también son bastante importantes en el desarrollo y formación de los hábitos de estudio cuando van creciendo. Si no hemos sabido sembrar, no pretendamos cosechar donde nada existe. Si usted logró su educación, anime a sus hijos a hacerlo mismo. Si usted no logró su educación, busque personas que ayuden a sus hijos en sus tareas, no los regañe, sino provea ayuda. Tampoco cometa el error de desanimarles y decirles que no tienen cabeza para el estudio, lo único que se requiere es dedicación, todo el que persevera llega a la meta. El desánimo es amigo del fracaso y la desidia acompaña a ambos.

Cuéntenos que está haciendo su iglesia para ayudar a sus jóvenes a salir adelante en esta perdida sociedad.

Hasta la próxima ... ¡Bendiciones!

RB por el equipo de HPLE

¿Tiene algo de su congregación, para compartir con los lectores de esta publicación? ¿Tiene proyectos que requieren oración? ¿Cuáles son sus peticiones? Envíenos un correo electrónico, o denos una llamada telefónica, déjenos un mensaje en: menoacontecer@themennonite.org

Oficina de Educación Pastoral y del Liderazgo Hispano (HPLE) sirviendo a la Iglesia Menonita. No dude en contactarnos. El teléfono de nuestra oficina en Elkhart es el (574) 343-1315 Número gratuito para la denominación, en español es el 1-877-665-6662. Mi email es rafaelb@mennoniteeducation.org

Por supuesto, si usted desea mayores detalles, puede entrar en nuestro sitio web www.MennoniteEducation.org y presionar la barra azul que dice "En Español"

Rogamos sus oraciones por el trabajo que Dios ha puesto en nuestras manos, ¡Gracias!

Consideración importante

Al considerar la Universidad a la cual asistirán sus hijos, o ustedes jóvenes al considerar la escuela, usualmente miran varios aspectos que difieren según donde estemos, pero mayormente concordamos en el aspecto dinero ¿Cuál es el costo? Sin embargo, hay otro aspecto que aunque relacionado con el costo, no se le da la importancia que realmente tiene, este es ¿de qué maneras esa institución educativa influenciará en la mente y el futuro de estos jóvenes? La realidad es que esta

simple decisión afectará el resto de la vida de ese joven, no solo su carrera, sino con quien se casará y que relación tendrá con su iglesia mientras estudia y después en su futuro. Al elegir una escuela estás eligiendo tu futuro. Si la fe y la vida de comunidad de fe, es algo importante para tu vida, considera seriamente las escuelas menonitas, son la mejor alternativa.

Contacta directamente a las instituciones menonitas listadas más abajo. O si lo prefieres puedes llamarnos a la oficina de Educación Pastoral y de Liderazgo Hispano (HPLE) en la Agencia Menonita de Educación (MEA).

www.MennoniteEducation.org Tel. (574) 642-3164 ó gratis al 1(800)877-665-6662.

Bethel College

Teléfono: 800-522-1887

Bluffton University

Teléfono: 800-488-3257

Eastern Mennonite University

Teléfono: 800-368-2665

Goshen College

Teléfono: 800-348-7422

Hesston College

Teléfono: 866-437-7866



Evento de golf pro-fondos para HPLE

Es el año número 27 de este evento anual de golf que se realiza en el área de Goshen, IN. Aquí, un numeroso grupo de amantes de este deporte se reúnen en un torneo amistoso con el propósito de generar algunos fondos para los grupos raciales étnicos de la Iglesia Menonita de los Estados Unidos. Nuestra oficina de HPLE por su sigla en inglés, Educación Pastoral y de Liderazgo Hispano, se beneficia en parte por dicho evento. Por muchos años Timothy Burkholder y un buen grupo de edu-

cadores y profesionales cooperan para que el evento sea todo un éxito. Este último evento realizado en una preciosa mañana el día 18 de agosto, reunió a 43 participantes, varios de ellos profesores de la universidad de Goshen, y terminó con una barbacoa preparada y servida en el lugar. Su servidor al igual que en años anteriores estuvo presente para ayudar en la logística y hablar brevemente de nuestros programas de IBA y SeBAH; esta vez me acompañó el pastor David Araujo. Agradecemos a Tim y a los participantes por su apoyo a la educación teológica de los menonitas hispanos. Las fotos muestran la mesa con los premios a entregar y gran parte de los participantes. *[Foto tomadas por Tim Burkholder]*



IMBP Goshen, nuevo pastor

La Iglesia Menonita del Buen Pastor (IMBP) en Goshen, IN, llevó a cabo la instalación de su nuevo pastor, el hermano David Araujo. La ceremonia se realizó el pasado domingo 26 de agosto con una asistencia de más de cien personas; muchos de ellos visitantes para esta ocasión.

En medio de un precioso ambiente de alabanza, el mensaje traído por el pastor Araujo versó sobre



el ejemplo de Jesús el buen pastor y su visión del cuidado pastoral, que es lo que él mismo desea hacer en su ministerio.

Después de varios años de transición, esta congregación ve respondida su oración con la venida de este pastor, quien no es desconocido para la comunidad de fe, pues él cursó sus estudios teológicos en el programa de Ministerios Hispanos en Goshen College, en la década de los noventas. La ceremonia de instalación fue formalizada por el ministro de la Conferencia IN-MI, Dan Miller asistido por el hermano Ángel Luis Miranda. Seguidamente la congregación y sus invitados disfrutaron de un delicioso almuerzo preparado por las familias de la congregación. En la foto aparece de izquierda a derecha Ángel Luis Miranda, Dan Miller, el pastor David Araujo y su esposa Sonia, durante su instalación. *(Foto por Tito Guedea)*

Asamblea Bienal de IMH

Con una temperatura sobre los 100 F, Dallas, TX, dio literalmente una “calurosa” bienvenida a los asistentes a la 6ta asamblea bienal de la Iglesia Menonita Hispana (IMH). El evento tuvo lugar los días 2-4 de agosto, 2012, en las instalaciones de la Iglesia “Luz del Evangelio.” La personal y esmerada atención del pastor de esta iglesia, Juan Limones y un buen grupo de colaboradores, hicieron muy placentera la estadía de todos los participantes. Así mismo, se apreció la coordinación local por la hna. Sandra Martínez-Montes y el ministro de la Conferencia del Distrito Oeste, Gilberto Flores.

La asamblea contó con la presencia de toda la Junta de directores representando todas las áreas de la nación, sin embargo hubo una escasa presencia de pastores y delegados, tanto nacionales como locales, al punto que esta asamblea tuvo más delegados fraternales y/o representantes de la denominación, sus agencias y CCM, que delegados oficiales.

El director ejecutivo de MCUSA, Ervin Stutzman, y la moderadora electa, Elisabeth Soto, tuvieron una participación activa durante estas reuniones, e hicieron una presentación sobre el “Plan con Propósito” a trabajarse en cada iglesia local de los Estados Unidos. Así mismo el hermano Glen Guyton, director ejecutivo asociado para Finanzas y Planificación de Convención, compartió sobre los preparativos para Phoenix 2013, notando que aquella asamblea, por su enfoque, “será muy diferente a las anteriores... se desea hacer un im-



pacto en la ciudad con todos los participantes ,... habrá momentos/tiempos en que no habrá otra cosa, sino asuntos inmigratorios y antirracistas,” dijo Guyton.

Iris DeLeon-Hartshorne, directora para el Establecimiento de Paz Transformadora, y Saulo Padilla, coordinador de Educación para la Inmigración del CCM, hicieron saber importantes asuntos concernientes a la inmigración, tal como un “Plan de cooperación de dos años” entre CCM y MCUSA, también anunciaron un plan especial con los jóvenes indocumentados para ayudarles con su solicitud a la ley del “Plan Diferido” anunciado por el presidente Obama.

Concluyendo este tiempo de presentaciones, la hermana Elisabeth Soto, informó que en solidaridad con los hispanos que no pueden ir a la Convención, ella no irá a Phoenix, sino solo para el momento de recibir su instalación como nueva moderadora. Agregó que, lo hará por tierra, en forma de peregrinaje, ocupando varios días para llegar y parando en el camino en varios lugares/iglesias que realizarán actos simbólicos a su paso.

Al finalizar la presentación de estos líderes, el moderador saliente, Juan Montes, llamó a los participantes de la asamblea a rodearles y a orar por ellos, y por el trabajo que hacen en favor de toda la denominación y sus grupos constituyentes. Tal sugerencia fue confirmada por Juanita Núñez, ex-moderadora de la IMH, quien con bellas palabras, reconoció el trabajo de Elisabeth Soto y le felicitó por su valerosa decisión. Estas acciones desataron unos momentos altamente emotivos al ser rodeados por los participantes con imposición de manos y en oración, por sus vidas y el trabajo que todos estos líderes hacen para el bien de toda la Iglesia Menonita USA. El resultado fue una preciosa obra de reconciliación, un hecho histórico en las relaciones como grupo constituyente. Fueron momentos maravillosos muy apreciados por todos los asistentes.

Por su parte la hermana Paula Killough, representando a la Red de Misión Menonita, comentó emocionada refiriéndose a la experiencia del día anterior, diciendo, [esto] “contribuye a la unidad de la iglesia... ayer experimenté un milagro de Dios”. Además agregó, “apreciamos mucho el trabajo que hacemos juntos [MMN] con la IMH”.

Los cultos de alabanza de ambas noches tuvieron una buena asistencia de la iglesia local, así

Sitios Hispanos Menonitas en el Internet

¡Facilitando la interconexión menonita hispana!
Incluimos las direcciones y enlaces electrónicos de sitio en la red, blogs y Facebook, de iglesias e instituciones menonitas hispanas de Estados Unidos, Puerto Rico, Canadá y otros lugares del mundo. Si su iglesia tiene sitio en el web, y no está aquí, por favor háganos llegar la dirección para incluirla en este listado. Esto nos ayudará a todos. ¡Exploremos lo que nuestros hermanos tienen para ofrecer!

En los Estados Unidos:

Academia Menonita Betania
www.academiamenonitabetania.com

CCM Damascus Road
<http://PanParaElCamino.wordpress.com>

Comunidad Cristiana Vida Abundante
www.vidaabu.com

Café de Tercera Alternativa
www.menonitas.net

Equipos Cristianos para la Paz
<http://www.cpt.org/es/>

Fundación Abrazando la Niñez
www.abrazando.org

Iglesia Alfa y Omega
www.iglesiaalfayomega.com

Iglesia Luz del Evangelio
www.iglesialuzdelevangelio.com

Iglesia Manantial de Vida.
www.iglesiaevangelicamenonita.org

Igl. Menonita de New Holland
Jesucristo es el Señor
www.imjees.org

Iglesia Menonita Betania
www.iglesiamenonitabetania.com

Iniciativa Menonita Hispana
<http://www.organicchurchtoday.com/profile/MarvinLorenzana>

Misiones menonitas en Puerto Rico
www.misionesmenonita.com
<http://misionesmenonitasdepuertorico.blogspot.com/>

Norristown Nueva Vida
www.norristownnewlife.com

Sonido de Alabanza
www.sonidodealabanza.com

Enlaces:

MC USA noticias en español
<http://mennoniteusa.org/on-the-way/>

Para libros
<http://astore.amazon.com/menonitas-20>

Facebook:

Iglesia Menonita Unida de Avivamiento/United Revival Menonite Church, Brooklyn, NY
Iglesia Menonita del Buen Pastor, Goshen, IN

En Latinoamérica:

Agrupación Menonita Latinoamericana de Comunicaciones
www.amlac.org.ar con noticias frescas de toda Latinoamérica

Centro Evangélico Menonita de Teología Asunción
<http://www.cemta.org.py>

Enfoque Cristiano, desde Uruguay
<http://enfocoque.virtualave.net>

Iglesias Hermanos Menonitas de Colombia
www.HermanosMenonitasdeColombia.com

Iglesia Torre Fuerte Hermanos Menonitas
www.TorreFuerteHM.com

En España:

Menonitas en España
www.menonitas.org

Este sitio de las iglesias de España coordinado por Dionisio Byler, tiene unas secciones muy útiles de lecturas, meditaciones, libros y textos. Aquí hay excelentes recursos para estudio

también aprovecharon los talleres presentados por los hermanos Gilberto Flores, Samuel López y Juan Montes, sobre los temas de Desafío Intergeneracional, Gobierno Eclesial y, Desafíos de la Iglesia Inmigrante, respectivamente. Los jóvenes, casi en su totalidad de la iglesia local, participaron los dos días, de un programa especial llamado “Juventud, tecnología y su mensaje”, preparado y entregado por el pastor David Maldonado y los hermanos Milton Donato y Cristian Aleman, de Fort Myers, FL.

Al finalizar la asamblea el moderador entrante, hermano Samuel López nos comentó, “creo que la asamblea fue muy positiva y llena de entusiasmo... los servicios de adoración a Dios fueron también muy significativos y llenos de bendición. Confío en que Dios nos ayudará en los retos del futuro, que tendrán que ver como fortalecer la identidad de las congregaciones Menonitas Hispánicas y como ser una voz profética en medio de una iglesia y sociedad cambiante, especialmente lo que tiene que ver con los diferentes entendimientos y prácticas de la sexualidad humana. El asunto de inmigración continuará como un tema de desafío para nuestra iglesia”. Continuando con sus impresiones, el hno. López agregó, “como signos de esperanza vemos el liderato de Elisabeth Soto como nueva moderadora de la MC USA en el período del 2013-2015, y el hno. David Maldonado, nuevo moderador electo de la IMH. También el programa de Desarrollo Congregacional de la IMH se ve como un signo de esperanza. Finalmente, mi llamado es que como iglesia de Cristo unamos nuestros esfuerzos en una visión de sanidad y esperanza para todos, y tomados de la mano corramos hasta llegar juntos a la meta que Dios nos ha puesto”.

Algunos comentarios recogidos de parte de los asistentes, apreciaron mucho la presencia de los líderes nacionales de MC USA, y lamentaron la escasa asistencia tanto de líderes locales como de líderes y delegados nacionales.

Así mismo se mencionó la debilidad en la organización del evento, y se pidió para la próxima asamblea un mejor uso del tiempo, con más contenido teológico/educativo que administrativo y mejor logística, entre otras. Indudablemente la Junta de IMH tiene una ardua tarea ante ellos, por lo cual piden un mejor apoyo de las congregaciones constituyentes.

Un muy animado culto de clausura, culminó con una oración especial y unción para los jóvenes de

la iglesia. Las gráficas muestran diversos aspectos de esta última asamblea bienal.

Convención Nacional Menonita en México

La Convención Nacional de la Iglesia Anabautista Menonita Unida de México, se reunió en su tercera asamblea nacional los días 2 al 5 de agosto. Contó con una asistencia de casi 120 personas, el lugar fue Matamoros, Tamaulipas, y tuvo como orador principal al hermano Ricardo Esquivia desde Colombia. Para ver el interesante reportaje completo, preparado por su moderador hermano Rodrigo De Avila, sírvase pulsar este enlace PDF.

Reflexión pastoral

Por José Luis Suárez

Maduramos cuando cambiamos (2º de 2)

En el artículo anterior escribí acerca de los cambios, su importancia en la vida humana, las dificultades para cambiar y la necesidad de percibir los cambios como procesos en lugar de un acontecimiento puntual que ocurre una vez para siempre. En esta segunda parte, me gustaría desarrollar algunos elementos que favorecen los cambios en nuestras vidas.

Mi inspiración viene de tres relatos bíblicos donde encontramos realidades muy diferentes pero que tienen mucho en común. En los tres textos encontramos los ingredientes fundamentales para todo cambio.

El primer texto de referencia lo encontramos en Génesis 12:1-20, donde se nos narra la llamada de Dios a Abraham a dejar el mundo en que vivía para ir a una nueva tierra que Dios tenía preparada para él y los suyos.

El segundo relato empieza en Éxodo, capítulo 4. Es el encuentro de Moisés con Dios en el monte de Horeb, donde Moisés recibe la llamada de guiar el pueblo de Dios de la esclavitud a la tierra prometida. El relato termina con la conquista de Jericó, ya en Josué, capítulo 6.

El tercer relato lo encontramos en Filipenses 3:4-16. En este texto el apóstol Pablo da testimonio de su fe en Cristo, fe que no se queda anclada en el pasado sino que se aventura hacia el futuro, olvidándose de lo que deja atrás, mirando hacia la meta final.

Estos tres relatos tienen algunas realidades en común: Voz interior. Elección. Prioridades. Ruptura con el pasado. Apertura a lo nuevo. Imprevi-

tos. Aventura. Desafíos. Inseguridades. Miedos. Un precio a pagar.

Un elemento fundamental que se da en los tres relatos, aunque expresado de forma diferente, lo encontramos en la llamada de Dios a Abraham: «Te bendeciré y serás de bendición». En todo cambio el primer beneficiario es la persona que se aventura al cambio, pero para que sea un cambio auténtico y genuino, siempre debe ser de bendición también para los demás.

Ni en el artículo anterior ni en este, se encontrará una definición de lo que es el cambio; es demasiado complejo, demasiado variable para ser recogido con una definición. Prefiero señalar los rasgos esenciales del cambio, los componentes que a mi juicio son fundamentales y característicos del cambio.

Elementos que favorecen los cambios:

1. Todo empieza por una llamada

Todo cambio tiene su origen en una convicción personal y profunda de que la hora del cambio ha llegado. Para el creyente esta llamada llega desde la fe. Todo cambio empieza cuando la persona toma conciencia que una nueva etapa en la vida debe empezar, que por muy bonito que haya sido el pasado ya no se puede quedar donde está.

Esa voz interior es misteriosa porque no se ve, no da muchos detalles del camino a seguir. Muchas veces la voz es ilógica. Pero la persona intuye que hay que responder y obedecer.

Los griegos tenían dos formas de entender el tiempo, el *chronos* entendido como tiempo lineal, el tiempo del reloj, el tiempo que se mide; y el *kairos*, el momento justo, oportuno, adecuado, aquel que cuando llega, hay que tomar una decisión.

Esta hora *kairos* los escritores bíblicos la describen como la hora de Dios, la hora de actuar. Es la hora que menciona Mateo 26:45: «He aquí ha llegado la hora». Es el momento clave cuando Jesús será entregado por Judas a los líderes religiosos de su tiempo.

La llamada al cambio siempre llega cuando la persona está preparada. En su momento. Ni antes ni después. Un proverbio asiático dice: «Cuando el alumno está preparado, aparece el maestro».

2. Elección

Todo cambio exige una elección. La mayoría de las veces cuando nos encontramos ante la decisión de cambiar, nos gustaría quedarnos con lo antiguo y también lo nuevo; pero eso no es posible. De intentarlo, nos puede pasar como aquel cazador

que decidió perseguir dos liebres al mismo tiempo y terminó sin poder cazar ninguna. La metáfora del encuentro de dos caminos cuando hacemos senderismo, nos enseña que no se puede seguir dos caminos al tiempo. Hay que elegir uno. Esto ya lo dijo Jesús: «No se puede servir a dos señores al mismo tiempo». La elección es la preparación para el cambio.

La persona que elige debe siempre recordar que la decisión la tomó ella y no los demás. Su destino dependerá de las decisiones tomadas personalmente a lo largo de la vida.

Al elegir, creamos las circunstancias favorables que permitirán que lleguen los cambios.

3. Ruptura

El «Vete de tu tierra» que escuchó Abraham, hace parte del cambio. La elección exige una ruptura con el pasado. No puede haber cambio sin ruptura y la ruptura es dolorosa. No es gratuita. El niño al nacer rompe el vínculo primario con la madre y esto produce lloro, sufrimiento; pero es el precio a pagar por nacer a la vida. Los cambios no vienen por sí solos. El aferrarse al pasado impide ver lo que hay en el presente.

La ruptura implica que hay prioridades en la vida. Descubrir donde tiene uno que gastar sus energías es fundamental en esta etapa.

La ruptura siempre es correr un riesgo. Correr riesgos ha sido a través de la historia la base del progreso. El cambio auténtico siempre es doloroso e incierto.

Cuando se da una ruptura se pasa por un periodo de inestabilidad. Se tiene la sensación de estar pisando un terreno pantanoso. El caminar se realiza con muchos esfuerzos, porque se está construyendo un mundo diferente al antiguo, donde todo es nuevo y por ser nuevo se camina lentamente y con incertidumbres.

En toda ruptura se pasa por distintas fases emocionales, porque ciertos cambios no se suelen asimilar fácilmente y a menudo se duda de haber tomado la buena decisión. Incluso pueden llegar momentos en los que se piensa tirar la toalla. Esto le ocurrió al pueblo de Israel varias veces en su camino hacia la tierra prometida.

4. Imprevistos

Conocemos el punto de partida pero no podemos adivinar el futuro. A todos nos gustaría saber de antemano lo que nos espera, pero no existe un manual que dé respuesta a la mayor parte de preguntas que nos hacemos sobre la marcha. Son normales los altibajos emocionales

cuando las cosas van más despacio de lo que pensábamos o no salen como habíamos previsto. Estos imprevistos nos pueden llevar incluso a no volver nunca más a ser la misma persona.

Todo cambio es una aventura, ya que no sabemos por adelantado dónde nos conducirá. Esto hace que nos sintamos incómodos. Nos gustaría poder tener bien seguro adónde nos lleva el cambio.

Todo cambio es un misterio. No podemos controlar lo que acontece. La única opción válida y sabia, una vez se ha decidido cambiar, es estar abiertos a lo desconocido, a la sorpresa, al milagro, sabiendo que escogimos lo que entendimos como lo mejor para nuestra vida... y confiamos que así sea.

5. La meta siempre está por llegar

Ninguna decisión es para siempre. Cuanto más cambia uno, más se da cuenta de lo que falta por cambiar. Todo cambio es pasajero. Siempre quedan montañas por escalar.

6. Bendecidos para bendecir

Todo cambio es un desafío. Debemos percibirlo constantemente no como una amenaza, sino como una bendición.

No debemos entender el cambio como un poder utilitario. Lo único que nos otorga el cambio es ser bendecidos —vivir en mayor plenitud— y ser de bendición para otros.

La llamada que tenemos, es vivir el cambio como una oportunidad para madurar, crecer, aprender y ensanchar horizontes. Esto nos permitirá vivir el cambio no como un adversario, sino como un amigo.

Para poder ir más lejos

Algunas propuestas

1. Decide hacer algo que nunca has hecho. Hazlo sin valorarlo ni analizarlo, tan sólo por el placer de hacer algo nuevo.
2. Intenta hablar con una persona de otra cultura que la tuya. Hazlo sin otro propósito que el de descubrir su manera de entender la vida, sus luchas, sus esperanzas, sus valores...
3. Deja de luchar por detener los cambios en tu vida y alrededor tuyo. Permite que llegue aquello que tenga que llegar.
4. Da la bienvenida a todo cambio. Aunque no siempre te guste.
5. Mira el cambio como si fuera una puerta que se abre hacia una misión y una tarea por cumplir.
Y sólo cuando hayas alcanzado la cima de la montaña, comenzarás a escalar (Khalil Gibran).

Vivir es cambiar; y para perfeccionarse es necesario haber cambiado muchas veces (John Newman).

Lo único que permanece en esta vida es el propio cambio (Heráclito).

No siempre harás las elecciones correctas, pero si prestas atención, incluso tus errores—quizás sobre todo tus errores— te llevarán al siguiente escalón (Philip Goldberg).

Artículo tomado de “El Mensajero”, periódico mensual de Menonitas en España, junio 2011. José Luis Suarez escribe para Menonitas en España. Para muchos interesantes artículos visite: www.menonitas.org

Del Dr. Nuñez

AFECCIONES DIGESTIVAS: CONCLUSION

Por el Dr. Eliseo Nuñez Estrella



Estimado lector, con esta concluiremos este tema más arriba señalado, le recuerdo que nuestra finalidad es educar e informar y no suplir el diagnóstico médico. Permítame compartir este verso: *deseo que tú seas prosperado en todas las cosas, y que tengas salud, así como prospera tu alma.* (3ª Jn 1:2)

En la edición anterior decíamos que las **enzimas**, son necesarias para descomponer los alimentos en partículas muy pequeñas. Las enzimas se producen en unas glándulas muy pequeñas y se desplazan hasta la primera parte del intestino. Las más importantes son la *amilasa*, que desempeña un papel importante en la digestión de los carbohidratos, la *tripsina* que se encarga de digerir las proteínas y la *lipasa* que digiere las grasas.

El páncreas también produce **insulina** y glucagón, que son hormonas que ayudan a controlar y regular los niveles de azúcar en la sangre y a utilizar y almacenar la energía obtenida de los alimentos.

La glucosa es una fuente de energía para el cuerpo y su nivel se mantiene estable gracias a la insulina. Si el páncreas no funciona adecuadamente y no produce la insulina como debiera, se desarrolla una de las enfermedades más graves y complicadas que existen actualmente: la diabetes.

Los jugos digestivos son producidos por las células exocrinas del páncreas y las hormonas son producidas por las células endocrinas. Aproximada-



mente 95% de los cánceres del páncreas comienzan en células exocrinas. El 80% de los adultos obesos y el 50% de niños con exceso de peso, en especial las mujeres, tienen hígado graso o esteatosis hepática, problema muy delicado.

¿Sabía Ud. que?

- Un 25% de pacientes con hígado graso pueden terminar en un plazo de 10 años con una cirrosis hepática. Niños y adultos con obesidad se enfrentan a un gran problema: el hígado graso.

Datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), revelan que el 80% de los adultos y el 50% de los niños obesos padecen de esteatosis hepática no alcohólica, que puede convertirse en cirrosis o cáncer de hígado.

Esta enfermedad se caracteriza por la acumulación de ácidos grasos y triglicéridos en las células hepáticas (hepatocitos) y se asocia principalmente a la presencia de **Síndrome Metabólico, obesidad, diabetes, hipercolesterolemia e hipertrigliceridemia.**

Que tu medicina sea tu alimento, y que tu alimento sea tu medicina.

¡QUE DIOS TE BENDIGA!

Para preguntas, consejos, escribe:
drenuneze@msn.com No olvides visitar:
www.hnhsupplements.com/es

[El Dr. Núñez Estrella practicó medicina general y es especialista en medicina alternativa. Sirve como tutor de IBA en Apopka, FL.]

Las opiniones vertidas por los colaboradores en esta publicación no representan necesariamente la posición oficial de Meno Acontecer, The Mennonite, Inc., o la Iglesia Menonita Hispana o la Iglesia Menonita USA