

# AMOR y ALEGRÍA

La voz del Peregrino ®

Buenos Aires

Año 4 n. 43 (nueva serie) (Año 27 n. 316)

Febrero 2023

---

## Celebrar las alegrías de cada día

La importancia de dar agradecer y celebrar

Oswaldo Santagada



Los pastores de Belén y los magos de oriente se maravillaron ante Jesús, la estrella y los ángeles. Cuando nos asombramos, o nos maravillamos o nos llenamos de admiración, sentimos al mismo tiempo que tenemos una cualidad fantástica.

Hoy surgirá algún motivo para asombrarnos: éxitos de los demás, júbilo deportivo, dedicación a una causa justa, lectura inolvidable, amistad compartida, comida preparada con amor, un momento de oración que nos deja en paz.

Cada día sucede algo maravilloso; cuando los nubarrones cubren el cielo las flores siguen en sus tallos. Detengámonos un rato para saborear las “pequeñas” alegrías. Sigamos hasta el final la admiración: en eso pequeño Dios nos habla.

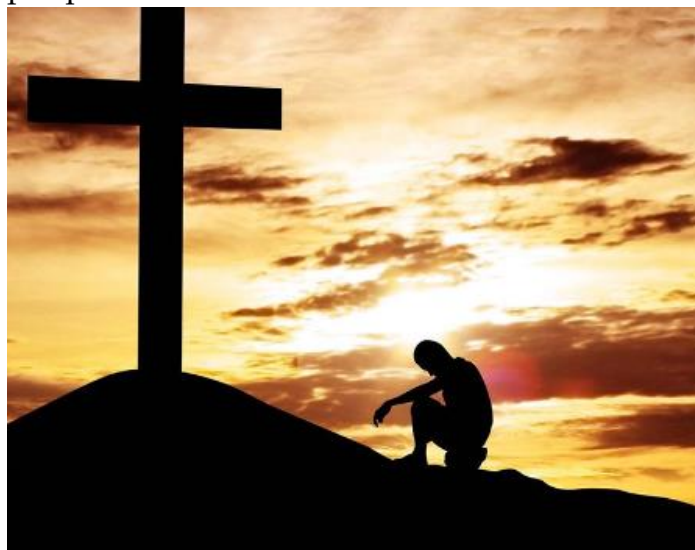
# ¿Vivimos como cristianos maduros?

## Claves para fortalecer nuestras vidas

Mons. Osvaldo Santagada

La conversión o cambio de vida es una necesidad universal. Todos los hombres, cerca de la mitad de su vida viven alguna experiencia que les cambia profundamente el rumbo. Es parte de la “biografía” personal.

El sacramento de la confesión debería llevarnos a una conversión de vida. La experiencia enseña que no ha sido así. Los cristianos se acercan a “confesarse” y no saben qué decir, o repiten fórmulas infantiles, o se acusan de “pecadillos”. Los católicos necesitamos formarnos sobre el sentido de la “conversión” evangélica, que se da en este sacramento. Jesús comenzó su predicación del Reino con esa invitación: “Conviértanse, porque el Reino está cerca”.



Las grandes preguntas de la reconciliación son: ¿qué me preocupa? ¿qué me impide avanzar? ¿mi fe impregna seriamente mi vida cotidiana? ¿cómo trato a mi familia y amigos? ¿qué papel desempeñan los que sufren en mi vida? Estas preguntas nos permitirían a cada uno hablar con cierta profundidad acerca de nuestra vida.

La fe cristiana no se reduce a un “código moral” de lo que se puede o no se puede hacer. La fe en Cristo es un itinerario para descubrir nuevos

“paisajes” de lo que significa ser “hombre”, más aún “persona humana”. Vivir de la fe significa que aceptamos ser peregrinos de un viaje hacia delante sin saber claramente cuál es el punto de llegada. Eso es el aspecto “misterioso” de la fe. Dios obra en nosotros y nos conduce a la plenitud. Si no aceptamos este itinerario de avance, lo único que logramos es retroceder.

Por eso, cuando no hablamos con franqueza de nuestra vocación o llamado cristiano, no crecemos ni maduramos. Confesarse para repetir “clichés” nos hace ir hacia atrás. Dios nos llama a la libertad, que sólo se consigue mediante el trabajo continuo de conversión. En eso consiste la santidad.

# Aprender a oír música junto a la familia

## Un hábito importante para este tiempo

Oswaldo Santagada

“La música calma a las fieras”. En la familia no hay fieras, pero es el lugar donde se descargan los nervios y uno se muestra como es. La vida fuera de la casa es difícil.

Hay que hacer que niños y adolescentes tengan una buena unión con la familia cuando sean adultos. Oír música o tocar música juntos suaviza los lazos en la familia. Porque la música sana las heridas y eleva el espíritu.

Hay estudios de ciencia que han probado lo que afirmo. Los adolescentes que están con sus auriculares pueden compartir su música con sus padres y hermanos. No deben ocultarse para oír música o canciones.

Algo óptimo es cantar los cantos de la Iglesia desde niños. Las abuelas harán bien en lograr que sus nietos oigan música y canten con ellas. Los padres que saben tocar la guitarra u otro instrumento, pueden hacer música desde que sus hijos son chicos. Incluso hay otros como el triángulo, las maracas y el bombo que dan el ritmo y les encantan a los niños.

Si se lleva en coche a los hijos a la escuela, se puede poner la estación de radio o el disco que a los adolescentes les gusta. No cuesta nada y creará una relación sana cuando lleguen a la madurez, después de los 25 años.



# ¿Me estoy confesando bien?

## Orientaciones para el Sacramento de la Reconciliación

Oswaldo Santagada

La confesión de los pecados es un medio de salvación instituido por Jesús. El otorgó poder a los Apóstoles para perdonar los pecados (ver Juan 20:19 -23 y Mateo 16:19. Una correcta confesión exige arrepentimiento, deseo de conversión y reparación del mal ocasionado. Recomendamos proceder así:



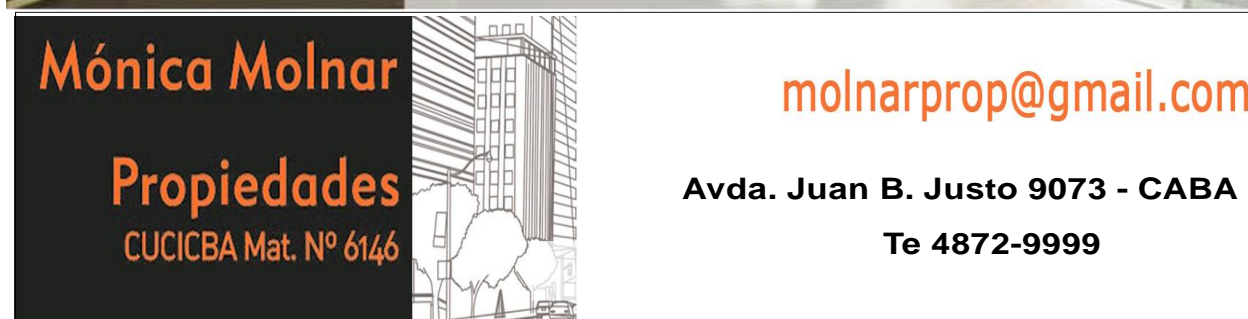
- 1.- Explica la Intención con la cual pecaste: es distinta una “mentira piadosa” que mentir para perjudicar a otro.
- 2.- No te justifiques del pecado cometido. Quien explica mucho y se justifica manifiesta que no esta sinceramente arrepentido.
- 3.- Cuenta problemas brevemente, si eso sirve para que el confesor entienda la situación. No cuentes enfermedades.
- 4.- Confiesa tus propios pecados. No confieses los de los demás ni siquiera de tus familiares.
- 5.- Los pecados cometidos en el pasado y ya confesados no hay que volverlos a confesar. Si te queda algún cargo de conciencia, necesitas aprender a confiar más en Dios.
- 6.- La confesión no se improvisa, requiere preparación: oración, reflexión, examen de conciencia y arrepentimiento antes de confesarse. No debe darse por casualidad. Ej. : “Pasaba por aquí y como no tengo nada que hacer, aprovecho que no hay nadie y me vengo a confesar”, o cuando dicen: “Vine a anotar una Misa y como el P. está “sentado sin hacer nada”, aproveché ...” Esas actitudes indican desinterés por el Sacramento.
- 7.- No pidas al confesor que “te haga preguntas”. El sacerdote no escarba tu conciencia, tu eres quien abres tu corazón.
- 8.- La confesión no se hace por costumbre, sino por necesidad de reconciliarse con Dios y con el prójimo. Si la conciencia funciona bien, nos aprueba cuando obramos honestamente y nos reprocha cuando hacemos lo malo. Los mandamientos de Dios y los preceptos de la Iglesia obligan a la conciencia recta.
- 9.- No todo lo que piensas es necesario decirlo en confesión. Tentaciones y pensamientos no son pecado, a no ser que se consientan. Es pecado llevar el pensamiento malo a la acción, o desear el mal (ej. envidiar, odiar, etc.).
- 10.- La confesión no quita la responsabilidad de reconciliarnos con el prójimo y reparar el daño ocasionado (ej. la calumnia).
- 11.- Hay faltas menores (p. veniales) que se presentan a Dios en el acto penitencial de la Misa o se perdonan por actos de caridad. Son faltas que no corresponden a materia grave y que no nos alejan de la amistad con Dios.

La voz del Peregrino (Amor y alegría) Dir.: Fernando O. Piñeiro  
Con las debidas licencias (censor: Mons Osvaldo Santagada)  
RPI 852.330 - Marca acta 2.089.777 Fundación Diakonía- sangabriel93@gmail. com  
Dios no se muda. comeventossangabriel.com FB: parroquia san Gabriel arcangel  
IGJ 2391 (1971) [www.lavozdelperegrino.com.ar](http://www.lavozdelperegrino.com.ar)



**ALVEAR**  
CONSTRUCCIONES

[www.construcciones-alvear.com](http://www.construcciones-alvear.com)



**Mónica Molnar**  
**Propiedades**  
CUCICBA Mat. N° 6146

[molnarprop@gmail.com](mailto:molnarprop@gmail.com)

**Avda. Juan B. Justo 9073 - CABA**  
**Te 4872-9999**



**Dr. Rodolfo Vacarezza**  
**Abogado**  
15-4991-8867

Especialista en:  
Asesoramiento de empresas  
Sucesiones en Italia y España  
Derecho Penal y Civil

ESMERALDA 950  
Torre Wework  
Piso 16 Of. 113  
CABA



*La Blanquita*  
*Pastas caseras únicas*

Av. Rivadavia 9569  
4683-0145  
(Villa Luro)



**Q · MANAGEMENT**  
CONSULTORES DE EMPRESAS

TEL: 4761-4251/2470  
CP 1604, Florida. Vicente López  
Av San Martín 3426, 3° Piso, Of 301



**OPTICA**  
Nueva Visión  
[nuevavisionweb.com.ar](http://nuevavisionweb.com.ar)

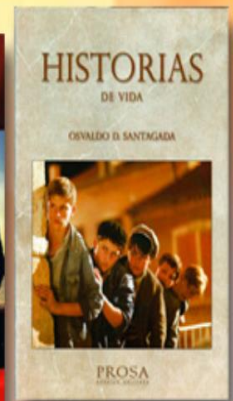
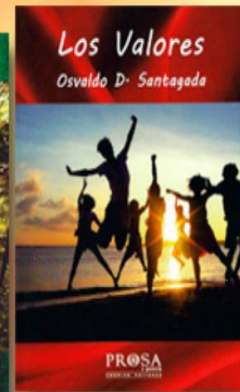
Servicios - Productos  
Accesorios

Montevideo 564  
4371-7631



COLECCIÓN GUÍA Y CONSEJO

LIBROS QUE  
INSPIRAN  
Y TRANSFORMAN



Pídalo: (011) 4682-2299 / [fundiakonia@gmail.com](mailto:fundiakonia@gmail.com)

**Dr. Gustavo Kohut, abogado**

Estudio jurídico: contratos, convenios, amparos, sucesiones  
Derecho civil, comercial y laboral

**4342:1409 - [abogkohut@gmail.com](mailto:abogkohut@gmail.com)**



**CASA ESCALADA**

Productos de ortopedia  
[www.casaescalada.com.ar](http://www.casaescalada.com.ar)

Av Rivadavia 9649  
(011)4683-4477

*Pastore y Asociados*  
Propiedades



Av Rivadavia 9614  
(011)4682-5632  
[pastoreyasociados.com.ar](http://pastoreyasociados.com.ar)

# ¿Cómo mantener el estado de ánimo del equipo?

## El desafío de gestionar las emociones

Fernando Piñeiro

Las presiones laborales y de la vida generan enojo, estrés, preocupación y tristeza en los colaboradores. Frente a esto, todo líder tiene un desafío importante: gestionar el estado de ánimo de su equipo sin dejar que afecten su eficacia.



### Equilibrar sus emociones primero

Es natural que los sentimientos de su equipo afecten a los suyos. Pero antes de reaccionar impulsivamente, debe estabilizar su estado de ánimo.

Despersonalice la forma en que recibe los comentarios negativos directos e indirectos de su equipo. Recuerde que sea lo que sea lo que sienta su equipo, ya sea que lo simpatice o no, le proporciona una valiosa información en su papel de liderazgo. Cuando se resista al

impulso inicial de añadir su juicio y excusas a estos datos, podrá responder con una estrategia mucho más eficaz para la resolución.

### Aceptar las situaciones para mejorarlas

Después de aceptar los comentarios de que su equipo sin juzgarlos a ellos ni juzgarse a uno mismo, puede abordarlos con la mente despejada.

Solicite más información y demuestre que se preocupa lo suficiente como para reconocerlo a su equipo. Busque que el equipo pueda manejarlo con sensibilidad, no con temor. No todo enojo tiene que considerarse algo malo.

De hecho, la ira que provoca daños físicos o emocionales a los demás es inaceptable. Ofrezca a los miembros de su equipo un espacio seguro para desahogarse sin vergüenza ni preocuparse por las represalias. Anímelos a que se asocien con usted para explorar nuevas soluciones que beneficien a todo el mundo.

## Miércoles de Ceniza Comienza el tiempo penitencial



“Aún antes de la introducción de la Cuaresma, los cristianos tuvieron la costumbre habitual de ayunar antes de Pascua: un día, dos, hasta una semana. Incluso cuando Cuaresma fue aceptada comúnmente, no todos los cuarenta días desde el primer domingo de Cuaresma hasta el Jueves Santo fueron considerados días de ayuno. En Roma, hacia fines del s. IV era usual un ayuno de tres semanas; e incluso cuando la gente comenzó a ayunar en todos los demás días de la Cuaresma, sin embargo, hacían una excepción los domingos: el día del Señor no se ayuna. Dado que la Cuaresma tiene seis domingos, entonces quedaban 34 días de ayuno que conducían al antiguo Triduo Pascual. Pero si el Viernes Santo y el Sábado Santo se contaban también, por ser días de ayuno, el total daba 36 días, es decir una décima parte del año. De este modo, como afirman Juan Casiano y Gregorio el Grande, cada uno pagaba a Dios el diezmo de un año.

Pero desde el s. VII comenzó a darse mucha importancia a la idea de que en la Cuaresma (como su nombre indica) debería haber cuarenta días. Así se hizo necesario, colocar 4 días en la semana que precede al primer domingo cuaresmal. Por ese motivo, el miércoles de ceniza llegó a ser el inicio de la Cuaresma.” (de J. A. JUNGSMANN S.I., *Missarum Solemnia*).