

People Are Born To Shine!

¡La gente ha nacido para brillar!

Un boletín enraizado en la fe cristiana creada para inspirar y apoyar a todas las personas, independientemente de su nacionalidad, raza y religión.



PADRES

Maneras poderosas para conectar con tus hijos

Puedes crear una relación más significativa y profunda con tus hijos.

¿Siente constantemente la necesidad de convertirse en un padre cuyos hijos sean felices, sanos, capaces y educados? ¿Estos pensamientos te preocupan a veces? El misterio de conectarse bien con tus hijos estás a punto de conocerlo.



No tiene sentido pensar que tus hijos vivirán para llenar tus expectativas. Déjalos ser quienes son y permíteles tomar sus pequeñas decisiones

Uno de los aspectos más importantes y satisfactorios de la paternidad es construir una excelente relación con su hijo. Establecer una relación temprana y profunda con sus hijos tendrá una impresión duradera en el amor que comparten entre sí. Es la influencia de este fuerte vínculo lo que ayuda a sus hijos a integrarse a la sociedad y, finalmente, a convertirse en persona exitosa.

La forma en que hoy día los padres participan en sus vidas profesionales (y las obligaciones que se derivan de ellos) agrava el sentimiento de desconexión con sus hijos. Además de eso, la toma de control del mundo por la tecnología emergente ha aumentado el efecto de esta desconexión. Por lo tanto, para evitar distracciones y separaciones constantes de sus hijos, necesita inculcar las virtudes de una crianza efectiva, que, por cierto, no son tan desalentadoras como podría pensar.

Los siguientes siete consejos te ayudarán a conectarte con tus hijos de una manera sorprendente.

En este número

Una causa importante de estrés

El estrés no es causado principalmente por personas o situaciones, sino por los propios pensamientos y acciones.

Muertes por accidentes de vehículos de motor

Más de 32,000 personas mueren y 2 millones resultan heridas cada año a causa de choques automovilísticos.

Insecticidas naturales de eficacia probada

Estas plantas chilenas pueden potencialmente usarse como pesticidas naturales para el control de plagas de insectos.

La marca de Dios

Dios nos rescata porque nos ama; luego nos equipa para compartir su amor con los demás.

www.najicherfanfoundation.org

CONECTAR continúa en la página 2

CONECTAR continúa de la página 1

EXTRACTOS REIMPRESOS CON PERMISO

Hable con ellos profusamente y escúchelos con cuidado.

Conversar y escuchar a sus hijos es la forma fundamental y pertinente de conectarse con ellos. Pero hay una recomendación: no te ayudará mucho si hablas y escuchas sin propósito. Necesitas involucrarlos contándoles cómo fue tu día y también preguntándoles sobre el de ellos. Es importante que escuches atentamente y recuerdes lo que te dicen para que puedas interactuar con ellos diariamente. Hacer preguntas interesantes es una buena idea, ya que provocará una sensación de curiosidad en ellos para saber y descubrir qué sucede a su alrededor. Intenta crear una historia atractiva cuando quieras contarles algo nuevo. Les ayudará a ambos a conectarse más fácilmente la próxima vez que tengan una conversación.

Encuentra formas de darles regalos.

Es obvio que los niños adoran los regalos. Los regalos allanan el camino para hacer una conexión con sus hijos. Hay ocasiones en las que estás fuera de la ciudad, tal vez con demasiada frecuencia, debido a compromisos profesionales. Mientras te vas, tus hijos te esperan ansiosamente con la esperanza de que puedas traer algo para ellos. Dar una pequeña muestra de sus viajes en forma de bolsas y cajas de regalo conecta con los hijos como nunca antes. No necesitas hacerlo extravagantemente. Hacerlo muestra cuánto pensaste de ellos mientras estabas lejos y cuánto significan para ti.

Motívalo.

Cada niño es único y dotado a su manera. Los padres son los primeros en conocer y comprender el talento y la singularidad de sus hijos. Pero es igualmente su deber pulir las habilidades de sus hijos. Los niños no son lo suficientemente maduros como para elegir su propio camino. Necesitan el apoyo de sus padres más que cualquier otra cosa. Por lo tanto, es importante alentar a los hijos tanto como pueda para que comprendan sus puntos fuertes. Su aliento les hace sentir capaces de hacer grandes cosas en la vida. También necesitan saber que estás de su lado. Alentarlos sin críticas, es una manera increíble de conectarse con sus hijos.

Prioriza tu tiempo con ellos.

Hay tantas cosas que debes hacer para que tu hogar funcione sin problemas. Todas estas tareas importantes a veces pueden hacer que sea difícil pasar tiempo de calidad con tus hijos. No puedes esperar una relación saludable con ellos si dedicas todo tu tiempo al trabajo y ellos pasan la mayor parte

con sus amigos. Para conectarse con ellos, debes esforzarse más para pasar más tiempo con tus hijos. Trata de levantarte de 15 a 20 minutos más temprano en la mañana y camine con ellos; Habla con ellos sobre salud y su estado físico. Por la noche, leerles un interesante cuento antes de acostarse.

Conectar con la naturaleza juntos.

Tomar un descanso de su rutina diaria para salir y conectarse con la naturaleza es una excelente manera de sentirse fresco. Su nivel de estrés disminuye, por lo que es un buen momento para conectarse con sus hijos. Estar afuera también ofrece opciones infinitas para actividades con tus hijos. Puedes jugar juegos, lanzar una pelota, ir a pasear en bicicleta, nadar, ir de excursión, acampar en el campo o jugar con tus mascotas.

Déjalos ser quienes son.

No tiene sentido pensar que tus hijos vivirán para llenar tus expectativas. Déjalos ser quienes son y permítalos tomar decisiones menores. Cargar a los hijos con tus expectativas solo hará que se sientan desconectados de ti. No todos los niños pueden sobresalir en los deportes, brillar en la escuela o, para el caso, comportarse perfectamente todo el tiempo. Los niños tienen sus propios puntos de vista que deben ser respetados. Si dejas de lado todas tus nociones y expectativas preconcebidas, será más fácil comprender su proceso de pensamiento. Esto finalmente te permitirá establecer una mejor conexión con tus hijos y también ayudará a aumentar la confianza de ellos.

Invítalos a tu mundo.

A veces los padres no encuentran un terreno común entre lo que quieren sus hijos y sus propios deseos sobre ellos. Si te encuentras sintiéndote de esta manera, invita a tus hijos a tu mundo y cuéntales cosas que disfrutas. Si estás dispuesto a mostrarles quién eres, entonces tal vez se abran y hagan lo mismo. También puedes llevarlos a tus espectáculos favoritos y eventos deportivos. Esto te ayudará a establecer una conexión más fuerte con ellos.

Crear un vínculo más significativo.

La crianza de los hijos pone muchas responsabilidades sobre nuestros hombros, pero no debemos ignorar sus gustos y aversiones. Constantemente necesitan nuestro apoyo, estímulo e interacción para crecer, desarrollarse y tener éxito. Todo depende de cómo nos conectamos con ellos y de cómo tratamos sus emociones.

Fuente: beliefnet.com.

Una causa importante de estrés

El estrés no es causado principalmente por personas o situaciones, sino por los propios pensamientos y acciones.

Tendemos a pensar en el estrés lo causan eventos externos, como problemas financieros, de relaciones, de salud, o por tener demasiado que hacer. Ciertamente, eventos como estos son desafiantes, pero no son la causa real de los sentimientos estresante.

EL ESTRÉS ES UN MENSAJE IMPORTANTE

El estrés es la forma en que tu ser interior te permite saber que está pensando en pensamientos o realizando acciones que no están alineadas con lo que más te interesa, o que estás tratando de controlar algo que no puedes controlar por ejemplo, cómo se siente la gente sobre ti o el resultado de algunos asuntos. El estrés también puede hacerte saber que algo en tu cuerpo está fuera de lugar. Es posible que estés tomando medicamentos o sustancias que afecten el cerebro y causen estrés, o que hayas ingerido alimentos, como el azúcar, que son procesados o están cargados de pesticidas que causan toxicidad cerebral, lo que le provoca el sentirse estresado.

Cuando operas desde tu ser afectado y tratas de controlar algo sobre lo que no tienes forma de hacerlo, tu estrés te hace saber que te estás golpeando la cabeza contra una pared en vez de aceptar la realidad. Lo opuesto al estrés, la paz interior, es el resultado de aceptar lo que es, aprender a cuidarnos de nosotros mismos frente a lo que es y practicar la gratitud por las grandes y pequeñas bendiciones en este increíble viaje de la vida, incluso frente a retos.

Y como muchos de nosotros hemos experimentado, la gratitud nos ofrece una forma libre de estrés para manifestar lo que queremos. Funciona mucho mejor que tratar de controlar a los demás y a los resultados, más allá del estrés.



Wallace Wattles, el autor de un libro de hace 110 años, “La ciencia de enriquecerse”, afirma que “El hombre [y la mujer] pueden estar en total armonía con Dios practicando una animada y sincera gratitud por las bendiciones que les otorga. La gratitud unifica la mente del hombre [y de la mujer] con la inteligencia de Dios, de modo que los pensamientos del hombre [y de la mujer] son recibidos por Él a través de un profundo y continuo sentimiento de gratitud”. Dice que cuando contemplas con frecuencia la imagen mental de lo que quieres, “junto con la fe inquebrantable y la gratitud devota”, pones en movimiento las fuerzas creativas de la manifestación.

Tu estrés te deja saber que estás haciendo lo opuesto: estás usando tus pensamientos para crear lo que no quieres y para tratar de controlar a los demás y a los resultados en lugar de co-crear con Dios.

El principal desafío aquí es tener fe en que todo esto es cierto. Es posible que sepas que esto es cierto desde la perspectiva de tu ser amoroso, pero es probable que tu ser herido no lo crea. Es muy fácil para el ser herido entrar con pensamientos de cosas malas que suceden, lo que te mueve fuera de la fe y la gratitud hacia el estrés. Es muy fácil para el yo herido enfocarse en cómo tratar de tener control sobre los demás y los resultados, lo que siempre creará estrés.

Es muy fácil para el yo herido recurrir a la comida chatarra y otras sustancias que desequilibran el cuerpo y causan estrés. ¡Incluso es fácil para el ser herido tratar de usar el trabajo interior y la gratitud para tratar de controlar a Dios! Es muy importante, al abrirte al aprendizaje y al avanzar hacia la gratitud, asegurarte de que tu intención sea amarte a ti mismo y a los demás, SIN NINGUNA OTRA AGENDA, en lugar de utilizar el trabajo interior como otra forma de intentar controlar a los demás y a los resultados.

Muertes por accidentes en vehículos de motor



Reducir las muertes por accidentes automovilísticos fue uno de los grandes logros de salud pública del siglo 20 para los EE. UU. Sin embargo, actualmente más de 32,000 personas mueren y dos millones se lesionan cada año en accidentes automovilísticos. En 2013, la tasa de muertes por accidentes en los Estados Unidos fue más del doble que el promedio de otros países de ingresos altos. El uso del cinturón de seguridad delantero fue menor que en la mayoría de los otros países de comparación. Una de cada tres muertes por accidentes en los EE. UU. involucró conducir ebrio o por exceso de velocidad. Las tasas de mortalidad más bajas en otros países de altos ingresos y un alto porcentaje de factores de riesgo en los Estados Unidos sugieren que podemos avanzar más en la reducción de las muertes por accidentes.

LOS CINTURONES DE SEGURIDAD SALVARON MÁS DE 12,500 VIDAS EN LOS ESTADOS UNIDOS EN 2013, PERO:

- En los EE. UU. uso del cinturón de seguridad está por debajo del promedio en comparación con otros países de ingresos altos.
- Cerca de la mitad de los conductores o pasajeros que murieron en accidentes en Estados Unidos no estaban sujetos por cinturones.

LOS CONDUCTORES Y PASAJEROS DEBEN:

- Usar el cinturón de seguridad en cada asiento en todos los viajes.
- Asegurarse de que los niños siempre estén correctamente sujetos en la parte trasera en asientos especiales para infantes, que sean apropiados para su edad, altura y peso.
- No conducir mientras esté afectado por el alcohol o las drogas; ayude a otros a hacer lo mismo.
- Obedecer los límites de velocidad.
- No conducir usando un teléfono celular o leyendo/enviando mensajes de texto.

La reducción de los principales factores de riesgo podría salvar miles de vidas y cientos de millones de dólares en costos médicos cada año.

Alrededor de 90 personas mueren cada día en Estados Unidos a causa de choques, lo que resulta en la tasa de mortalidad más alta si la comparamos con otros países*.

Las muertes por accidentes en los Estados Unidos cayeron solo un 31% en comparación con un promedio del 56% en otros 19 países de ingresos altos * entre 2000 y 2013.

Se podrían salvar más de 18,000 vidas cada año si las muertes por accidentes de Estados Unidos igualaran la tasa promedio de otros 19 países de ingresos altos*.

**Estos países son Australia, Austria, Bélgica, Canadá, Dinamarca, Finlandia, Francia, Alemania, Irlanda, Israel, Japón, Países Bajos, Nueva Zelanda, Noruega, Eslovenia, España, Suecia, Suiza y el Reino.

MEDIDAS PROBADAS

Incluso cuando se considera el tamaño de la población, las millas recorridas y la cantidad de vehículos registrados, los EE. UU. se clasificaron de manera deficiente en muertes por accidentes en relación con otros países de ingresos altos*. Algunos de los países con mejor desempeño:

Tener políticas que insistan en:

- El hacer cumplir las leyes sobre el uso de cinturones de seguridad en todos los asientos. La policía tiene la autoridad para detener un vehículo y levantar una boleta por cualquier persona que no esté usando el cinturón de seguridad.
- Los requisitos para asientos de automóvil acondicionados para niños menores de ocho años.
- Impedir se maneje con concentraciones máximas de alcohol en sangre (BAC). Estados Unidos, Canadá y el Reino Unido definen la conducción en estado de ebriedad como niveles de BAC en 0.08% o más; todos los demás países de comparación utilizan niveles más bajos de BAC (0.02-0.05%).

Utilice ingeniería avanzada y tecnología, como:

- La instalación de dispositivos especiales de encendido para todas las personas condenadas por conducir ebrios. Este dispositivo evita que el vehículo arranque, a menos que el conductor tenga un BAC por debajo de un límite preestablecido.
- La supervisión automatizada, por ejemplo, de velocidad y en cruces.
- El mejorar la seguridad de los vehículos y la infraestructura de transpo.

Implementar medidas probadas, tales como:

- El mayor uso de los puntos publicitados de control de sobriedad.
- El mantener y hacer cumplir la edad legal mínima para consumir alcohol.

Fuente: cdc.gov

Los insecticidas naturales han probado ser más efectivos que los sintéticos tóxicos



¿Por qué usar pesticidas comerciales perjudiciales para la salud humana y el medio ambiente cuando están disponibles pesticidas naturales más efectivos?

Un estudio publicado en la revista Industrial Crops and Products reveló que plantas nativas de Chile, como el canelo (*Drimys winteri*), el tabaco del diablo (*Lobelia tupa*), el huevil (*Vestia foetida*) y la violeta (*Viola portalesia*), pueden ser usadas como insecticidas naturales.

En el estudio, un equipo de investigadores probó la efectividad de las plantas como insecticidas naturales. El equipo de investigación utilizó los extractos y compuestos de esas plantas para probar su actividad insecticida contra el gorgojo de los graneros (*Sitophilus granarius*), una de las plagas más comunes y dañinas de los cereales almacenados.

Los resultados mostraron que los extractos de las plantas exhibían actividad insecticida contra el gorgojo del granero. Los extractos de canelo causaron la muerte del 87.5 por ciento de los insectos; mientras que los extractos de tabaco del diablo, el huevil y los extractos de violeta causaron la muerte del 80, 56 y 45 por ciento de los insectos, respectivamente.

El equipo de investigación también descubrió que los compuestos activos en el canelo eran poligodiales, drimenol y drimenina, mientras que el tabaco del diablo tiene lobelanidina como compuesto activo. Luego utilizaron estos compuestos para tratar los granos almacenados. Los resultados mostraron que estos compuestos purificados exhibían actividad insecticida contra el gorgojo de los graneros dependiendo de la dosis, siendo que el poligiroido ofrece la mayor protección.

Sobre la base de los hallazgos del estudio, el equipo de investigación concluyó que estas plantas chilenas pueden potencialmente usarse como

pesticidas naturales para el control de plagas de insectos.

LOS DAÑOS DE LOS PESTICIDAS COMERCIALES

Los pesticidas comerciales contienen sustancias tóxicas que están destinadas a matar malezas, insectos, hongos, roedores y otros seres vivos. Sin embargo, estos también son tóxicos para todo organismo vivo, incluidos los humanos. La exposición a estos pesticidas se ha asociado con muchos riesgos para la salud, que van desde toxicidad a corto plazo, como dolores de cabeza y náuseas, hasta toxicidad crónica que incluye cáncer, daño reproductivo y alteración endocrina. También pueden causar irritación y deterioro de nervios, piel y ojos, así como mareos, fatiga y envenenamiento sistémico, que pueden ser graves e incluso mortales.

TOXIC continúa en la página 6

*Beata Teresa de Calcuta,
permitiste que la sed de
amor por Jesús en la cruz
llegara ser una llama
viviente dentro de ti, y
así se convirtió en la luz de
Su amor a todos. Obtener
del corazón de Jesús
(aquí haga su solicitud).
Enséñame a permitir que
Jesús
penetre y posea
todo mi ser en forma tan
completa que mi vida,
también, pueda irradiar Su
luz
y amar a los demás, amén.
Inmaculado Corazón de
María,
causa de nuestra alegría,
reza por mí.
Beata Teresa de Calcuta,
reza por mí.*

Rincon de oración

-Misioneras de la Caridad

ESTRÉS continúa de la página 3

EL ESTRÉS ES TU AMIGO

El estrés es tu amigo porque te hace saber al instante que estás fuera de lugar en tu forma de pensar y/o de comportarte. En lugar de ignorar tu estrés o de apaciguarlo con adicciones, que en última instancia causarán más estrés, ¿por qué no hacer un trabajo interior y lo atiendes con un profundo deseo de encontrar qué está fuera de lugar?

Cuando realmente lo piensas, es extraño que nuestra sociedad se esfuerce tanto por deshacerse del estrés con medicamentos y adicciones, en lugar de aprender lo que está tratando de decirnos. Cuando realmente entiendes que el estrés es la forma en que tu cuerpo te dice que estás “fuera de lugar” (en la Biblia aramea original, el pecado se traduce como fuera de lugar) en tu forma de pensar y/o comportarte, prestarás atención a lo que estás haciendo para generarlo, en lugar de ignorarlo o tratar de deshacerte de él.

Fuente: ezinearticles.com

Únase a nosotros para noticias diarias y mensajes inspiradores!
¡Dale ‘me gusta’ a nuestra página de Facebook!



www.facebook.com/najicherfanfoundation

TOXIC continúa de la página 5

Los pesticidas también pueden afectar tierras agrícolas, ya que dañan especies de insectos beneficiosos, microorganismos del suelo y gusanos que naturalmente limitan las poblaciones de plagas y mantienen el suelo saludable. A medida que los pesticidas penetran en el suelo, también debilitan los sistemas de raíces de las plantas y los sistemas inmunológicos, al tiempo que disminuyen las cantidades de nutrientes esenciales para las plantas en el suelo, incluidos el nitrógeno y el fósforo.

Una forma de reducir la exposición a los pesticidas es comer productos orgánicos. A principios de este año, el Grupo de Trabajo del Medio Ambiente (EWG) publicó la lista más reciente de las frutas y verduras más sucias y de las más limpias disponibles en el mercado estadounidense. La “**Docena Sucia**” de los alimentos con la mayor cantidad de residuos de pesticidas en 2018 es:

Más del 98 por ciento de los primeros cuatro productos que figuran en la lista dieron positivo para al menos un residuo de pesticida. Además, las muestras de espinacas tenían casi el doble de residuos de pesticidas en comparación con otros cultivos. En total, el EWG encontró que casi el 70 por ciento de los productos no orgánicos contenía algún nivel de residuos de pesticidas.

El EWG también tiene una lista llamada los “Quince limpios”, que son frutas y verduras que tienen más probabilidades de tener la menor cantidad de residuos de pesticidas. Los quince limpios para 2018 son:

1. fresas
2. espinacas
3. nectarinas
4. manzanas
5. uvas
6. melocotones
7. cerezas
8. peras
9. tomates
10. apio
11. papas
12. pimientos dulces

1. aguacates
2. maíz dulce
3. piñas
4. col
5. cebollas
6. guisantes dulces congelados
7. papayas
8. espárragos
9. mangos
10. berenjena
11. melón gota de miel
12. kiwi
13. melón
14. coliflor
15. broccoli

Fuente: naturalnews.com

La marca de Dios

Te he librado del pecado y pondré prendas finas en ti.

—Zacarías 3:4



Recogiendo a los niños más pequeños, una mujer salió corriendo de la casa en llamas. Mientras corría, llamó en voz alta a Jacky, de cinco años. Pero Jacky no la siguió. En el exterior, un espectador reaccionó rápidamente, de pie sobre los hombros de un amigo, alcanzó la ventana del piso alto, sacó a Jacky a un lugar seguro, justo antes de que el techo se derrumbara. El pequeño Jacky, dijo que su madre, Susanna, que era “leña marcada” arrancada de la hoguera. Es posible que esa “marca” sea la mejor como dijo el ministro John Wesley (1703–1791).

Susanna Wesley estaba citando a Zacarías, un profeta que nos muestra una valiosa visión sobre el carácter de Dios. Al relatar una visión que tuvo, el profeta nos lleva a una escena de la corte donde Satanás está de pie junto a Josué, el sumo sacerdote (3: 1). Satanás acusa a Josué, pero el Señor reprende al diablo y dice: “¿No es esto una leña ardiente arrancada del fuego?” (v. 2). El Señor le dice a Josué: “Te he librado del pecado, y pondré vestiduras finas en ti” (v. 4).

Entonces el Señor le dio a Joshua este desafío, y oportunidad: “Si me obedeces y cumples mis requisitos, entonces gobernarás mi casa” (v. 7).

¡Qué imagen del don que recibimos de Dios a través de nuestra fe en Jesús! Nos arrebató del fuego, nos limpia y trabaja en nosotros mientras seguimos la guía de Su Espíritu. Podrías llamarnos “leña de Dios arrancada” del fuego.

Padre, te agradecemos por rescatarnos y por hacer que seamos merecedores de ti. Pedimos humildemente la guía de tu Espíritu mientras te servimos hoy.

Dios nos rescata porque nos ama; luego nos equipa para compartir Su amor con los demás.

VISIÓN:

Al final de su exilio en Babilonia (Jeremías 29:10), a los judíos se les permitió regresar a Jerusalén para reconstruir su templo (2 Crónicas 36: 22-23). Solo 50,000 regresaron (Esdras 2: 64–65), liderados por Zorobabel, su gobernador, y Josué, su sumo sacerdote (Hageo 1: 1). Debido a la oposición (Esdras 4: 1–5) y las dificultades económicas, junto con la baja moral y el letargo espiritual (Hageo 1: 2–11), la reconstrucción del templo se estancó durante veinte años (Esdras 4:24). Dios impulsó a dos profetas, Hageo y Zacarías, para alentar a los retornados a que se arrepintieran y completaran la reconstrucción del templo (6: 14–16). Zacarías era además de profeta (Esdras 5: 1; Zacarías 1: 1), sacerdote (Nehemías 12:16). A través de ocho visiones, Zacarías les recordó a los judíos que Dios es fiel, que restauraría y bendeciría a la nación (Zacarías 1: 7–6: 15).

Esta cuarta visión (3: 1–10) muestra una escena en la corte que involucra a Josué, el sumo sacerdote, que significa que Dios eliminará su culpa, los limpiará y los preparará para servirle (v. 1–5).

—K. T. Sim

Fuente: odb.org

¿Fomentarías los trabajos de la NCF?

La Fundación Nají Cherfan (NCF) fue fundada después del fallecimiento de Nají Cherfan. Nuestro principal objetivo es alabar al Señor a través del trabajo comunitario.

La fundación trabaja para mejorar la calidad de vida de los más pobres de todas las edades, tanto aquellos que están sanos y con problemas de salud, como aquellos con lesiones cerebrales de cualquier tipo, como resultado de accidentes, accidentes cerebrovasculares, etc., al tiempo que promueven valores.

Si le gusta el trabajo que hace NCF y desea participar, te invitamos a ser miembro de nuestro Consejo. El objetivo es compartir nuestra inspiración y actividades en su país.

Por favor contáctenos para más información al +961 (0) 4 522221.

info@najicherfanfoundation.org

¡Cita!

“A donde vayas iré, y donde te quedes me quedaré.”

—Rut 1:16

Cómo recuerdo a Naji...

(Extracto del libro de la paciencia virtual)

Naji estaba convencido de que un regreso a su vida anterior era posible. Fantaseaba con estar bien y oró por otro milagro, creyendo que un día se despertaría perfecto. Algunos días se imaginó someterse a una cirugía cerebral donde los médicos podían ir y reparar todo lo que estaba dañado. Podría usar su brazo izquierdo y sus piernas correrían en lugar de caminar lentamente de lado a lado en un movimiento de balanceo. Podía saborear el mar y sentir el aire en su rostro.

Moviéndose a gran velocidad, de repente se despertaba y se daba cuenta de que estaba viajando sólo en sus sueños. Su realidad era una mente que recordaba a la perfección y un cuerpo que no obedecía. Ahora, el deseo de lo que él consideraba normal tenía que basarse en su condición actual, no en sus habilidades anteriores.

Naji consideró su vida para los próximos diez años y formuló una idea de perfección. Para él, la perfección requería cooperación, motivación e influencia positiva. A medida que estos pensamientos pasaban por su mente, lentamente comenzó a desarrollar una nueva filosofía sobre la vida. Reconoció que la vida es un ciclo constante de dar y recibir, y es la participación en la vida lo que hace que valga la pena. Cuestionó el propósito de vivir y el papel del hombre desde el nacimiento hasta la muerte.

Manteniendo su buen humor, se volvió más atento a ciertos temas. Como resultado de la terapia intensiva, Naji Cherfan desafió a su mente y a su cuerpo de una manera que nunca habría considerado antes de la lesión.

Naji regresó a Grecia el 14 de junio de 1997. No había estado en su propia habitación ni en su casa durante casi diez meses y estaba en un estado de ansiedad. Antes del accidente, él recorría a toda velocidad las calles en automóvil o en motocicleta. Ahora, alguien lo tenía que llevar a todos los lugares a los que quería ir y requería ayuda para casi todos sus movimientos.

Aún así, Naji había progresado enormemente. Doctores

y amigos estaban asombrados y felices al verlo caminando, hablando y haciendo bromas. Todos lo alentaron en su lucha por volver a una vida funcional y trataron de comprender las dificultades que enfrentaba.

Antes del accidente, Naji estaba absorto en sí mismo y exigente. Ahora tenía mal humor y era temperamental. Esto era evidente cuando estaba muy cansado y no había dormido lo suficiente. El descanso era un factor importante en la recuperación de Naji porque su cerebro y su cuerpo simplemente no podían funcionar en sus niveles anteriores. No tenía paciencia y su comportamiento era similar al de un niño. Emocionalmente inmaduro antes de la lesión, ahora su comportamiento era incluso menos consistente y controlado. Gritaba a la gente por pequeños incidentes y demandaba atención inmediata de los que estaban a su alrededor.

A lo largo de este período de adaptación, los amigos de Naji fueron respetuosos y considerados con sus estados de ánimo y sus limitaciones. Sus amigos varones lo sacaron y lo trataron como a todos los demás. Sus cambios de humor no afectaron su capacidad para ser honesto o expresar su opinión.

Diplomático cuando quería algo, mantuvo su talento para la comunicación. Era encantador y convincente cuando tenía algo que ganar. Este era el Naji que regresó de Alemania, caminando lentamente pero con determinación. Ninguno de los cercanos a Naji había experimentado lo que él estaba pasando. Estaban orgullosos de lo que había logrado y le dijeron que debía sentirse orgulloso de sí mismo. Aun así, la frustración y la ira eran emociones que experimentaba a diario y, a menudo, se preguntaba si estaba bendecido o maldecido por estar vivo en esta condición.



People Are Born To Shine!

La gente ha nacido para brillar es la publicación electrónica bimestral de la Fundación Naji Cherfan (NCF) especializada en espiritualidad y salud. El objetivo de esta publicación es llamar la atención de nuestros lectores sobre los retos en salud y en prevención de enfermedades al tiempo que los motive a vivir una vida más plena siguiendo los valores cristianos. Esta página está dedicada a personas de todas las edades, a aquellos que están sanos y a aquellos con problemas de salud o que tienen lesiones cerebrales de cualquier tipo, por accidente físico o cerebral.

El contenido ha sido seleccionado con cuidado de fuentes confiables e informadas de internet que brinden noticias en salud y espiritualidad; sin embargo, la NCF no puede asumir ninguna responsabilidad por información imprecisa. La NCF reconoce el trabajo de sus voluntarios, en especial Marianne Debs, Me. Kamal Rahal, Me. Harold Alvarez, Zeina Constantine, Joyce Abou Jaoude, Reine Kassis, Marlene Nassrany, Diala Ghostine Nassrany, Dirna Rbeiz, Padre Joseph Abdel Sater, Padre Joseph Soueid, Reine Kassis, Nabil Khoury, Roland Khoury, Padre Joseph Abdel Safari, Padre Joseph Soueid, Reine Kassis, Nail Khoury, Padre Elia Chalhoub, Valeria de Proença, Europa y Christina Georgotas, Violette Nakhle y de todos los trabajadores voluntarios en el campo que apoyan a la NCF a difundir la palabra de Jesús a través de instituciones, iglesias, hospitales, etc.

Esta edición está disponible en árabe, alemán, español, inglés, italiano, francés, griego, holandés y portugués. La dirección y el equipo de la NCF están muy agradecidos por los esfuerzos de los editores que voluntariamente traducen y editan la publicación en varios idiomas: Isabelle Boghossian al griego, Cristina Buttler al portugués, Heike Meyer al alemán, Myriam Salibi y Rita Abou Jaoude al francés, la Profesora Lydia y el Embajador Alejandro Díaz al español, Roly Lakeman al holandés, Lina Rizkallah y Rita Abu Jaoude al árabe.

Para suscripciones gratis, anotarse a través de nuestra página www.najicherfanfoundation.org o llámenos al +961 (0) 4 522 221. Todo el material del sitio puede descargarse gratis.

Editor: Grupo CCM; Asesor Editorial: George C. Cherfan; Editor en Jefe: Kelley Nemitz; Diseño: Departamento Artístico del Grupo CCM, EUA y Rita Abou Jaoude. Con la aportación especial de Sana Cherfan y Kelley Nemitz.

© 2018. por la Fundación Naji Cherfan. Todos los derechos, incluyendo la publicación y distribución, están reservados.