

MATRIMONIO Valor al tiempo

LIDERAZGO ¿Cómo atravesar una crisis de liderazgo?

ADULTOS Mitos sobre adultos mayores

#175
JUNIO 2023

somosuno

Un mismo cuerpo, un solo ADN



Entrevista

"Que el Espíritu Santo se revele a nuestras generaciones"

Consejería

No muerdas el anzuelo, sé libre de las garras de la pornografía

En cada edición
4 NUEVOS
Estudios de Célula

¿Y si papá no está?



Somosuno Revista
de la Iglesia Centro
Familiar de Adoración®



7841301000022

LA FIGURA DE UN

padre

El papel de un padre en la crianza de los hijos es de suma importancia en el desarrollo de su salud mental y en la dinámica familiar. Tener una figura paterna presente y comprometida puede tener un impacto positivo en la vida de los niños, brindándoles estabilidad emocional, fortaleza y seguridad. Sin embargo, en ocasiones, la ausencia o falta de involucramiento del padre, puede generar conflictos que afectan tanto a los hijos como al funcionamiento de la familia en general.

P

or eso, en esta edición especial por el Día del Padre, exploraremos la influencia de la figura paterna en la salud mental de los niños y la familia, abordando cómo ejercer una paternidad sana y los pasos para sanar una paternidad ausente.

Además, examinaremos este tema desde una perspectiva psicológica y teológica, reconociendo el valor de ambas disciplinas para comprender y abordar esta importante área de la crianza:

- *La importancia de una paternidad sana*
- *La validación espiritual*
- *Desafíos ante una figura paterna ausente.*
- *Pasos para sanar una paternidad ausente*

¡Esperamos sea de mucha bendición para tu vida!

PASTORES PRINCIPALES

Emilio y Bethany Abreu

DIRECTOR

José Luis Heisecke

Dpto. ADMINISTRATIVO

Osvaldo Montorfano
Marian Alen

COMERCIAL

Mónica Mieres

COORDINACIÓN GENERAL

Andrea Medina

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

Deisy Sosa

DISEÑO DE TAPA

Laura Gayo

Imagen: DEPOSITPHOTOS

REDACTORES DE LA EDICIÓN

Pr. Renée Pereira
Pr. Luis Yegros
Pres. José Luis y Silvia Cinalli
Pr. Sixto Porras
Pr. Gerardo Méndez
Pra. Noemí Salazar
Pr. Marco Barriontos
Adrián Intrieri
André Fardel
Lic. Beatriz Gómez
Dra. Rebeca Viveros
Lujan Coronel
Andrea Medina
Francisco Cano

VISIÓN

Somos una editorial creativa que transforma vidas

MISIÓN

Instruir, motivar y desafiar a las personas a llevar un estilo de vida conforme a la Palabra de Dios

SOMOSUNO - REVISTA es propiedad intelectual de la Iglesia Centro Familiar de Adoración. Marca registrada de la I. C. F. A. ®2007. Oficina central: Olegario Andrade casi Soriano González, Bo. Herrera, As. Py.

Prohibida la reproducción parcial o total en cualquier medio, de cualquier texto/imagen publicada/o en SOMOSUNO sin previa autorización de CFA COMUNICACIONES, empresa editora.

SOMOSUNO no se responsabiliza de los productos o servicios publicados anunciados en ella, ni su publicación implica un endoso de la empresa editorial.

Si por alguna razón recibió su ejemplar en malas condiciones, déjenos saber y le restituiremos con una nueva.

(021)620-5000 Int.1014 | 1013 | 1091

• • • • •

Encontrá SOMOSUNO en:
Librería del Centro Familiar de Adoración (Av. España y Nuevo Templo)

**Tan compasivo es el Señor
con los que le temen
como lo es un padre
con sus hijos.**

Salmos 103:13

**20****NOTA DE TAPA**

¿Y si papá no está?

**6****MATRIMONIO**

Valor al tiempo ¿cuánto vale tu tiempo en familia?

**18****ADULTOS**

Mitos sobre adultos mayores

5**MENSAJE**

Tras la fe que sorprende a Dios

8**PADRES**

La pureza, algo que debemos incentivar en nuestros hijos

10**ENTREVISTA**

Que el Espíritu Santo se revele a nuestras generaciones

12**SANAMENTE**

¿Estancado en el trabajo?

14**REFLEXIÓN**

Abba, Padre

16**LIDERAZGO**

¿Cómo atravesar una crisis de liderazgo?

24**MUJER**

Mitos de la mujer triunfadora

26**CONSEJERÍA**

No muerdas el anzuelo, sé libre de las garras de la pornografía

28**SEPA MÁS**

Cinco razones básicas para congregarnos

30**INSPIRACIÓN**

Con el favor de Dios

32**MASCOTAS**

Agresividad en perros

34**NUTRICIÓN**

Frutas vs. Calorías

TRAS LA FE QUE sorprende a Dios

“... porque en verdad os digo que si tenéis fe como un grano de mostaza, diréis a este monte: “Pásate de aquí allá”, y se pasará; y nada os será imposible”

Mateo 17:20

EI deseo de Dios para su iglesia va mucho más allá de lo que ante los ojos del hombre son evidentes. Lo que Él desea no se trata de lo que podamos ver o imaginar, porque tiene preparado para nosotros cosas extraordinarias que están a nuestro alcance por medio de la fe.

No hay cosa alguna que nosotros, como iglesia de Cristo, no podamos alcanzar cuando ponemos en práctica lo que dice el Libro de **Mateo 17:20**. Si nuestra fe fuera simplemente del tamaño de un grano de mostaza seríamos capaces de hacer lo que Jesús mismo nos dijo: mover una montaña.

Dios no quiere que nos quedemos y conformemos con una pequeña fe, Él nos anima a que pasemos, de una pequeña o media fe a una gran fe. Esto significa que no debemos quedarnos quietos y conformarnos con lo que hemos logrado hasta ahora, debemos ver más allá de lo que está frente a nuestros ojos.

En **Mateo 7:24** encontramos la extraordinaria fe de la mujer sirofenicia, quien con su determinación y confianza en lo que Jesús podía hacer en su familia, lo sorprendió con su fe y lo movió en amor. Ella logró ver su milagro.

En ocasiones somos nosotros mismos quienes le ponemos límites a lo que podemos recibir del Señor cuando no tenemos la suficiente convicción de lo que Jesús puede hacer por nosotros; procuramos con nuestras fuerzas alcanzar las bendiciones, siendo que no es la manera de hacerlo.

¡Es tiempo de desafiarnos a nosotros mismos a tener una gran fe en Cristo! Así comenzaremos a ver cosas extraordinarias y lo que nos parecía imposible iserá posible en el nombre de Jesús!



Valor al tiempo

¿CUÁNTO VALE TU TIEMPO EN FAMILIA?

Un hombre y una mujer estuvieron casados por más de sesenta años. Ellos habían compartido todo en la vida y nunca se habían guardado secretos. Sin embargo, había una caja de zapatos guardada en el closet que la viejita quiso que su esposo respetara como un secreto de ella.



E

I nunca la presionó para saber qué había allí hasta que su mujer enfermó gravemente. El doctor les comunicó que ya no se recuperaría. El viejito, tratando de arreglar todas las cosas antes de que su esposa muriera, encontró la caja de zapatos y la llevó a la cama. Ella dijo que ya era tiempo de que conociera lo que había adentro. Cuando la abrió encontró dos muñecas de crochet y noventa y cinco mil dólares. Él, sorprendido, le preguntó sobre el contenido de la caja y su esposa le dijo:

"Cuando nos casamos, mi abuela me dijo que el secreto de un buen matrimonio era nunca discutir, me dijo que cada vez que me enojara contigo, yo debería guardar silencio y tejer una muñequita de crochet".

El viejito se tuvo que contener para no derramar unas lágrimas, ya que sólo había dos muñecas en la caja. Dedujo que ella se había enojado con él dos veces en todos esos años llenos de amor y entendimiento. Él estaba sumamente conmovido. "Escucha amor", le dijo el viejito. "Ya entendí lo de las muñecas... pero ¿y el dinero? ¿de dónde salió?". "Ah", le dijo la viejita, "ese dinero es lo que gané de todas las muñecas que vendí durante los sesenta años que llevo contigo".

En el matrimonio el amor debe traducirse en perdón y paciencia si queremos que la relación perdure en el tiempo. Dedica tiempo a tu trabajo y ministerio, hazlo con ahínco y esfuerzo, pero nunca a expensas de tu matrimonio. Tu primera responsabilidad es tu familia. El frenético ritmo que te impone la vida puede hacerte perder las relaciones más importantes.

Logra resultados, pero no a costa de tu propia salud. Las personas que postergan permanentemente a su familia, su propio estado de salud y aun su relación con Dios por amor al trabajo o al ministerio, se deterioran, desgastan y terminan arruinadas y autodestruídas. Acaban sus días solos y doblados por enfermedades provocadas por una vida alocada y sin sentido. Son personas con éxito profesional, pero signadas por el fracaso matrimonial y familiar. Tienen "reconocimiento", pero no logran la admiración o el respeto de sus propios hijos. Tienen "un nombre", pero sin afectos. Poseen mucho, pero nada perdurable. Tienen, pero no tienen.

Mira la agenda de tus próximos días; revisala. Seguramente encontrarás que está repleta de actividades legítimas, pero sin espacio para descansar y disfrutar, para mimarte y amar a tus seres queridos. Estás a tiempo de revertir eso.

**"EN EL MATRIMONIO
EL AMOR DEBE
TRADUCIRSE EN
PERDÓN Y PACIENCIA
SI QUEREMOS QUE LA
RELACIÓN PERDURE
EN EL TIEMPO."**

La pureza,

**ALGO QUE DEBEMOS DE INCENTIVAR
EN NUESTROS HIJOS**



Vivimos en una sociedad donde los buenos valores se están deteriorando rápidamente. Es un tiempo de sensualidad escandalosa y lastimosamente la degeneración moral es parte de la vida cotidiana. Y nos preguntamos si para el hijo de Dios... ¿será posible vivir con pureza en medio de esta sociedad? ¿Qué podemos hacer para mantenernos puros y agradar así a nuestro Padre?

A

tendamos los siguientes principios que nos enseña la Biblia, principios que debemos saber transmitir e inculcar en nuestros hogares, a fin de fomentar en nuestros hijos una vida íntegra, con valores que ellos mismos irán pasando de generación a generación:

1

Debemos presentar nuestros cuerpos a Dios todos los días. En la Palabra leemos: “...presenten sus cuerpos en sacrificio vivo, santo, agradable a Dios, que es vuestro culto racional” (**Romanos 12:1**). Esa es nuestra responsabilidad, decidiendo que nuestro corazón será un altar de adoración a Dios siempre.

2

Nuestro Padre también nos insta a no ceder ni un milímetro al pecado; “No reine... el pecado en vuestro cuerpo mortal, de modo que lo obedezcáis en sus concupiscencias; ni tampoco presenten sus miembros al pecado como instrumentos de iniquidad, sino preséntense ustedes mismos a Dios como vivos de entre los muertos, y vuestros miembros a Dios como instrumentos de justicia” (**Romanos 6: 12-13**).

Jesús vino a libertarnos de la esclavitud del pecado, y es tiempo de presentarnos completamente a disposición de Dios. Todos los días deberíamos preguntarle al Espíritu Santo, si aún hay alguna parte de nuestro cuerpo que aún no le hemos entregado.

3

Pablo nos dice: “¿No sabéis que nuestros cuerpos son miembros de Cristo? ¿Quitaré, pues, los miembros de Cristo y los haré miembros de una ramera? De ningún modo” (**1 Corintios 6:15**).

Él escribe así a los Corintios porque había gente que practicaba el pecado aunque asistían a la iglesia, entonces les recuerda su posición en Cristo, que fueron comprados por precio. Por lo tanto, debían glorificar a Dios con sus cuerpos (v.20). Tenemos que ser testimonio de la gran obra que Jesucristo hizo en nuestras vidas.

4

Dios nos anima a través de su Palabra a comprender que nuestro cuerpo es templo de su Espíritu Santo; “O ignoráis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, el cual está en vosotros, el cual tenéis de Dios, y que no sois vuestros” (**1 Corintios 6:19**).

Aquí está el propósito fundamental de la salvación, pues Dios quiere habitar en nuestros corazones. Por tanto, debemos cuidar nuestro templo, mantenerlo siempre limpio para que el Espíritu Santo habite allí. Dios quiere glorificarse a través de nuestras vidas siempre.

5

Tenemos que ser conocedores de nuestro cuerpo y aprender a controlarlo en todo momento; “... pues la voluntad de Dios es vuestra santificación; que os apartéis de fornicación...” (**1 Tesalonicenses 4:3**).

Conocernos y aprender a controlarnos es parte de un proceso, no se logra de la noche a la mañana, pero debemos comenzar hoy. Necesitamos adoptar conductas que agraden a Dios en todo momento, no sólo cuando estamos en la casa de Dios o cuando se nos mira.

También debemos controlar nuestras emociones, mucho cuidado con el flirteo, manoseo o caricias en zonas “peligrosas”, cuidado con la pornografía y con lo que se mira a través Internet.

La Palabra de Dios es bastante directa en todo lo que hace a la pureza, porque el deseo de Dios es que sea mos santos como Él es santo. El mantenernos puros, es para nuestra bendición y la de nuestra generación. Así que, podemos decir que sí se puede vivir en pureza a pesar del pecado que abunda en la sociedad, todo está en la decisión que tomemos cada día.

QUE EL ESPÍRITU SANTO SE REVELE A NUESTRAS GENERACIONES

MIEL SAN MARCOS

Por motivo del Congreso Diamante, evento realizado en el mes de mayo en nuestra iglesia, compartimos un pequeño tiempo con los chicos de Miel San Marcos, donde nos compartieron vivencias personales y familiares, así como también, la forma en la que afrontan cada temporada de sus vidas. Una charla sincera, fresca, personal y tan cercana, en la que pudimos sentir la pasión que sienten por Jesús y su Palabra.



Te compartimos las palabras de Josh, Luis, Waleska y Matthew Morales integrantes del ministerio Miel San Marcos.

¿Qué es eso que hace que saques fuerzas en medio de tiempos de dificultad?

Josh Morales responde: El hambre (risas), me refiero al hambre espiritual, cuando hay hambre espiritual

haces lo que sea, así como pasa con el hambre física, lo mismo pasa con el hambre espiritual. Como esposo, papá, hermano o hijo también le pido al Señor siempre tener hambre y cuando está esa hambre, eso es lo que nos motiva a buscar más del Señor. Es donde escribo muchas canciones, tenemos devocionales, y bendito Dios, que esa hambre por Él siempre ha estado y queremos que siempre permanezca en casa.

Si tuvieras que dar un consejo que no falla y es el único que tenés que dar a los jóvenes ¿Qué consejo les darías?

Responde Josh Morales: El Salmo 125; los que confían en el Señor dice que son como el monte Sion, incombustibles, nada los mueve y permanecen. Mi consejo para los jóvenes es que, cuando pones tu confianza en el Señor, vas a permanecer, nada

te va a mover, cuando pones tu confianza en el Señor, vas por más, y pasa todo lo contrario cuando quitas tu confianza de El, porque te mueve cualquier viento, miedos, etc., pero el desafío siempre va a ser que nuestra confianza este puesta en el Señor.

Waleska, Venís de una generación de adoradores, así que, desde chiquita esa semilla fue plantada en tu vida, pero, ¿Qué hace que te puedas mantener o no cedas a lo que puede ofrecerte el mundo?

Para mí sería exponerme a la presencia de Dios, tomar momentos en mi vida donde yo tengo momentos de intimidad con Jesús, así se me hace intencional, me levanto y yo puedo decidir si puedo hacer lo que yo quiero o pasar un momento con Dios y leer la Biblia, porque cuando yo leo su Palabra eso me trae paz, si me levanto un día y estoy estresada por la escuela o muchas otras cosas, cuando leo su Palabra me trae automáticamente paz. Yo creo que como joven hay muchos distractores, pero cuando tú te enfocas en Dios, tomar momentos de intimidad con él es tan simple, eso es lo que me ha ayudado a mi como joven, ser más intencional en mi caminar con Dios, refugiarme en El y su presencia, ser más intencional en leer su Palabra y pasar tiempo con él en mi día.

Waleska, ¿Existe algún referente o persona que admires y digas: "esto quiero para mí"?

Sí, definitivamente mi papá, mi abuelito y mi familia, me inspiran mucho. Ellos, a pesar de que pasaron procesos muy difíciles nunca se dieron por vencidos. La fe de mi papá, sus inicios en la música, empezaron en San Marcos, un pueblo que nadie conocía, pero por su fe, permanecieron en la presencia de Dios. Mi abuelito estaba perdido en el mundo, y a pesar de que probó tantas cosas él se dio cuenta que lo más importante es la presencia de Dios y ahora él vive todos los días hablando del amor de Dios, habla vida sobre cada persona que se encuentra y eso a mí me inspira mucho a caminar como él lo hace, como lo hace mi papá y toda mi familia.

Matthew, ¿Qué consejo les darías a los jóvenes que nos leen?

*Les diría dos cosas, dos versículos, uno de ellos es el **Salmo 23:4** que dice que: "aunque ande en valle de sombra o muerte no temeré porque tú vas conmigo", y el segundo lo acabo de leer, es **Proverbios 14:23**, "el trabajo produce ganancia, pero el hablar mucho y no hacer nada empobrece", eso el Señor ha estado hablando mucho a mi corazón, porque creo que como jóvenes a veces simplemente empezamos a hablar, el ser cool, queremos ponernos como una careta, una apariencia, para que la gente lo vea, pero no hacemos nada, y como jóvenes debemos permanecer en la verdad, no querer agarrar mucho, sino ir poco a poco, pero constantes y firmes, eso te va a llevar a la riqueza ya sea en el colegio, el trabajo, etc. con Dios, con lo que sea, pero poco a poco y llegarás a ser alguien con propósito que Dios va a usar mucho.*

Matthew, ¿qué emociones te genera servir con tu familia en este ministerio a través de la música?

Siempre le digo a mi familia de Miel san Marcos que es un honor, porque algo es estar en la casa y compartir con la familia, pero otra cosa es servir con ellos, ir a diferentes lugares, disfrutar y estar juntos recordando cuando fuimos a tal o cual lugar, esas experiencias son tan valiosas y es aún más valioso cuando decimos ¿te acuerdas cuando la presencia de Dios estaba muy potente en tal lugar, y lo que Dios hizo allí?, ver como nosotros nos levantamos, vamos juntos, no solo es una experiencia sino que es la familia y el ministerio de la mano, juntos haciendo el propósito de Dios y eso para mí es lo mejor que he podido ver en mi familia.

¿Qué consejo le darías a un joven que está luchando con mantener su conexión con Dios?

Luis Morales: Juan 15 ese verso tan conocido, tan hermoso que dice: "yo soy la vid y ustedes los pámpanos, el que permanece en mi lleva mucho fruto", y termina diciendo: "porque separados de mí

no pueden hacer nada", y es entender eso, que tenemos que permanecer en Cristo, porque muchas veces intentamos producir frutos de lo que hacemos, obtener el éxito por nuestra propia cuenta, por nuestras propias fuerzas, sin permanecer en El y al final de cuentas nos damos a la tarea de decir Señor yo necesito estar contigo, porque tu Palabra es una promesa y si tu estás en mí permaneces, pegado a mí vas a producir un fruto natural, no vas a tener que forzar algo, no vas a tener que buscarle muchas vueltas, sino que sencillamente es estar pegado a mí como una rama pegada a la raíz, para que puedas producir frutos. Entonces no te desconectes de la fuente, no te separes de Dios, no te alejes, tu propósito es estar pegado a la vid que es Jesús.

Por último, Josh nos deja una memoria y un mensaje muy inspirador que usa en la crianza de sus hijos:

Hace unos años atrás, Waleska me decía: papi, ¿cómo es la presencia de Dios? y nosotros le tratábamos de explicar y siempre volvía a preguntar lo mismo, hasta que un día con mi esposa oramos y le pedimos al Espíritu Santo que se revele a nuestros hijos, porque deseábamos ser una canal, y así empezamos una oración en casa y se lo pedimos a Él, y el Espíritu Santo se reveló a nuestros hijos, habían cosas que si las hacíamos intencionales nosotros, exponerlos a la presencia de Dios, reuniones, actividades donde uno lo hace a propósito también, yo quiero que mis hijos se expongan, es como que tu entres a un lugar con mal olor tú vas a salir con mal olor, pero si entras a un lugar con olor sabroso vas a salir con ese olor, eso hacíamos, intencionalmente exponíamos a nuestros hijos al olor de la presencia de Dios, para que se enamoren y lo hemos visto en nuestros hijos, sobrinos, a su corta edad, sirviendo al Señor, apasionados, adorando, escribiendo canciones, y todo el enfoque es el Señor, ya te imaginas como papá como me siento, como nos sentimos, esto es de generación en generación, y ese es el deseo, que el Espíritu Santo se revele a nuestras generaciones.

¿ESTANCADO EN EL *trabajo?*

¿De qué me gustaría trabajar? ¿Qué me gustaría lograr? o ¿qué voy a estudiar? Son algunas de las preguntas más comunes que nos hacemos cuando aún no definimos a lo que nos vamos a dedicar, pero llegado ese futuro, que en un momento dado se vuelve presente, muchos se dan cuenta que, a veces, los días pasan de una manera monótona y rutinaria y se preguntan si realmente están donde deberían estar.



¿S

entís que vivís para trabajar? o ¿No dispones del tiempo suficiente para hacer todo?, porque si ese es tu caso, puede que te encuentres "estancado", y para resolverlo, quiero compartirte algunas de las razones por las que algunas personas se sienten así:

FALTA DE MOTIVACIÓN

Nos enseñan acerca de la importancia del trabajo, pero no nos hablan de que cada uno fue pensado por Dios, para tener un propósito en este mundo, y cuando hablamos de propósito nos referimos a que cada uno tiene una asignación especial, una solución para un problema en el mundo, algo por lo que tu corazón y tu ser se enciende cuando lo estás haciendo o cuando sólo pensás en ello, es aquello que te hace olvidar del dinero, pero te da satisfacción cumplir, y eso es lo que Dios nos dejó en este mundo, si bien, él le dijo a Adán y a Eva que se multipliquen y gobiernen la creación, no les entregó solo un trabajo, sino un propósito, y lo mismo aplica para cada uno.

Dios no nos creó para cumplir el tiempo, los días y la rutina del día a día, Dios dijo que: "basta a cada día su propio mal", lo decía por el afán, y el afán uno no lo tiene cuando persigue el reino de Dios, significa que las dificultades son parte del día a día, y el que no trabaja en su propósito, no tiene afanes, sino desilusión o vacío.

Capaz ese propósito no lo hayas encontrado o si lo encontraste, puede que no estés yendo tras él, nos motiva todo aquello lo suficientemente fuerte que se conecte con el propósito divino, aquello que nos da hasta

miedo, es lo que muchas veces necesitamos para movernos de donde estamos.

MALA ORGANIZACIÓN DEL TIEMPO

Algunos se estancan porque aparte de tener un propósito, debemos llevar una vida equilibrada, que le dediquemos tiempo a Dios, relaciones en general, salud, descanso, y posiblemente podes estar enfocado solamente en el trabajo, cosa que puede llevarte al "síndrome de Burnout", en el que tu cuerpo genera cortisol, la hormona del estrés, y esa química te lleva a un agotamiento físico y mental. Por eso, lo recomendable es planificar y hacer una lista de prioridades, para poder crear la vida que Dios quiere que tengas y no que vos vivas dominado por tus actividades. Esto te puede llevar a un orden y recuperar el gusto por el trabajo, ya que el estrés te quita ese gusto, aunque ames tu trabajo.

NO SABEN PEDIR

En la Biblia misma vemos que se nos dice que al que pide, se le dará, esto no es una cuestión de merecimiento, acá Jesús nos estaba enseñando a comunicar, a movernos de donde estamos, tu jefe no sabe lo que estás aspirando muchas veces en la vida, capaz otros te ven con la capacidad de tener tal puesto, liderar a un equipo o algún proyecto, o también vos mismo podes estar viéndote de esa manera, o hasta tu jefe mismo!, pero créeme que si no hay una comunicación de tu parte para expresar de que estás buscando un crecimiento, difícilmente se puedan mover algunas piezas para eso. Recordá, nadie lee tu mente, sólo Dios y aun así, él nos dejó escrito: ¡Pedi!, no sabes las puertas que están esperando abrirse para eso que deseas.

COMUNICAR EXPECTATIVAS

Casi parecido a lo anterior, pero lo que menos suelen hacer las personas en las empresas es tener una comunicación seria con su superior. Capaz estás en una posición de liderazgo con tu equipo, y ¿de qué tipo de conversación hablo?, de pedirles que te expresen qué esperan exactamente de vos, la realidad es que como seres humanos siempre necesitamos un punto de vista externo al nuestro, por eso puede servirte que hables con los demás para saber ¿qué esperan de tu rendimiento, de tu persona?, a veces conocer tus funciones no es suficiente, porque siempre está lo que se considera el contrato psicológico, y son esas expectativas extras que tenemos más allá de los roles que nos tocan a cada uno dentro del lugar donde realizamos algún trabajo. Claro que, para esto también se requiere mucha humildad para recibir a veces ciertos comentarios, si haces esto, te recomiendo que pregunes específicamente a qué se refieren cuando te dicen algo que quieren que mejores, y que, sobre todo, no te lo tomes personal, sino como un desafío. Estas expectativas pueden darte un empujón para ir ajustando algunos puntos que por la rutina, te llevaron a perder ese empuje que tenías al comienzo, cuando recién empezabas ese trabajo.

Recordá, si amás lo que hacés, no trabajarás ni un día más de tu vida, y cuando la gente te pregunte ¿en qué trabajás?, les vas a estar respondiendo: *"Yo no trabajo, yo estoy cumpliendo mi propósito en esta tierra"*.

Abba, PADRE

Cuando era niña, algunas noches parecían largas e interminables. A veces, sentía miedo y preocupación, y no podía conciliar el sueño. Tenía 4 años cuando mis padres se separaron, pero ese espacio vacío que quedó, de alguna u otra forma siempre estaba lleno por Dios.



C

uando no podía dormir, me encantaba imaginar que plantaba una semilla y ésta crecía sin cesar, brotando de la tierra y ascendiendo cada vez más alto, kilómetros y kilómetros hacia el cielo.

Era como si, al ir subiendo, se podía sentir el viento en mi rostro y el sol en mi piel, mientras la planta seguía su camino hacia arriba, sin parar, y yo, expectante buscando el abrazo protector de un Padre hasta finalmente, llegar al cielo, en donde Dios me esperaba con los brazos abiertos y una sonrisa en el rostro. Allí, encontraba paz y descanso.

Crecí, pero jamás olvidé cómo la niña que fui, en su inocencia y sin saberlo mucho, veía a Dios como lo que verdaderamente es: un Padre.

En la Biblia, en **Marcos 14:6**, encontramos que existe una forma en la que Jesús se dirigía a Dios: como su "Abba, Padre". En otros versículos, encontramos también que esta expresión se utiliza para referirse a Él como Padre amoroso y cercano.

La palabra "Abba" proviene del arameo, un idioma hablado en la época de Jesús. En ese entonces, "Abba" era una forma coloquial y cariñosa de llamar a un padre, similar a nuestro "papi" o "papá".

Pensar que Dios era mi protector y mi amigo más cercano me llenaba el corazón de alegría y me daba la segu-

ridad que necesitaba para enfrentar cualquier temor. Era como si pudiera sentir su presencia a mi lado, guiándome en cada paso del camino.

Pero hoy, puedo entender que no necesito imaginar un recorrido tan largo para llegar hasta Él, porque está cerca de nosotros.

"Abba Padre" es considerada una de las palabras más profundas y significativas en el cristianismo, ya que muestra la relación íntima y personal que existe entre Dios y sus seguidores. Es una forma de expresar la confianza y la seguridad que se tienen en Dios como Padre amoroso y protector. ¡Y qué lindo saber que ese amor está disponible para nosotros hoy!

Quiero animar a todos aquellos que, como yo, han sentido temor o preocupación en algún momento de sus vidas, a que puedan experimentar la paz y el descanso que proviene de tener a Dios como su "Abba Padre". No importa cuál sea tu historia o tus circunstancias, Dios siempre estará a tu lado, dispuesto a guiarte y protegerte en cada paso del camino. Podes acudir a Él en momentos de dolor, de incertidumbre o de alegría, y siempre encontrarás consuelo y amor en sus brazos. Abrí tu corazón y permití a Dios ser tu Abba Padre, aquel que te guía y te sostiene en todo momento. Te aseguro que no te arrepentirás de haberlo hecho.



¡CONECTATE!

Instagram TikTok Twitter Facebook YouTube 92.3FM

WWW.GORADIO.COM.PY

CFA
RADIO
FM 99.5

ADORACIÓN 24/7

CONECTANDO EL CIELO CON LA TIERRA

¡TU SIEMBRA ES IMPORTANTE!

HACÉ TUS DONACIONES EN:
WWW.CFARADIO.COM.PY/DONÁ

¿CÓMO ATRAVESAR UNA crisis de liderazgo?



Todos en algún momento hemos atravesado por una crisis de liderazgo, nadie está exento, y los motivos pueden ser varios. Por eso, en este artículo quiero compartirte cuales son, tomando de ejemplo a uno de los líderes en la Biblia.

Vayamos a la Palabra en 1 Samuel 18:6-8 NBV

Sucedío, sin embargo, que cuando el ejército israelita volvía victorioso después de que David mató a Goliat, las mujeres de todos los pueblos y aldeas salían al camino a celebrar y a vitorear al rey Saúl, y cantaban y danzaban llenas de gozo con tambores y címbalos. Esta era su canción: «Saúl mató sus miles, y David sus diez miles». A Saúl no le gustó lo que oyó. Pensó: «A David le asignan diez miles y a mí solamente miles. Sólo falta que lo proclamen rey».

TOMANDO DE REFERENCIA ESTE PASAJE DE LAS ESCRITURAS PODEMOS DECIR QUE 'LA CRISIS LLEGA' CUANDO:

1. Cuando no sé quién soy

El inicio de toda crisis es cuando no sé quién soy o qué dice Dios y su Palabra que soy. Un líder es una referencia, un modelo a seguir o debería ser, pero los desafíos constantes, las luchas intensas desgastan.

Por eso, el líder jamás puede descuidar su SPA con Dios.

"Todos los que están cansados y trabajados, vengan a mí y yo les haré descansar".

Perdemos nuestra identidad cuando solo queremos liderar con nuestras fuerzas, y nos olvidamos de recurrir a Jesús y presentar nuestras cargas, luchas y limitaciones a Él.

El enemigo intenta en todo momento distorsionar nuestra identidad, colocando dudas que nos llevan a pensar si realmente Dios existe o nos escucha, o más aún si vale la pena ser un líder.

No somos lo que el mundo dice que somos, somos hijos de Dios, puestos frente de personas que necesitan oír algo diferente, algo que cambie sus vidas y

despierte esperanza en ellos. Necesitan conocer a Jesús.

No somos uno más del montón, somos escogido/a por Dios para grandes cosas, viendo vidas transformadas por el poder del Espíritu Santo y la Palabra de Dios.

Las crisis se acentúan cuando no sabemos el verdadero significado de liderar, y liderar no es servirse de otros, o que le sirvan, liderazgo es servicio, el mismo Señor Jesús dejó esa enseñanza plasmada en la Biblia, nuestra misión en la tierra es servir.

En este pasaje vemos a Saúl, el rey de Israel con un profundo celo hacia David, que luego le llevó a una crisis. Era rey pero temía que lo remplazaran.

No servimos para ocupar una posición, servimos para ser una bendición.

¿POR QUÉ PASÓ ESO CON SAÚL?

1. Por la Inseguridad

Como líderes, necesitamos estar seguros de lo que hacemos y decimos, la inseguridad genera incertidumbre, desconfianza, separación, división.

Y suele pasar cuando un discípulo y/o liderado es mejor que nosotros, y/o conquista más que nosotros, lo primero que pensamos es: este me quiere quitar mi puesto.

Si como líder estamos levantando gente mucho mejor que nosotros, ¡genial! cumplimos con nuestra misión. Pero si los mismos son inferiores o tienen menos conquistas que nosotros, fracasamos como líderes.

El mismo Señor Jesús en sus conversaciones con sus discípulos les decía: "Ustedes harán mayores cosas"

Que la inseguridad no te aleje de tus discípulos, rompe con eso y confía, dales valor e impulsales para que sigan creciendo mucho más.

Lejos jamás les conocerás, si los tienes

cerca seguirás influenciando en sus vidas y conociéndoles cada día más, y te gozarás viéndoles crecer y conquistar.

2. Por la pérdida del foco

Como líderes, en ocasiones erramos el blanco y nos desenfocamos, olvidando para qué somos líderes, y suele ocurrir por los fracasos, las frustraciones, el cansancio, la decepción, etc.

¿Te fallaron? No desconfíes, confía nuevamente en las personas.

Te comento que posiblemente te volverán a fallar, pero eso no puede ser una excusa para no confiar en los demás. Si no hay confianza no habrá liderazgo, y mucho menos resultados.

Enfocate nuevamente, que liderar es servir a los demás, y si el causante de la pérdida del foco fueron las constantes luchas y necesidades.

No olvides que siempre hay alguien que necesita más que nosotros. Cuando salimos de nuestro mundo y nos metemos en el mundo de alguien más, nos damos cuenta de la bondad de Dios.

No líderes por presión o por un estatus, liderá por amor a los demás.

Nos re-enfocamos en nuestro liderazgo, cuando amamos como Dios nos amó a nosotros. (Con nuestras imperfecciones, errores y pecados).

EL FOCO ES Y SERÁ SIEMPRE JESÚS

Cada uno tiene un llamado específico de parte de Dios, descubrí cual es el tuyo, a lo que fuiste llamado, e invertí en ese llamado.

Líder, tu vida es una bendición para muchos, por eso es necesario que estés conectado y enfocado en Dios por medio de su Palabra y oración, es ahí donde recibirás lo que otros necesitan recibir. Es ahí donde nos volvemos a enfocar.

Mitos

SOBRE ADULTOS MAYORES



Alrededor del adulto mayor, surgen a nivel social, una serie de mitos y creencias respecto a lo que significa envejecer.

os mitos son los procesos sociales que forman generalizaciones, creencias o actitudes hacia grupos de población que no responden a la realidad y obligan a la persona a ajustarse a esas creencias. Con esta definición queda muy claro que los mitos son creencias erróneas, que han sido creadas por la sociedad para una parte, por lo general, marginada de la misma.

ALCUNOS MITOS CON RESPECTO A LOS ADULTOS MAYORES SON:

El viejo siempre es enfermo: Se asocia automáticamente la vejez a la enfermedad, y se llega a creer que todo adulto mayor tiene -por requisito- que estar enfermo. Si bien es cierto que en la vejez se dan una serie de cambios físicos que pueden llegar a afectar la salud de la persona, esto no significa que todos los adultos mayores están enfermos.

No necesariamente se debe ser viejo para estar aquejado por una enfermedad, la vejez no es requisito para contraer enfermedades, éstas se dan.

Una dieta balanceada, ejercicio físico y una elevada calidad de vida, favorecen la salud.

El viejo se aísla, es terco, vagabundo y cascarrabias: Estos son unos de los mitos más comunes en nuestra sociedad, y probablemente de los más preocupantes, ya que si se analizamos estas características, hablamos de aislamiento, inactividad y agresividad. Síntomas de una posible depresión.

En ocasiones, suele confundirse la depresión con “berrinches de viejos”, sin darnos cuenta que en realidad se puede estar frente a una persona que necesita ayuda. De lo contrario, al no brindar el tratamiento adecuado y pasando desapercebido una necesidad real, se puede obtener un resultado lamentable.

Los viejos no son productivos, son inactivos e inútiles: La realidad es que ningún adulto mayor es inútil, pues sólo basta acercarse a ellos para darse cuenta de la sabiduría que poseen dentro de sí, y que la mayoría de las veces están ansiosos por compartir.

Lo que podría estar sucediendo es que nos hemos ocupado de aislarlos y de hacerles creer que realmente no son productivos. Sin embargo, este tema va más allá, pues en realidad debemos de preguntarnos qué es ser productivo. Antes de decir que una persona no lo es. Al respecto, la ética funcionalista propone que esta situación llega a afectar no sólo al adulto mayor, si no a cualquier persona que pueda sufrir algún tipo de discapacidad, que le impida acceder al sistema capitalista.

Los mayores ya no aprenden: Si bien es cierto que en el periodo de la vejez se presentan una serie de cambios físicos, éstos son normales y si la persona no presenta ningún tipo de demencia o enfermedad grave que se lo impida, puede desarrollar un proceso normal de aprendizaje.

El adulto mayor necesita saber que es querido y tenido en cuenta, para ello es necesario que su parte emocional, sus vínculos con hijos, familiares directos o nietos, se fortalezcan.

La autoestima es el valor que nos damos a nosotros mismos, la imagen que se tiene de uno mismo y la necesidad de sentirnos estimados (valorados y aceptados por el entorno) está relacionada directamente con el rol social.

Una manera de lograr esto, es revalorizando la figura del abuelo o abuela en los hogares y en la escuela, ya que promueve las relaciones entre diferentes generaciones. Esto podría ser muy beneficioso en términos de crecimiento en valores (además que se trabaja los mitos y estereotipos alrededor de la vejez y el viejismo) para las generaciones mas jóvenes (nietos), que tienen la oportunidad de escuchar del abuelo o abuela a anécdotas de “su propia historia”.

"EL ADULTO MAYOR NECESITA SABER QUE ES QUERIDO Y TENIDO EN CUENTA"

¿Y SI PAPÁ no está?

INFLUENCIA DE LA FIGURA PATERNA EN LA SALUD MENTAL DE LOS NIÑOS Y LA FAMILIA. UNA MIRADA PSICOLÓGICA Y TEOLÓGICA.



Vivimos tiempos de mucho ataque a todo lo que implique institucionalidad, como nunca están siendo puestas en tela de juicio, en cuanto a su funcionamiento y también su utilidad. La Iglesia y las Instituciones educativas, son parte de esta tenaz guerra. Y por sobre todo, es la familia la más cuestionada y, dentro de ella el rol paterno.

E

I papel del padre en la crianza de los hijos es de suma importancia en el desarrollo de su salud mental y en la dinámica familiar. Tener una figura paterna presente y comprometida puede tener un impacto positivo en la vida de los niños, brindándoles estabilidad emocional, fortaleza y seguridad. Sin embargo, en ocasiones, la ausencia o falta de involucramiento del padre puede generar conflictos que afectan tanto a los hijos como al funcionamiento de la familia en general. En este artículo, exploraremos la influencia de la figura paterna en la salud mental de los niños y la familia, abordando cómo ejercer una paternidad sana y los pasos para sanar una paternidad ausente. Además, examinaremos este tema desde una perspectiva psicológica y teológica, reconociendo el valor de ambas disciplinas para comprender y abordar esta importante área de la crianza.

LA IMPORTANCIA DE UNA PATERNIDAD SANA

La presencia de una figura paterna comprometida y amorosa puede tener un impacto significativo en el desarrollo emocional y psicológico de los niños. Los padres juegan un papel fundamental en la transmisión de valores, el establecimiento de límites y la promoción de la autoestima de sus hijos. Además, una paternidad sana contribuye a la formación de relaciones de apego seguro, lo que favorece a un mejor manejo del estrés y una mayor resiliencia emocional en los niños.

La presencia de un padre comprometido, no solo beneficia a los niños, sino que también tiene un impacto significativo en la dinámica familiar en general. La co-paternidad sólida y colaborativa promueve la comunicación efectiva, el respeto mutuo y la toma de decisiones conjuntas. Cuando los padres trabajan juntos en la crianza de sus

hijos, se crea un ambiente familiar más estable y armonioso.

La figura paterna también desempeña un papel importante en el establecimiento de límites y normas en el hogar. Los niños se benefician de la estructura y la disciplina que un padre puede proporcionar, lo que les ayuda a desarrollar habilidades de autorregulación y responsabilidad. Además, la presencia de un padre activo en la vida de sus hijos fomenta la participación equitativa de ambos progenitores en las tareas domésticas y en el cuidado de los hijos, lo que fortalece la igualdad de género dentro del núcleo familiar.

Además, los padres desempeñan un papel fundamental en el desarrollo de la identidad de género de sus hijos. Los niños necesitan modelos masculinos en sus vidas para aprender y comprender los roles y las características asociadas con la masculinidad. La presencia de un padre amoroso y atento puede ayudar a los niños y las niñas a establecer una imagen saludable de lo que significa ser hombre.

Desde una perspectiva teológica, la paternidad refleja el amor y cuidado de Dios hacia sus hijos. Los padres pueden ser agentes de guía espiritual y transmitir principios éticos y morales fundamentales. La presencia de un padre comprometido en la vida de los hijos puede fomentar un sentido de propósito y significado, así como fortalecer la conexión con lo trascendente.

**"LOS PADRES
DESEMPEÑAN
UN PAPEL
FUNDAMENTAL EN
EL DESARROLLO
DE LA IDENTIDAD
DE GÉNERO DE
SUS HIJOS."**

LA VALIDACIÓN ESPIRITUAL

Todas las personas en alguna etapa de sus vidas, necesitan de la validación emocional y espiritual, esto se presenta generalmente antes de grandes desafíos y al asumir responsabilidades. Pero la etapa que consideramos es clave para que cada papá pueda dar validación espiritual a sus hijos (tanto varones como mujeres) es cuando estos deben asumir la juventud (adulzor temprana) y las responsabilidades que esto conlleva.

Nuestro Señor y Salvador Jesucristo recibió validación de su padre Dios al bautizarse, la palabra de Dios nos relata el hecho que en el momento del Bautismo en el evangelio de Mateo capítulo 3 versículos 16 y 17.

Y Jesús, después que fue bautizado, subió luego del agua; y he aquí los cielos le fueron abiertos, y vio al Espíritu de Dios que descendía como paloma, y venía sobre él. 17 Y hubo una voz de los cielos, que decía: Este es mi Hijo amado, en quien tengo complacencia.

Es necesario que cada papá pueda bendecir a sus hijos declarando: sos mi hijo amado o sos mi hija amada... en quien tengo complacencia. Esto dará seguridad y sentido de pertenencia a los hijos, favoreciendo a su crecimiento personal.

DESAFÍOS ANTE UNA FIGURA PATERNAL AUSENTE

La ausencia de un parente, puede tener repercusiones significativas en la salud mental de los niños y en la dinámica familiar. La falta de una figura paterna puede generar sentimientos de abandono, confusión y baja autoestima en los niños. Además, la ausencia de un parente puede dificultar el desarrollo de habilidades sociales y emocionales,

así como la construcción de la identidad de género.

La teología también aborda esta problemática, reconociendo que la ausencia de una figura paterna puede generar un vacío emocional y espiritual. En este sentido, es importante buscar formas de llenar ese vacío y proporcionar apoyo emocional y espiritual a los niños y a la familia en su conjunto.

PASOS PARA SANAR UNA PATERNIDAD AUSENTE

Es posible sanar las heridas causadas por una paternidad ausente y fomentar un ambiente familiar saludable. Aquí se presentan algunos pasos clave para abordar esta situación:

a) Reconocimiento y aceptación: Es fundamental reconocer y aceptar la ausencia del parente, así como el impacto que ha tenido en la vida familiar. Este paso es necesario para comenzar el proceso de sanidad.

b) Buscar apoyo profesional: Contar con el acompañamiento de un psicólogo o terapeuta, puede ser de gran ayuda para explorar las emociones relacionadas con la ausencia del parente y encontrar estrategias adecuadas para afrontar esta situación.

c) Fortalecer los vínculos familiares: Fomentar la comunicación abierta y afectuosa entre los miembros de la familia puede contribuir a fortalecer los lazos afectivos y a suplir la ausencia del parente en cierta medida. Promover actividades compartidas y momentos de calidad puede ser beneficioso para todos.

d) Encontrar modelos positivos: Identificar y establecer conexiones con figuras positivas de referencia, como familiares, amigos cercanos o mento-

res, puede proporcionar a los niños un ejemplo de figura paterna y suplir en parte la falta de presencia de un parente.

e) Explorar la dimensión espiritual: La espiritualidad puede brindar consuelo y esperanza en situaciones difíciles. Participar en actividades de la Iglesia, buscar apoyo en una comunidad de fe y desarrollar una relación personal con Dios Padre, no solo pueden contribuir al proceso de sanidad, si no también al desarrollo integral de cada uno de los miembros de la familia.

Tener una figura paterna presente y comprometida es un factor relevante en la salud mental de los niños y el bienestar familiar. Desde una perspectiva psicológica y teológica, se reconoce la importancia de una paternidad sana y los desafíos que surgen cuando no hay una figura paterna presente. No obstante, es posible sanar una paternidad ausente a través del reconocimiento, el apoyo profesional, el fortalecimiento de los vínculos familiares, la búsqueda de modelos positivos y la exploración de la dimensión espiritual. Promover una crianza amorosa y comprometida es fundamental para el desarrollo integral de los niños y el bienestar de la familia.

"Tener una figura paterna presente y comprometida es un factor relevante en la salud mental de los niños y el bienestar familiar."

IMPORT
FROM
URUGUAY

@matecharrua



📍 ASUNCIÓN
LA GRAN MANZANA, VILLA MORRA
📞 0981 210 762

📍 CIUDAD DEL ESTE
CAPITÁN ACOSTA C/ AV. DEL LAGO
📞 0973 695 521

📍 ENCARNACIÓN
VILLARRICA CASI J.L. MALLORQUÍN
📞 0981 210 094

Dos Culturas,
Una Tradición.

mate
Charro
Hecho a mano

MITOS DE LA MUJER

triumadora

Una mujer me escribió con una pregunta existencial importante: "¿Por qué algunas mujeres tienen suerte y otras, no? ¿Por qué algunas se casan y otras, no? Soy profesional, una persona realizada, empresaria exitosa... ¿por qué no me he podido casar? Ya sé lo que me va a decir, que disfrute lo que hago y ame a quienes me aman... Pero quiero casarme...".



S

u pregunta es válida y su deseo real, pero la vida es así, no todos los sueños que tenemos se cumplirán pero... ¿tienen los sueños no cumplidos, el derecho de robarnos la felicidad y convertirnos en personas frustradas? NO. Tenemos el derecho de levantarnos y reinterpretarnos como personas, permitirnos ajustar nuestras expectativas y sueños.

La vida se construye a partir del entorno en el cual nacimos. Ahí donde se generan los sueños que nos inspiran y se desarrollan las habilidades sociales necesarias para enfrentar la vida con sentido de realización, eso implica hacer los ajustes necesarios para que ella no pierda sentido.

Ante eso, también hay que entender que una mujer triunfa no cuando llena las expectativas de la sociedad. Sino, cuando se ve a sí misma como una persona plena, realizada. Eso no significa que todo lo que aspiró de niña lo alcanzará, pero se mantendrá caminando con la frente en alto y con sueños por conquistar.

Ahora bien, a continuación, abordo ciertos mitos o estereotipos que han acompañado a dicho tema por años.

1. Desde el machismo y los roles del hogar: La ama de casa perfecta sólo existe en los libros de cocina y etiqueta de los años 40 y 50. Si bien, la costumbre señalaba que la mujer fuera la administradora del hogar y el hombre el proveedor, ni uno ni el otro son

excluyentes, ni en función ni en rol. Cada ser humano tiene derecho de encontrar lo que lo apasiona en la vida y alcanzarlo, así como llegar a negociaciones en el hogar sobre a quién le toca qué.

2. Desde la “súper mujer”: El trecho de pasar recluida en el hogar a ser una mujer trabajadora afuera tuvo y tiene su trampa; no se puede permitir esa sobrecarga de trabajo dentro y fuera de la casa porque “la mujer todo lo puede”, cuando debería estar repartido entre todos: el marido y los hijos de acuerdo a la edad, sin importar si son niños o niñas.

3. Desde el “roble emocional”: “Las mujeres son fuertes en lo emocional” es un mito absurdo, porque, de paso, incluye la idea de que los hombres no fueran capaces de serlo, porque a ellos, en esta repartición, “les tocó ser los fuertes en lo físico”.

4. Desde la maternidad: “Mujer madre es mujer completa”, cuando lo cierto es que toda madre debe pasar primero por ser mujer. Ser madre sólo es un rol, importante y trascendental pero, como cualquier otro, y como cualquier rol, puede decidir asumirlo o no.

5. Desde la mujer esposa: ¿Quién no ha visto con malos ojos cuando una mujer de cierta edad no ha encontrado marido? “Por algo será...” dicen las malas lenguas. Sea por decisión personal o por circunstancias de la vida, el hecho de permanecer soltera no la hace una mujer fracasada, incompleta o “menos mujer”.

6. Desde la imagen: Jennifer López, la madre Teresa de Calcuta, Meg Ryan. La “sexy”, la deportista, la “santa”, la “dulce”. ¿Hay que calzar en algún estereotipo? No, cada persona, hombre o mujer, tiene su esencia, que es la que tiene que encontrar y forjar.

**"HAY QUE ENTENDER
QUE UNA MUJER
TRIUNFA NO
CUANDO LLENA LAS
EXPECTATIVAS DE LA
SOCIEDAD. SINO, CUANDO
SE VE A SÍ MISMA
COMO UNA PERSONA
PLENA, REALIZADA."**

No muerdas el anzuelo.

SÉ LIBRE DE LAS GARRAS DE LA PORNOGRAFÍA



Cada vez es mayor el número de jóvenes que quedan atrapados en las garras de la pornografía. Sin importar la edad ni clase social, invade la vida de muchos a lo largo de todo el continente. Pero es posible escapar de ella. En esta nota enterate cómo.



I mayor problema de la pornografía es que crea un mundo irreal. Te presenta un producto deseable, pero entre líneas te han lanzado una serie de mentiras peligrosas. Las mentiras de la pornografía denigran a la mujer y humillan al hombre. Un ejemplo es que tanto en los hombres como en las mujeres, la cuestión está centrada en el cuerpo. Otra mentira es la cuestión de la duración de las relaciones sexuales, que hace parecer que lo ideal es que el tiempo sea interminable. Estas mentiras y otros engaños promueven comparaciones y producen fuertes sentimientos de inferioridad. Es importante aclarar que Dios desea lo mejor para ti y en sus planes está que puedas vivir de una manera plena y libre.

Si no reconoces estas mentiras, y en cambio las aceptas, ellas distorsionan tu comprensión de la sexualidad. El sexo no es como la pornografía dice que es. Dios diseñó la relación sexual no solamente con el fin de la procreación, sino también con el fin de proveer placer en el matrimonio. El sexo como Dios lo diseñó no produce remordimientos, cargos de conciencia, sentimientos de culpa, de inferioridad, de soledad, o de suciedad. A Dios le importa mucho tu vida sexual. Él está altamente interesado en que seas exitoso en esta área, en que puedas en su tiempo, gozarla y no desperdiciarla.

Pero la pornografía empobrece y enferma. Produce una gran atracción, que va tornándose ingobernable, llegando a invadir todos tus tiempos. Crea un mundo ficticio que hace que la realidad nos frustre, ubicando al sexo como un medio para la autosatisfacción, dejando de lado el amor y la intimidad y por sobretodo alejándote de la voluntad de Dios.

Como verás, la pornografía es una de las armas más efectivas y peligrosas de Satanás en este tiempo.

Adicionalmente, debemos agregar la carga de sentimientos negativos que puede generar: temor (de ser descubiertos), culpabilidad y vergüenza (por el pecado), frustración (por no poder dejarla), inferioridad (por comparación, y por sentirnos sucios).

ALGUNAS IDEAS PRÁCTICAS PARA GANARLE A LA PORNOGRAFÍA SON:

- 1. Reconoce tu debilidad**, este es el comienzo del proceso. Toma conciencia de lo que te sucede.
- 2. Confiesa a Dios tu pecado**. Sé muy específico y honesto al confesarle a Dios en qué lo has desobedecido.
- 3. Destruye todo el material pornográfico** que poseas, si no, ¿para qué guardarlo? limita tu acceso a Internet, películas, series o lo que sea que pueda promoverlo.
- 4. Debilita el poder de la pornografía**. El poder de la adicción es justamente el de pasar a ocupar el primer lugar.
- 5. Descubre y desarrolla otras actividades** que enriquezcan tu vida.
- 6. Sé proactivo y no reactivo**. Debes tomar las decisiones antes de estar frente al material pornográfico, y no después.
- 7. Decídete a obedecer**, hoy tienes la oportunidad de buscar la protección de Dios, obedeciendo sus consejos y mandatos para huir del pecado de la pornografía.

CINCO RAZONES BÁSICAS PARA

congregarnos



HEBREOS 10 REVELA QUE LA IGLESIA ES:

- 1. Un centro de adoración (Vv.10-14):** Nos congregamos para adorar a Jesús. En el Antiguo Testamento, el templo no estaba equipado con sillas porque los sacrificios de los sacerdotes eran continuos por el pecado del pueblo. Sin embargo Cristo, *habiendo ofrecido para siempre un solo sacrificio por los pecados, se ha sentado a la diestra de Dios.* Jesús es el centro de la adoración, el cordero de Dios que quita el pecado del mundo (Juan 1:29).
- 2. Un centro de aprendizaje (Vv.15-18):** Nos congregamos para aprender y poner en práctica la Palabra de Dios. En el pacto antiguo, la Palabra fue escrita en piedras por el dedo de Dios y le fue entregada a Moisés para que el pueblo la obedezca. En el nuevo pacto, el Espíritu de Dios imprime la palabra en nuestras mentes y corazones. Jesús empodera a su Iglesia ...a fin de perfeccionar a los santos para la obra del ministerio, para la edificación del cuerpo de Cristo (Efesios 4:11-12).
- 3. Un centro de salud espiritual (Vv. 19-22):** Nos congregamos para ser sanados. El pecado trae muerte espiritual y en consecuencia, separación de Dios. Al recibir a Jesús como Señor y Salvador, tenemos vida espiritual. En Cristo estamos completos, pasamos de muerte a vida y disfrutamos de salud espiritual, de sanidad del alma y del cuerpo (1 Tes. 5:23). Nos congregamos para activar nuestra fe y recibir nuestros milagros.
- 4. Un centro de ayuda y servicio social (Vv. 23-24):** Nos congregamos para recibir ayuda y ayudar a los demás. Cuando una persona pierde las esperanzas, lo pierde todo. El recibir o dar ayuda a los demás trae aliento y nuevas expectativas. Jesús hizo la mayor obra de servicio: "...siendo aún pecadores, murió por nosotros" Ro. 5:8. Podemos servir a los demás al entregarles las buenas noticias de salvación.
- 5. Un centro de equipamiento:** Nos congregamos para ser equipados como discípulos de Cristo. "...pero recibiréis poder, cuando haya venido sobre vosotros el Espíritu Santo, y me seréis testigos" Hechos 1:8.

Jesús dijo que como el Padre le envió al mundo, Él nos envía a hacer discípulos y promete que estará con nosotros. Al congregarnos, recibimos la autoridad y la unción del Espíritu Santo para ser instrumentos de la bendición de Dios para nuestra familia, iglesia y nación.

¿POR QUÉ LAS PERSONAS DEJAN DE CONGREGARSE?

- 1. Porque no comprenden la magnitud de la gracia de Cristo.** Se congregan por puro ritualismo religioso (Gálatas 5:4)
- 2. Porque no comprenden que el amor a Cristo es la base de la obediencia a Dios.** Legalizan las Escrituras y no se dan cuenta que la base de la obediencia es el amor a Jesús: "Si me amáis, guardad mis mandamientos" Juan 14:15.
- 3. Porque no comprenden la guía del Espíritu Santo sobre sus vidas.** Se apoyan en los líderes religiosos y no llegan a comprender lo que significa la guía y la comunión con el Espíritu Santo (Ro. 8:14; 2 Co. 13:14).
- 4. Porque no mantienen la firmeza de sus convicciones.** Son personas fluctuantes, se mantienen en la dualidad del alma (Santiago 1:8).
- 5. Porque caen en las mentiras del diablo.** Satanás es padre de toda mentira y tergiversa la Palabra de Dios creando dudas en los hijos de Dios (Juan 10:10; Juan 8:44; 2 Co. 11:14).

La Biblia insta: "*no dejando de congregarnos...*" Sin Cristo nada podemos hacer. Jesús es la cabeza de la Iglesia y la Iglesia es el cuerpo de Cristo. En ese cuerpo estamos bautizados (sumergidos). Esta es la condición en la cual tenemos esperanza de victoria.

"Pero el fundamento de Dios está firme, teniendo este sello: Conoce el Señor a los que son suyos; y apártese de iniquidad todo aquel que invoca el nombre de Cristo"

2 Timoteo 2:19

CON EL *favor* DE DIOS

Tengo un amigo muy querido que cada vez que me despido de el y le manifiesto mi deseo de volverlo a ver pronto me responde: "Con el favor de Dios". Y yo sé que no lo dice por costumbre sino por convicción de que esta frase encierra una verdad muy poderosa: ¡Todo es posible con el favor de Dios!



Y

es que el favor de Dios es la influencia que Dios ejerce sobre los hombres y las circunstancias para abrirnos camino donde no lo hay y para desatar las puertas que estaban cerradas para que pasemos por ellas. Es el poder de su gracia ayudándonos a alcanzar los sueños que hay en nuestro corazón.

Al escribir estas palabras no puedo evitar el pensar en lo que Dios está haciendo en estos días: El mundo hispano está experimentando un despertar espiritual muy importante. Por todo el continente podemos ver señales alentadoras de una revolución espiritual que está trayendo renovación.

Como nunca antes, se está levantando un ejército de adoradores del Dios altísimo que están llenando las naciones con cánticos de liberación. El Espíritu Santo está siendo derramado sobre los jóvenes y los está haciendo profetizar. Me regocijo porque una nueva generación de "salmistas" está siendo levantada por Dios, que sueña con ver Su Gloria.

Sin embargo, es una generación que necesita ser instruida en la importancia de vivir con el favor de Dios. Es obvio que los resultados que estamos teniendo y el fruto que estamos cosechando no son a causa de nuestros dones, capacidades o gran unción, sino que son una consecuencia directa del derramamiento de la gracia de Dios sobre nuestras naciones. Y a pesar de que corporativamente estamos siendo favorecidos por Dios con este despertar, necesitamos aprender, como individuos, a vivir con el favor de Dios.

Al estar en una reunión devocional, el Señor trajo a mi memoria un pasaje de la escritura que impresionó mi corazón:

*No se aparten de ti la misericordia y la verdad; átalas a tu cuello.
Escríbelas en las tablas de tu corazón,
y hallarás gracia y buena opinión
ante los ojos de Dios y de los hombres. Prov.
3:3-4*

Aprendemos de este pasaje que la gracia y la buena opinión de Dios y de los hombres es algo que se adquiere, que no viene automáticamente. La palabra "hallar" contiene la idea de obtener algo que se ha buscado con interés. ¿Y por qué deberíamos de buscar con interés el favor de Dios? Porque es lo único que nos puede hacer prosperar y avanzar en el propósito que Dios diseñó para nosotros.

Hay tres ejemplos de crecimiento en la gracia en las Escrituras:

1. Samuel:

"Y el niño Samuel crecía en estatura y en gracia para con Dios y los hombres." **1 Sam 2:26**

2. Esther:

"Entonces dijo: Si al rey le parece bien, si he hallado gracia delante de él, si el asunto le parece correcto al rey y yo soy agradable a sus ojos, que se escriba para revocar las cartas maquinadas por Amán hijo de Hamedata, el agageo, que escribió para destruir a los judíos que están en todas las provincias del rey." **Esther 8:5**

3. Jesús:

"Y Jesús crecía en sabiduría, en estatura y en gracia para con Dios y los hombres." **Lucas 2:52**

Como podemos apreciar en estos tres pasajes, el favor de Dios se debe de manifestar en las tres áreas de nuestro ser: espíritu, alma y cuerpo. (Gracia, sabiduría y estatura)

El espíritu halla gracia a través de la humildad, el alma adquiere sabiduría a través del entrenamiento y el cuerpo madura y crece y se convierte en algo agradable a los ojos de Dios al ser presentado como un sacrificio vivo y santo en adoración. (**Rom 12:1**)

En conclusión, no hay cosa más valiosa que contar con el favor de Dios en nuestra vida. Sin el favor de Dios seremos estorbados; con el favor de Dios seremos impulsados. Sin el favor de Dios nos agotaremos; con el favor de Dios tendremos nuevas fuerzas. Sin el favor de Dios fracasaremos; con el favor de Dios triunfaremos.



Agresividad EN PERROS

¿LA RAZA TIENE ALGO QUE VER?

Estudios realizados en la Universidad de Edimburgo, demuestran claramente que no es la raza del perro la que influye en la probabilidad de que muerda o sea agresivo, sino de otros factores como:

- El carácter.
- La separación del cachorro de la madre, antes del tiempo recomendado.
- La falta de socialización apropiada.
- La no supervisión de los perros cuando interactúan con niños.
- La falta de entrenamiento.
- La falta de una buena alimentación.
- Permanecer atado.
- Miedo o estrés.

La agresividad puede darse en cualquier tipo de raza e incluso en mestizos, pero es importante identificar los tipos de agresividad más comunes, a fin de tomar todas las precauciones necesarias:

- Jerarquía o dominancia, el perro es una especie altamente social, que establece sus relaciones mediante dominancia – subordinación, generalmente la agresividad por este motivo se da porque el animal defiende áreas concretas, o el animal es molestado. En este tipo de agresividad, el animal presenta una postura con cuerpo rígido y en tensión, cola levantada, orejas errectas y dirigidas hacia adelante. Desde cachorro uno debe educar a su mascota, a modo que el animal vaya aprendiendo y adoptando buenos hábitos.

- Por miedo, generalmente en estos casos el animal actúa por defensa o porque no pueden huir, generalmente se da porque el animal no ha tenido contacto con personas u otros animales en el período de socialización primaria, que abarca en la etapa del cachorro y se caracteriza porque el animal dirige las orejas hacia atrás, estirando la cola entre las patas y se agazapa. Es tan imprescindible que los perros desde cachorros puedan socializar correctamente y que no sean separados a temprana edad de su madre y de la camada, y que a medida que este se va desarrollando, aprenda a socializar con niños, perros, gatos, etc.

- Por competencia, ya sea por los recursos, por el espacio, esto sucede cuando hay una sobre población de animales, ambiente pequeño y pocos recursos alimenticios o de agua, entonces los animales empiezan a estresarse y a volverse agresivos entre ellos, es fundamental que los propietarios, tengan en consideración, que si van a traer nuevos integrantes, deben proporcionar las mejores condiciones de vida a sus mascotas.

- Maternal, esto se da solo en hembras lactantes o pseudogestación (falsa preñez) y se caracteriza exclusivamente cuando se acercan a sus crías, o a los objetos que la perra ha adoptado como sus sustitutos de cachorros en el caso de la pseudogestación.

- Por dolencias y/o enfermedad, esto generalmente ocurre repentinamente, teniendo en cuenta que el animal no ha tenido antecedentes previos de agresividad, sobre todo se da cuando se toca el área afectada.

De vuelta es conveniente resaltar que la agresividad no está ligada a la raza, por lo que podemos dejar de temer o culpar exclusivamente a ciertas razas, en especial al Pitbull, que generalmente los medios hacen eco de su agresividad por ser un animal de porte grande, pero poniendo en balanza, la agresividad es muy frecuente en perros de razas pequeñas también, pero no se reporta.

Es importante y responsabilidad exclusiva de los propietarios, que desde cachorros puedan enseñar, educar, poner límites, proporcionar una buena alimentación y los cuidados sanitarios, permitir que su mascota socialice con niños, gatos y otros perros, para el buen desarrollo del carácter, ya que es la etapa en que ellos van aprendiendo y tomando hábitos, las buenas conductas deben ser elogiadas o premiadas.

Para una mejor convivencia, es crucial que tenemos en serio nuestro papel de educar a nuestras mascotas, y ante cualquier duda sobre la crianza y/o comportamiento, acudir a consulta con el médico/a veterinario/a. Mascotas sanas, vida en tu hogar.

frutas vs CALORÍAS

Las frutas y verduras generalmente tienden a ser de los alimentos más bajos en calorías; pero lo que no sabías es que algunos de ellos podrían sorprenderte por su carga calórica.



E

I consumo de estos alimentos puede ser bueno si estás buscando una manera saludable para aumentar de peso. Sin embargo, si estás tratando de perder peso, es preferible guardar estas frutas y verduras para consumirlas ocasionalmente.

Las frutas hipocalóricas aportan entre 40 y 80 calorías cada 100 gramos consumidos. Mientras que las calóricas, contienen elevadas cantidades de grasas y azúcar, aportando 150 calorías por 100 gramos.

LAS FRUTAS Y EL PESO

Aumentamos de peso cuando consumimos más calorías de las que quema el cuerpo para obtener energía, haciendo que se almacene el exceso en forma de grasa.

Como con cualquier alimento, comer demasiada fruta puede conducir al aumento de peso. Sin embargo, debido al bajo contenido de calorías de la mayoría de las frutas, tendrías que comer un volumen muy alto para ganar peso en comparación a los alimentos más densos en calorías, tales como queso, carne, frutos secos y dulces.

Algunas frutas, como el aguacate y la banana, contienen más calorías por gramo que las manzanas, fresas y otras frutas comunes, por lo que la moderación es la clave con estas opciones cuando estás cuidando tu peso.

FRUTAS SECAS

Debido a que ha sido removida la mayor parte de agua de las frutas secas, se reúne una gran cantidad de calorías y nutrientes en una pequeña cantidad. Comé de una taza de uvas pasas y vas a recibir cerca de 500 calorías. Las pasas de las ciruelas proveen 447 calorías por taza, los vegetales de estación tienen 415 calorías por taza.

FRUTAS CON ALTO CONTENIDO CALÓRICO

Aguacate: 276 calorías

Frutos secos: avellanas, almendras, maní, entre 160 a 190 calorías

Bananas: una banana grande contiene aproximadamente 120 calorías

Un mango mediano: 130 calorías

Coco: 230 calorías

Uvas: un fruto que por cada 100 gramos contiene 90 calorías

Durazno: 60 calorías aproximadamente

Guayaba: 68 calorías

Kiwi: 61 calorías

La mejor alimentación es la variada, y con la fruta tenés muchas posibilidades de combinar. Es fácil comer fruta todos los días, siempre que sea un alimento más en nuestra alimentación y no el único.

Siempre nos hemos preguntado si una fruta tenía o dejaba de tener una cantidad u otra de azúcar. Que si el azúcar de las frutas es natural y no engorda, que si comiendo únicamente fruta podemos sobrevivir, etc. Sin embargo, uno piensa que comiendo fruta no va a engordar, ya que éstas sirven para depurar el cuerpo, pero todo alimento tiene calorías y las frutas también. Veamos aquellas que poseen menos calorías, y que podemos consumir diariamente.

FRUTAS BAJAS EN CALORÍAS

Limón: 14 calorías

Sandía: 15 calorías

Pomelo: 26 calorías

Fresas: 27 calorías

Mora: 35 calorías

Ciruela: 36 calorías

Pera: 38 calorías

Durazno: 39 calorías

Naranja: 42 calorías

Mandarina: 53 calorías

IMPORTANCIA DE LAS FRUTAS EN NUESTRA SALUD

Las frutas no solo aportan azúcares simples sino que también son ricas en agua, en fibra, en vitaminas y en minerales. El agua que contienen contribuye a la hidratación, mientras que la fibra brinda importante sensación de saciedad, reduciendo el tiempo en el que se vuelve a sentir hambre. Además tiene otro beneficio, que es regular la función intestinal.



MÁS QUE UN LIBRO

POR LIBRERÍA DEL CFA



MÁS ALLÁ DE TODA BENDICIÓN

Morris explora el concepto de la bendición divina y como ir más allá de las bendiciones materiales para experimentar una vida plena y significativa en relación con Dios.

El libro presenta enseñanzas bíblicas y principios prácticos que ayudan a los lectores a comprender el propósito de Dios para sus vidas y como pueden vivir una vida llena de bendiciones y significado más allá de las circunstancias externas.

Morris aborda temas como la verdadera felicidad, la identidad en Cristo, el propósito de Dios, la fe, la confianza en medio de las pruebas, entre otros. A través de ejemplos bíblicos y experiencias personales, el autor busca inspirar y motivar a los lectores a buscar una relación más profunda con Dios.

Disponible en Librería CFA.

365 DÍAS DE HISTORIAS BÍBLICAS PARA NIÑOS

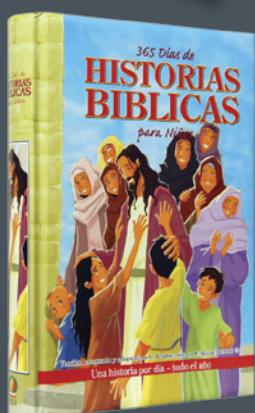
La Biblia de los niños contiene todas las mejores historias bíblicas para los niños, reescritas en oraciones sencillas para facilitar su comprensión por todas las edades.

Están organizados en orden cronológico con los versículos de la Escritura enumerados para que tengan la referencia. Una historia bíblica para cada día.

Estas historias cuentan todo acerca de Noé, José, Débora, Jonás, María, Jesús, Pedro, Pablo, y muchos más. Contiene más de 300 ilustraciones detalladas.

Sus historias bíblicas favoritas saldrán a la vida en orden cronológico. Los versículos de la Escritura se enumeran para una fácil referencia.

Disponible en Librería CFA.



CINE

Por Francisco Javier Cano,
Representante de Canzion Films en Paraguay.

LOS REYES DE LA SALSA (HISTORIA REAL)

Richie Ray y Bobby Cruz son el centro de esta película de tipo biográfica. Conocido dúo salsa más famoso, por ser los pioneros de este género, narra los comienzos, los conflictos personales, y su entrega a los caminos de Dios. Un filme atrapante y motivador.

La película se estrena en cines de Puerto Rico, muy pronto para los demás países de habla hispana, así como los Estados Unidos.

**REVISTA
DIGITAL**



**¡AHORA
GRATUITA!**

Ingresá ya a www.somosuno.com.py
Escribinos a revista@somosuno.com.py
o al Whatsapp (0974) 501 444



@somosunopy



/revistasomosuno



@revistasomosuno

Una iglesia donde encontrarás un lugar al cual pertenecer y crecer bajo la guía de Dios.

Si deseás ser parte de esta gran familia, te invitamos a participar de nuestros servicios semanales, actividades especiales, cursos de estudio de la Palabra, así como ser parte de un grupo de oración y enseñanzas bíblicas (que llamamos "célula") que es el método que Dios nos dio para alcanzar la visión de Ganar Paraguay y las naciones para Cristo.

¿QUÉ ES UNA "CÉLULA"?

Es el nombre que le damos a las reuniones hogareñas semanales, guiadas por un líder con más experiencia en los caminos de Dios. Allí te enseñarán Principios bíblicos y aprenderás sobre la nueva vida en Cristo. Orarán por tus necesidades y te ayudarán a crecer espiritualmente; lo que te llevará a tener el carácter de Cristo, con una vida de paz, victorias, sabiduría y bendiciones para tu vida y la de tu familia.

MOMENTOS ESPECIALES DEL MES EN EL CFA

Santa Cena - 1er Domingo del mes

Semana Misionera - 2do Domingo del mes

Presentación de Bebés - 3er Domingo del mes

Bautismo en aguas - 4to Domingo del mes

PLAN DE SALVACIÓN PARA TI

Todos, sin excepción, cometemos errores y realizamos actos malos en contra de otras personas y contra Dios, porque no somos perfectos. El pecado nos separa de Dios y nos condena a una muerte eterna (Romanos 3:23 / 6:28).

Dios te ama tal como sos, por eso dio a su único Hijo para salvarte (Juan 3:16). Él quiere lo mejor para vos, y anhela ayudarte en tu toma diaria de decisiones, y así potenciar tu vida al máximo.

PARA ESTO HAY 3 PASOS

QUE PUEDES SEGUIR:

- **Hablá con Él:** Arrepentite de las cosas malas que hiciste hasta ahora. Pedile perdón por tu pecados y decile que entre a tu corazón y que de hoy en adelante querés cumplir su voluntad. Por lo tanto, querés que Él sea el Señor de tu vida.
- **Comprométete a cambiar:** Decir que vas a hacer lo que Dios te diga es una cosa, obedecerle es otra. Para que Dios te ayude, tenés que obedecerle.
- **Leé el Manual de Instrucciones:** ¿Qué soldado va a la guerra sin saber qué hacer? Él te dejó un manual de instrucciones: la Biblia. Para enterarte las promesas de Dios que por herencia en Jesucristo te corresponde, tenés que leerla.

IGLESIAS DEL CFA



CFA Central
620 5000
www.cfa.org.py

CFA Avda. España
620 5500

CFA Alberdi
cfa.alberdi@gmail.com

CFA Altos
cfaaltos@gmail.com

CFA Arecazá
iglesiaca.arezaya@outlook.com

CFA Barcequillo
iglesiabarcequillo@gmail.com

CFA Caacupé
511 244 939
cfacaacupe@gmail.com;
cfacaacupe@hotmail.com

CFA Caacupemí
(0972) 242 428 - (021) 634 101
caacupemicfa@gmail.com

CFA Ciudad del Este
061 504 765 R.A.

CFA Hernandarias
0631 21334
hernandarias@cfacde.org.py

CFA Salto del Guairá
(0983) 607 431
saltodelguaira@cfacde.org.py

CFA Minga Guazú
(0983) 655 423 - 0644 21499
minga@cfacde.org.py

CFA Costanera
(0985) 282 931
cfacostanera1@gmail.com;

CFA Chacoí
(0983) 474 296
cfachacoí@hotmail.com

CFA Chacarita
iglesiacfachacarita@gmail.com

CFA Encarnación
(071) 205 700
cfaencarnacion@hotmail.com

CFA Tomas R. Pereira
(0983) 639 363

CFA Nueva Alborada
(0985) 710 411

CFA Itauguá
itauguaca@gmail.com

CFA Lambaré
(021) 925 468 - (0981) 285 193
icfa.lambaré@gmail.com

CFA Luque
(021) 650 698
contabilidad.cfaluque@gmail.com

CFA Loma Pyta
291 936 - 291 067
cfalomappta@gmail.com

CFA Limpio
(021) 781 898
cfalimpio@hotmail.com

CFA Nueva Italia
(0986) 360 769
cfanaitalia@gmail.com

CFA Ñemby
(021) 950 957
cfanemby@hotmail.com

CFA Pedro Juan Caballero
(0336) 271 961
cfa.pjc@hotmail.com

CFA Piribebuy
(0972) 949 713
cfapiriby@hotmail.com

CFA Pilar
iglesiacfa.pilar1@gmail.com

CFA Roberto L. Pettit
iglesiacfarobertolpettit@gmail.com

CFA Sajonia
iglesiacfabarriobrero@gmail.com

CFA San Lorenzo
(021) 570 398
sanlorenzocfa@gmail.com

CFA San Pablo
(021) 559 816
iglesiacfasanpablo@click.com.py

CFA Tres Bocas
(0985) 604 192
cfa3bocas@hotmail.es

CFA Trinidad
iglesiacfatrinidad@gmail.com

CFA Universo
cfauniversomra@gmail.com

CFA Villa Elisa
(0971) 921 543
villaelisa.cfa@gmail.com

CFA Villeta
cfavilleta@gmail.com

CFA Villa Hayes
cfavillahayes.contabilidad@gmail.com

CFA Ypacarai
(0981) 965 952
iglesiacfayapa@gmail.com

CFA Zeballos
cfazeballos@hotmail.com

CFA Atyra
(0983) 723 253 - (0982) 752 694
cfaatyra@gmail.com

CFA Botánico
cfapuertobotanico777@hotmail.com

CFA Costa Sosa
(0994) 711 453
IglesiaCFA_CostaSosa@hotmail.com

CFA Itá
(0974) 545 162
centrofamiliardeadoracion.ita@gmail.com

CFA Fernando de la Mora
(0986) 137 044
iglesiacaffernandodelamora@gmail.com

CFA Reducto

(0971) 133 005
cfareducto@gmail.com

CFA San Lorenzo Centro
(0971) 752 362

» NUEVAS OBRAS

CFA Arroyos y Esteros
(0982) 532 354
cfa.arroyosyesteros@gmail.com

CFA Mariano Roque Alonso - Centro
(0994) 533 522
iglesiacfa.mracentro@outlook.com

CFA Coronel Oviedo
(0983) 387 550
(0984) 734 111

CFA Compañía Salado
(0981) 341 121
cfasalado@gmail.com

CFA Cleto Romero - Caaguazu (Anexo CDE)
(0973) 666 944
cletoromero@cfacde.org.py

CFA Emboscada
(0971) 118 330
iglesiacfaemboscada@gmail.com

CFA Estanzuela
(0981) 551 515
cfaestanzuela@gmail.com

CFA Tavai - Tembiaporenda
(Anexo Cuidad del Este)
caazapa@cfacde.org.py

CFA Pirayú
(0981) 965 952

CFA Ruta II Mcal Jose F.Estigarribia
Km 18 - Capiatá
(021) 570 398

CFA San Lorenzo Bº San José
(0971) 946 835
iglesiacfasanlorenzosanjose@gmail.com

CFA Santa Rosa del Aguaray
(0982) 621 460
cfasantarosadelaguaray@hotmail.com

CFA Thompson - Ypané
(0994) 601 948 - (0986) 704 132
cfa.thompson@gmail.com

CFA Villa Florida
(0981) 161 827
cfavillaflorida@gmail.com

CFA Villa Industrial
(0986) 206 354
Villaindustrialcfa@hotmail.com

CFA La Roca
(0971) 394 233
cfalarocapy@hotmail.com

CFA Laurely - Luque
(0972) 845 604
cfalaurelymolino@gmail.com

CFA Colonia Yguazu (Anexo C.D.E)
yguazu@cfacde.org.py
(0983) 753 003

CFA Ypane
iglesiacfaypane@gmail.com

CFA Luque - El Edem
(0992) 299 817

CFA Bahía
(0985) 107 195
iglesiacfabahia@gmail.com

CFA Barrio Obrero
cfabarroiobrero@gmail.com

CFA Juan Leon Mallorquin (C.D.E)
juanleonmallorquin@cfacde.org.py

CFA San Antonio
(0992) 221 028

CFA El Progreso - Villa Hayes
Redecindo Meza - Cuidad de Villa Hayes -
EL PROGRESO

CFA Katueté
katuete@cfacde.org.py

CFA San Pedro de Ycuamandyu
(0985) 665 522
sanpedro@cfacde.org.py

CFA Capiata Ruta 1
Barrio Virgen del Pilar Calle Israel y Cirilo
Leguizamon - Ciudad de Capiatá

CFA Guarambaré
Herrera, a 150 m de la cancha - Bo. Curuzu
Legua - Ciudad de Guarambaré

CFA Cañadita
cfacanadita@gmail.com

CFA San Francisco
cfasanfrancisco@gmail.com

CFA Filadelfia
filadelfiacfa@gmail.com
(0981) 917 450

CFA Caaguazu
Eugenio A Garay C/ Manuel Godoy - Ciudad
de Caaguazu

CFA Marin Ka aguy - Luque
Vergel Luqueño s/ Bengamin Britez - Luque

CFA Mora Cue
Isidro Oscaris esq. Fidencio Ayala- Mora
Cua - Luque

» IGLESIAS DEL EXTERIOR

CFA Formosa
54 - 370 4286988

CFA Córdoba
54 - 935 16801133



MUJER
Mitos de la mujer
triunfadora
Pág. 24-25

SEPA MÁS
Cinco razones básicas
para congregarnos
Pág. 28-29



INSPIRACIÓN
Con el favor de Dios
Pág. 30-31

¡Como iglesia queremos brindarte lo mejor!
Envianos tus sugerencias y comentarios al correo: atencionalpublico@cfa.org.py