

LA VOZ

THE SPANISH VOICE OF NEW JERSEY
COLABORADORES

Abel Berry, Enrique Padrón, Dra. María Elena Planas, Miguel A. Erice, Rodolfo González, Guillermo Estévez, Luis E. Queralta, Margarita García, Pelayo Balbis Torregosa, Daneil I. Pedreira, Rodrigo Viamonte, Rafael Domiciano, María Teresa Villaverde Trujillo, Israel Abreu, Dr. Carlos Carbonell, Ricardo Aguirre, Domingo Pujols, Armando Canda, Ramón Vera

(Las opiniones en las columnas o secciones firmadas son de su autor y no reflejan necesariamente la opinión o el sentir de LA VOZ)

JUNTA DE DIRECTORES

Daniel García Virginia Iturralde
A. García-Berry A. Roberto García

PUBLISHER: Daniel García
EDITOR: Virginia I. García

PUBLICIDAD Y RELACIONES PÚBLICAS
Daniel García

SITIO WEB
Abel R. García

ARTE Y DIAGRAMACIÓN
Federico del Castillo Laura Gruce

FOTOGRAFÍA
Ricardo Aguirre, Jay Davis, Ramón Vera

DISTRIBUCIÓN /CIRCULACIÓN
Lázaro Serra Robert Lee

LA VOZ

Publicado por "The Voice Publishing Corp."
P.O. Box 899 Elizabeth, New Jersey 07207
E-mail: lavoznj@aol.com
Website: www.lavoznj.com

Union County ----- (908) 352-6654
Middlesex County ---- (908) 352-6619
Essex County ----- (201) 352-7448
Hudson County ----- (201) 866-7754
Fax ----- (908) 352-9735

Miembros de:
NAHP, HMC,
NAJH y NJPA



Encienda una Vela

Por: Stephanie Raha
Editor in Chief



Mantenernos positivos ante lo negativo (I)

Siempre será difícil mantener una perspectiva positiva de la vida, si quienes nos rodean resultan personas negativas. Incluso aunque pongamos gran empeño. Están ahí fuera, en un cubículo de la oficina donde trabajamos, detrás de la cerca que rodea nuestro patio, formando parte de la mesa familiar el Día de Acción de Gracias, en las gradas en los partidos de las pequeñas ligas, y través del Internet. Entonces, ¿cómo mantener nuestra perspectiva positiva cuando tenemos que enfrentar, tal vez muy frecuentemente, a personas que viajan con sus propias nubes oscuras? Este es una situación donde resulta inoperante, donde no funciona, aquel viejo refrán que dice: "Si no puedes con ellos, únete a ellos". Sin embargo, puede ser que usted no sea capaz de cambiarlos a ellos, de transformarlos para bien, pero lo que si está al alcance de sus manos es cambiarse a sí mismo, o al menos la forma en que responde a las personas negativas en su vida. No resulta fácil pero con un poco de práctica usted puede poner a salvo o preservar su perspectiva positiva.

Cambiar la cultura

"Vamos a relacionarnos con los demás siempre con una sonrisa porque una sonrisa es el principio del amor." La Madre Teresa de Calcuta

El Padre Francis "Rocky" Hoffman, el director ejecutivo de Relevant Radio y también presentador del programa "Just Ask Father", dice que cuando se trata de enfrentar personas y situaciones difíciles o bien hay cambiar la cultura o la cultura se encarga de cambiarnos a nosotros. Tal "cultura" existe no sólo en el mundo en general sino también en nuestras oficinas, escuelas, hogares, e incluso iglesias.

"Cuando estamos rodeados de negatividad lo que estamos llamados a hacer es encender una vela; no maldecir la oscuridad. Tiene que venir desde el interior", explica el Padre Hoffman. "La fuente de la alegría, el optimismo, y la esperanza, es la gracia. Podemos recibir la gracia de Dios directamente o a través de la participación en los sacramentos, especialmente la Eucaristía y la confesión, o por medio de la oración".

El padre Rocky sugiere además comprometernos de forma consciente a ser positivos: "Tenemos que evitar los chismes, los chismes es algo en que casi todo el mundo cae, a menos que hagamos una elección deliberada. Tenemos que decidir que sólo vamos a decir palabras positivas sobre las personas. Esto no quiere decir que nos convirtamos en absurdamente optimistas (Pollyanna-ish) o negar que existen problemas. Es simplemente tener una mente amplia y entender que los problemas y dificultades son las noticias ordinaria de todos los días.

Primavera, la estación de la belleza

Por: Maria Teresa Villaverde Trujillo



Lamina de la Reina de la Primavera. (Autor desconocido) (Foto Archivo Maria Teresa)

Tiempo de alegría para las flores que renacen con esplendor mostrando todos sus colores.

La "primavera" es un evento que toma lugar en la órbita terrestre alrededor del sol tal porque nuestro planeta se mueve entre el equinoccio y el solsticio que integran los cuatro momentos en que cada año se produce un cambio de estación, aunque ese cambio no se produce de forma repentina; sino que el movimiento de rotación y traslación terrestre produce un cambio constante que acontece con el sucesivo transcurrir de las horas, días, semanas y meses.

El inicio de las estaciones sucede cuando nuestro planeta Tierra se encuentra en ciertas y determinadas posiciones en su órbita alrededor del Sol. En el caso de la Primavera, su inicio se asoma en el "tiempo" en que la duración del día y la noche coinciden en cualquier punto de la Tierra —excepto en los polos— y a esa especial circunstancia se la llama equinoccio, -fenómeno arqueo-, y Astronómico: cuando el sol ilumina en la misma forma al norte y al sur. O sea, los rayos de luz solar caen por igual en ambos hemisferios —norte y sur— y eso se produce tan solo dos veces en el año, ahora en este mes de marzo llamado equinoccio vernal y en el mes de septiembre llamado equinoccio autumnal, la que nos anuncia la llegada del Otoño.

La palabra equinoccio proviene del latín: "aequinoctium" la cual significa "noche igual".

Cada año el Equinoccio ocurre a una hora y día diferente y esto sucede por el tiempo que tarda la Tierra en dar una vuelta completa alrededor del Sol, sin olvidar el año bisiesto.

Este año la estación primaveral en la costa Este de Norteamérica comienza el domingo día 20 de marzo a las 12:30 am EDT. Durará 92 días y 18 horas con sus días mas largos y las noches mas cortas. En el Polo Norte comienzan los seis meses de luz perpetua en tanto en el Polo Sur cae la noche hasta la llegada del otoño —o punto de Libra— alrededor del 22 o 23 de septiembre.

Vamos a hablar de los temas positivos que están pasando. Llevar la luz de Cristo con nosotros".

Ser consciente de las debilidades y los estados de ánimo de las personas también ayuda. El Padre Rocky señala que algunas personas simplemente están de mal humor por la mañana o por la noche porque están cansados. Tal vez deberíamos darles un poco más de espacio en esos momentos, o al menos ser más comprensivos. Si nos podemos centrar en la misericordia de Dios esto nos permitirá alejar malos hábitos y a ser más misericordiosos con los demás cuando ellos hacen lo mismo. "Las personas que conozco que están más alegres y positivas son personas de extraordinaria humildad y gran vida espiritual", dice el Padre Rocky.

Pasar mucho tiempo en Internet también nos puede exponer a la negatividad. Un artículo en el sitio electrónico PsychCentral reveló "que el uso de redes sociales, es decir, Facebook, puede aumentar los niveles de estrés entre las personas, producir ansiedad y afectar negativamente la auto-estima de una persona. El uso de estos sitios incluso podría causar que una persona desarrolle un trastorno de salud mental o exacerbar uno ya existente".

Manténgase atento para que pueda advertir si cuando pasa tiempo en el internet afecta sus emociones. Y no vacile en bloquear o cortar contactos de cualquier persona que le produzca negatividad o ira.

El padre Rocky añadió lo siguiente: "¿Qué podría mal interpretarse sobre lo que usted escribe en internet? En mi propia página de Facebook siempre mantengo el mismo tono sereno: Trato de comentar sólo temas positivos e inspiradores. Evito la política a pesar de que me gustaría hablar sobre este tipo de temas. Pero no es el lugar apropiado porque divide a las personas. Siempre trato de encontrar algo que pueda unirlos".

(SOBRE THE CHRISTOPHERS)

The Christophers es una institución sin fines de lucro que pretende difundir las mejores tradiciones del cristianismo y mejorarlos como seres humanos. Cualquier donación que usted ofrezca a The Christophers es deducible de impuestos. Y deben enviarse a: The Christophers, 5 Hanover Square, New York, NY 10004)

El matadero del Mundo: el centenario de la batalla de Verdún

Por el Dr. Robert H. Clemm



Un soldado alemán apunta su rifle desde una estrecha trinchera y a su lado yace el cuerpo sin vida de un soldado francés, 1916.

Este pasado mes de febrero se cumplieron cien años de la batalla de Verdún, una contienda que empezó en un mes de febrero y se prolongó hasta diciembre de 1916.

A las 7:15 am del 21 de febrero los 1200 cañones del quinto ejército alemán comenzaron el bombardeo que señaló el inicio de la batalla de Verdún. "Cada nueva explosión es un nuevo ataque, una nueva fatiga, una nueva aflicción," escribió un soldado francés sobre la experiencia del bombardeo que, según el militar, "dejaba a los hombres apenas con fuerza suficiente para poder orar a Dios." La concentración de fuego por parte de la artillería alemana era el más mortífero que se había experimentado durante la Primera Guerra Mundial. Durante las próximas 10 horas literalmente un millón de proyectiles fueron disparados contra las posiciones francesas a lo largo de un frente de 19 millas.

Verdún, de por sí, era una aldea francesa intrascendente en 1914. El nombre de Verdún, sin embargo, se hizo en sinónimo de la Primera Guerra Mundial porque ese sitio se convirtió en muy importante debido a su estratégica posición. Rodeada de fortificaciones modernas, construidas a un ritmo vertiginoso por el gobierno

tó después el jefe militar, a él en realidad no le interesaba capturar Verdún sino simplemente poner en peligro o distraer a los franceses para obligarlos a movilizar una gran cantidad de tropas en ofensivas muy costosas para recuperar su posición. Las esperadas grandes oleadas de hombres lanzadas sobre el campo de batallas, una estrategia que había estado presente en la mente de los planificadores militares como un instrumento capaz de ayudarles a lograr la victoria total, finalmente sería reemplazada por una brutal guerra de desgaste. Independientemente de su motivación, una costosa lucha de desgaste era lo que iba a producirse.

En la batalla de Verdún estuvo presente toda la gama de la experiencia humana: la valentía a la cobardía, el heroísmo, y el horror. Al igual que todos los asuntos humanos, incluso tenía elementos de una farsa. La más moderna de las fortificaciones defensivas francesas, el Fuerte Douamont, fue capturado por pura casualidad. Un grupo de soldados alemanes que intentaban encontrar una entrada en la fortaleza para refugiarse de su propia artillería fueron capaces de sorprender a la fuerza defensiva del lugar compuesta por un pequeño grupo de reservistas franceses arma-



Soldados y caballería francesa descansan en un río camino a Verdún

francés para protegerse contra una futura invasión alemana, Verdún fue la pieza clave del sistema defensivo francés en el frente occidental. Si caía Verdún era una catástrofe porque a partir de ahí existían pocos obstáculos y posiciones fortificadas que impidieran el paso al ejército alemán en su avance hacia los alrededores de París.

Para el General Eric Falkenhayn, el jefe del estado mayor alemán, Verdún representaba una oportunidad para romper el estancamiento del frente occidental. Sus motivaciones aún no están claras del todo debido a que Falkenhayn, una vez terminada la contienda, no explicó en detalles y al parecer trató de justificar su esfuerzo como una estrategia para debilitar a los franceses. Según argumen-

dos con rifles anticuados. El importante Fuerte Douamont, que para poder recuperarlo podría costar la vida de cien mil franceses según un oficial experto de la época, había quedado en manos de reservistas porque no existían claras órdenes del alto mando francés que debía defenderse y por eso nunca había sido entregado a unidades francesas activas.

Si bien Verdún simboliza el elemento humano de la guerra también encapsula los horrores particulares de la Primera Guerra Mundial. Mostró lo que podía suceder cuando se une una voluntad nacionalista y el desarrollo de la industria armamentista. La concentración artillera alemana contra las posiciones francesas sólo fue un preámbulo de lo que esta-

(Pasa a la Página 34)