



PARA TENER PRESENTE

Esto les ocurre a muchas personas a diario y realmente es algo en lo que debemos reflexionar.

Una amiga tropezó con un extraño que pasaba y le dijo: *Perdón. Él contestó: Discúlpeme, por favor, no la vi.* Ambos fueron muy educados, se despidieron y siguieron su camino.

En la tarde, al estar cocinando, estaba su hijo muy cerca de ella. Al voltearse de pronto casi la tumba. *¡Quítate!* –le gritó–. Él se retiró sentido, sin que ella

notara lo duro que le habló. Al acostarse, estaba despierta aún, una voz le dijo suavemente: “Trataste al extraño cortésmente. Pero maltrataste al niño que amas. Si vas a la cocina encontrarás unas flores en el piso, cerca de la puerta. Son las flores que cortó y te trajo. Estaba callado para darte la sorpresa y no viste las lágrimas que llenaron sus ojos cuando le gritaste”.

Entonces ella se sintió miserable y empezó a llorar. Se levantó y suavemente se acercó, se

arrodilló junto a su cama y con dulzura le dijo: “Despierta, hijo, despierta. ¿Son estas las flores que cortaste para mí?” Él sonrió y le dijo: “Las encontré en el jardín y las cogí porque son bonitas como tú”. Con un nudo en la garganta, muy arrepentida de lo que había hecho, tomó al hijo en sus brazos y le dijo: “Hijo, siento mucho lo que hice, no debí gritarte”. Él con mucho amor y una tierna sonrisa en los labios contestó: “Está bien, mami. Yo te quiero de todos modos”. A lo que ella respondió: “Yo también te quiero, mi amor, y me gustan mucho las flores”.

Muchas veces nos entregamos más al trabajo y demás obligaciones que a nuestra familia... Piensa que si morimos mañana todas nuestras obligaciones serán cumplidas por otra persona, en cambio la familia que dejamos sentirá la pérdida por el resto de su vida. No lo olvides. No dejes que la vida se te vaya sin que ellos sientan la inmensidad de tu amor. Así demuestras que se puede trabajar y amar a la vez.

INTERESANTE Y PARA PENSAR

IMAGINA que existe un banco, que cada mañana abona en tu cuenta la cantidad de 86 400 pesos. Ese extraño banco, al mismo tiempo, no arrastra tu saldo de un día para otro: cada noche borra de tu cuenta lo que no has gastado.

¿Qué harías?... Conjeturo que retirar todos los días la cantidad que no has gastado, ¿no?

Pues bien, cada uno de nosotros tiene ese banco: su nombre es **Tiempo**. Cada mañana, abona en tu cuenta personal 86 400 segundos. Cada noche borra de tu cuenta y da como pérdida cualquier cantidad de ese saldo que no hayas invertido en algo provechoso. No arrastra saldos

de un día a otro; no permite sobregiros. Cada día te abre una nueva cuenta. Cada noche elimina los saldos del día.

Si no usas tu saldo durante el día, tú eres el que pierdes. No puedes dar marcha atrás. No existen cargos a cuenta del ingreso de mañana, debes vivir el presente con el saldo de hoy. El reloj sigue su marcha... consigue lo máximo en el día. Puedes preguntar por el tiempo a determinadas personas, como por ejemplo:

- Para entender el valor de un año, pregúntale a algún estudiante que repitió el curso.

- ... el valor de un mes, pregúntale a una madre que alumbró a un bebé prematuro.



- ... el valor de una semana, pregúntale al editor de un semanario.

- ... el valor de una hora, pregúntales a los amantes que esperan para encontrarse.

- ... el valor de un minuto, pregúntale al viajero que perdió el tren.

- ... el valor de un segundo, pregúntale a una persona que estuvo a punto de tener un accidente.

- ... el valor de una milésima de segundo, pregúntale al deportista que ganó una medalla de plata en las olimpiadas.

Por todo esto, amigo, te recomiendo que atesoras cada momento que vivas, porque recuerda que el tiempo no espera por nadie.

Ríate

en esa habitación y luego de unos minutos, vuelve y le contesta:

—No.

El loco responde:

—¡Entonces, me escapé!

- Sabes, querida, cuando hablas me recuerdas el mar.

—¡Qué lindo, mi amor! No sabía que te impresiono tanto.

—No me impresionas... ¡me mareas!

- Llama un loco al manicomio y pregunta al recepcionista:

—¿Hay alguien en la habitación 307?

Este recorre los pasillos para chequear la ausencia de inquilinos



¡A la cocina!



GUISO CRIOLLO

Para los días fresquitos nada mejor que un rico guiso. Así obtendremos energía, nutrición y sabor.

Ingredientes:

- 1 kg carne para guisar
- Harina
- 1 cebolla grande
- 2 zanahorias cortadas en rodajitas
- 1 pimiento rojo, cortado en tiritas
- 1 pimiento verde, cortado en tiritas
- 6 tomates, escaldados y pelados
- 1 caldo de verdura concentrado
- Laurel
- Pimentón
- Sal y pimienta
- Tomillo y orégano
- 2 cdas. de puré de tomate
- 3 papas
- 3 trozos de calabaza

- Fideos pequeños

- Agua

Preparación:

Corta la carne en cuadraditos pequeños, salpiméntalos y rebózalos en harina, eliminando el exceso. Luego, coloca en una cacerola el aceite y dora la carne en el aceite bien caliente. Añade la cebolla, los pimientos. Rehoga todo y agrega los tomates, los condimentos, el cubito de caldo y cubre de agua. Deja que rompa el hervor y luego baja el fuego para dejar reducir un poco el caldo. Luego añade las papas y los fideos. Cocina todo a fuego lento. Cuando veas que los fideos están listos, las verduras casi estarán en su punto también. En ese momento, diluye el puré de tomate en un par de cucharadas de agua fría y añádelo a la cacerola. Deja que hierva a fuego bajo, rectifica la sal y listo.



GRISINES

Ideales para acompañar desayunos, meriendas, cenas o almuerzos, estos palitos

crocantes nunca están de más.

Ingredientes:

- 1 kg de harina
- 1 cdtita. de sal fina
- Pimienta negra
- 30 g de levadura seca
- 2 tazas de agua
- ½ taza de aceite
- Sal

Preparación:

Mezcla en un recipiente la harina, la sal fina y la pimienta negra. Forma una corona con estos ingredientes e incorpora la levadura previamente desgranada junto con dos cucharadas de agua tibia. Deja fermentar durante 15 minutos. Una vez pasado el tiempo, incorpora el aceite y el agua restante. Une todos los ingredientes hasta formar una masa lisa y uniforme. Deja descansar a temperatura ambiente hasta que se duplique el volumen. Luego, toma un rodillo y estira con él la masa hasta lograr un cm de espesor. Con un cuchillo, corta en tiras finas, coloca en una placa para horno y pinta con aceite. Espolvorea con sal y hornea a temperatura alta durante 15 minutos o hasta que se doren. Si quieres preparar grisines saborizados, solo tienes que agregar a la masa la especia, las hierbas frescas, el queso o las verduras o fiambres procesados que más te gusten.