

## LAS MANOS



acompañan tus labios al tirar un beso a lo lejos, cuando con increíbles caricias hacen brotar de una guitarra las más bellas melodías. En el amor, las manos acarician, suaves y curiosas, rincones escondidos para descubrir la belleza del compartir. Aman sin sonidos, sin miradas.

Abiertas solo te ofrecen y cerradas no quieren dar. Están las manos que nos dan protección, las que modelando crean arte, las que amasando nos alimentan con pan. Las que curan llenas de amor.

El corazón sin las manos no sabría hablar. Las manos, la expresión del amor, el corazón en franca conversación, cuando se trata de dos. Las manos marcan y guían el camino como la brújula. Están las que pueden leer, porque no ven, o las que hablan sin voz.

Dame tu mano y tendrás mi corazón. Toma mi mano y tan solo sírvete de ella lo que quieras.

**MUCHOS** ignoran el verdadero significado de las manos. Ellas son todo lo que sabemos y mucho más.

Cuando llegamos al mundo, nuestro primer contacto es con un par de manos suaves que nos reciben del regazo de nuestra madre. Las manos son las

palabras del corazón. Aman, odian, toman o dan, golpean o acarician. Las manos de una madre, por ejemplo, calman el dolor de la caída al correr, secan las lágrimas después de un reto.

No sería nada el corazón sin las manos, porque ellas son su más fiel expresión cuando

freepik.com



freepik.com/ mejorconsalud.as.com

# INTERESANTE Y PARA PENSAR

**I**MAGÍNA**T**E 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?... Imagino 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. Cada noche borra de tu cuenta y da como perdida 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



EVY ALLING

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.

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

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

-Para entender el valor de una hora, pregúntale a los amantes que esperan para encontrarse.

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

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

-Para entender 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; recuerda que el tiempo no espera por nadie.

## A la cocina

### BOLITAS BLANDAS DE COCO

#### Ingredientes:

- 1 cucharadita de vainilla
- 4 cucharaditas de leche
- 1 taza de coco rallado
- 1 taza de harina
- 1 ½ taza de azúcar
- 1 cucharada de manteca
- 1 cantidad pequeña de sal

#### Preparación:

Coloca ½ taza de coco en un procesador de alimentos o batidora.



Añade la harina, ¼ taza de azúcar y la sal. Pulsa para mezclar. Agrega la manteca y la esencia de vainilla; vuelve a mezclar hasta que la masa se una.

Calentar el horno a 160°C. Enrolla la masa en bolitas de aproximadamente 5 cm. Colócalas en una bandeja para hornear sin engrasar.

Hornea hasta que estén firmes pero tiernas, 15 minutos aproximadamente. Retira del horno y deja enfriar por completo.

En un tazón, une la taza de azúcar restante y la leche hasta que se forme una mezcla suave, pero todavía espesa. Sumerge las bolitas en esta mezcla, escurre y rueda en el coco restante.



### SALSA ENCHILADA

#### Ingredientes:

- 1 poco de aceite
- 1 poco de jugo de limón
- 1 poco de vinagre
- 250 gr de pimiento chile o ají picante
- 4 dientes de ajo
- 250 cc de agua
- Sal al gusto

#### Preparación:

Pica los chiles o ajíes dejándoles las semillas y las venas. Lléalos al fuego en una cacerola con el aceite hasta dorar. Colócalos en la licuadora junto con el ajo, el jugo de limón, la sal, el vinagre y el agua. Licua muy bien y sirve.