

# FRATER GRANADA

FRATERNIDAD CRISTIANA DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD

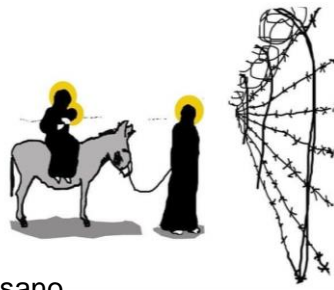


DICIEMBRE 2021 - N° 50



## Sumario

Portada  
Editorial  
Información Equipo Diocesano  
Mensajes del Padre François  
Cartas Fraternas  
El Amor es la Puerta Abierta...  
Entrevista  
Mi Amor por los Libros  
Luz Fraterna de Navidad  
Caperucita y sus Amigos  
El Cuarto Rey Mago  
Poesías  
Notas de Prensa  
Pasatiempos  
Receta cocina  
Contraportada



## EDITORIAL

Inmersos en pleno Adviento, los Cristianos /as recordamos la venida de Jesús, la luz que ilumina el mundo, la alegría, la ternura, el compartir fraternalmente del que nada tiene y la Esperanza...

En ésta espera llena de Esperanza, ocupamos nuestros días en la certeza de que su Buena Noticia, da y nos dará la felicidad plena, ya no tenemos que tener miedo...

En contrapartida, nuestra sociedad nos marca un calendario de adviento en el cada ventana que abrimos, nos ofrece una alegría momentánea, la luz artificial de calles, escaparates, etc. que nos invita a la posesión consumista, materializada en compras sin ton ni son, comer y beber sin medida, etc. un tiempo lleno de stress, que aboca a la desesperanza cuando te paras y te adentras en ti...

La Natividad se ha quedado vacía, de su contenido, se ha quedado la palabra y ya hay voces que hasta quieren eliminarla...

Caminamos en un mundo lleno de contrastes en blanco y negro, de carencias y sobreabundancia... En dónde la Esperanza no suele ser la brújula que marca la meta; Flota una pregunta en el aire, ¿Porque nuestra sociedad está falta de esperanza, si disfrutamos de un tiempo de desarrollo?

La vida sin Dios, no es vida vivida plenamente, el misterio de Belén, nos hace libres, hermanos/as... La felicidad que nos deseamos unos a otros, no puede nunca apoyarse y vivir en la sobreabundancia, en el utilitarismo de la persona...

Por esto una sociedad que utiliza éste patrón y cura la desesperanza sólo con pastillas, sin profundizar en la frustración o motivación de ésta, se verá abocada al fracaso...

Los cristianos/as estamos llamados a ser signos de alegría y esperanza en medio de nuestro mundo. Alegría que brota del corazón y que se transforma en acogida, en palabra que ánima, acompaña y comparte...

Os deseo una feliz Navidad de la mano de Jesús, nuestra Esperanza

### **Realización:**

M<sup>a</sup> José Rodríguez Millán

### **Montaje:**

M<sup>a</sup> José Rodríguez Millán  
José Manuel Zambrano Sosa

### **Colaboraciones:**

Juan de Dios Peinado  
Trini Recio  
Manuel Velázquez  
Paco Bautista  
Amparo Verdejo  
José Manuel Zambrano  
M<sup>a</sup> José Rodríguez Millán

### **Dirección Social:**

**Frater Granada**

c/ Verdiales 13, Bajo  
18014 - Granada -  
Teléfono: 958 15 74 91



<http://fratergranada.webnode.es/>



**Frater Granada**





# Información Equipo Diocesano

Queridos hermanos/as, deseamos que estéis todos bien. Aún hoy, seguimos viviendo esta situación tan difícil, estresante, desesperante, que está durando mucho tiempo, pero que con fuerza, tranquilidad, paz, esperanza y esfuerzo conseguiremos que todo vuelva a la normalidad, y esperamos de todo corazón que, pronto volvamos a vernos, a compartir experiencias, buenos momentos, charlas, besos y abrazos, ....

En este segundo semestre del año 2021, han sido muchas las actividades organizadas a través de videoconferencia en las cuales hemos estado presentes, representando a Frater. Citaremos algunas de ellas, ya que han sido muchas:

- **Invitados por la Presidenta del Consejo Social de la Universidad de Granada a los DIÁLOGOS:**

Con JUAN LÓPEZ BELMONTE (Presidente de Farmaindustria), Y con CHARLES POWEL (Director del Real Instituto Elcano),

- **Invitados por el Presidente de Frater España a los SEMINARIOS WEBINAR:**

- Experiencia Vital del Encuentro con Frater” a través del Testimonio de MARÍA JOSÉ DEL RÍO (Responsable de la Zona de Castilla y León)
- “Frater, viviendo la Universalidad”. PONENTE: Sonia Leticia Martínez, Responsable Intercontinental de Frater.
- 

- **Invitados por SERVIMEDIA, a las siguientes charlas:**

- ¿Está en riesgo el modelo de Pensiones?
- La Oportunidad del Turismo para Todos.
- La relación Profesional Sanitario-Paciente: Oportunidades y retos tras la pandemia.
- Entornos educativos digitales e inclusivos.
- Presentación de la Guía Jurídica sobre la gran reforma del Código Civil.
- Por el consenso en la reforma del art. 49 de la Constitución.
- “VOLUNTARIADO PROFESIONAL”.

- **Invitados por la Presidenta de Andalucía Inclusiva a la:**

- Jornadas Socio sanitarias PERSPECTIVAS DE LA ATENCIÓN SOCIOSANITARIA Y LA DISCAPACIDAD ANTE EL HORIZONTE COVID-19.
- Al Taller sobre Procedimientos y Recursos de Mejoras de la Accesibilidad en Comunidad de Propietarios.

**Invitados por COCEMFE:**

- A la Masterclass: “Estudio Social y Laboral de la mujer con discapacidad en España.

**Invitados por FUNDACIÓN ONCE al siguiente Webinar:**

- “Dejando atrás la incapacitación Judicial a favor de un sistema con apoyos.



- **Invitados por el Presidente de la Plataforma Andaluza del Voluntariado:**
  - A la Escuela Andaluza del Voluntariado 2021: “La fortaleza del Voluntariado”.
- **Invitados por la Presidenta de la Plataforma de Voluntariado de Granada, al:**
  - “Plan de Contingencia en el Voluntariado ante una situación de emergencia”.
- **Invitados por la Presidenta de FEGRADI**
  - Asistencia al Encuentro Digital: “Dialoga con Fegradi sobre Salud”.
  - Asistencia a la Asamblea General Ordinaria Online.

También hemos asistido de forma **presencial**, aunque en menor medida a diferentes actos, como:

- A la presentación del Calendario Solidario de la Asociación Parkinson en el patio del Excelentísimo Ayuntamiento de Granada.
- Al Taller de Formación sobre “Nuevos Tipos de Violencia de Género en mujeres y niñas con discapacidad de Andalucía. CIBERVIOLENCIA., en Fegradi,
- Asistimos a la Asamblea Extraordinaria del Consejo Municipal de Personas con Discapacidad, celebrado en el Salón de actos del Teatro Municipal Maestro Alonso.
- A la Asamblea General Ordinaria, de la Plataforma de Voluntariado de Granada.
- A la lectura del manifiesto con motivo del día Internacional del Voluntariado, celebrado el día 1 de diciembre en el Salón de Actos del Edificio 1 del Complejo Almanjayar.
- Con motivo del Día Internacional de las Personas con Discapacidad, hemos participado en la Marcha organizada el día 3 de Diciembre.





Como podéis ver son muchas las actividades en las que Frater está presente, haciéndonos visibles y aportando nuestro granito de arena.

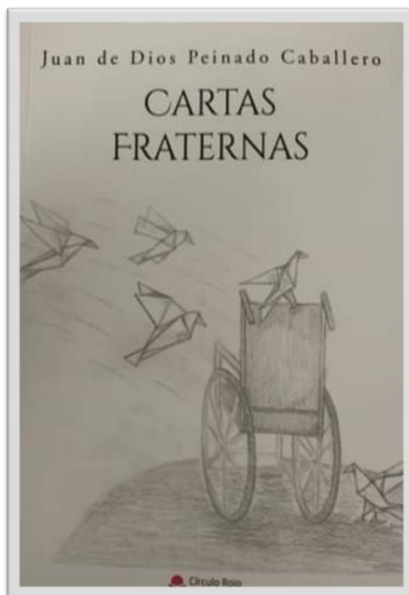
Queremos recordaros que el pago de la cuota se puede hacer a través del banco, para ello, podéis poneros en contacto con Mané y él os facilitará el número de cuenta para hacer el ingreso.

Queremos terminar con la esperanza de que pronto volveremos a retomar todas nuestras actividades y podremos compartir nuevas vivencias.

Un fuerte abrazo a todos y todas

**EL EQUIPO**

## UN LIBRO TITULADO "CARTAS FRATERNAS"



Este verano ha visto la luz un libro que recoge todas las cartas que nuestra revista ha publicado durante 24 años, y que suman ya el número de 64. Su autor, Juan de Dios, no necesita presentación, porque lleva quizás más de treinta años colaborando con Frater, y escribiéndolas para nosotros en cada edición. A ruego de bastantes conocidos, ha querido ofrecérmolas todas juntas, en un paquete con tres apartados, en correspondencia con las fechas de salida de nuestra revista: NAVIDAD, PASCUA y VARIOS, es decir, comienzo o fin de curso. Vosotros, lectores, conocéis bien los distintos contenidos de las mismas. Siempre escritos desde una visión cristiana, y por consiguiente humana, que pueda ayudarnos a vivir nuestro ideal como fraternos.

Para la Asamblea General, celebrada este verano en Málaga, enviamos unos ejemplares a todos los Equipos de las distintas zonas de España, como un obsequio nuestro, y para darlas a conocer.

Informaros que ante la demanda, se ha hecho una nueva edición del libro, los interesados en adquirirlo pueden hacerlo a través de Mane en el teléfono: 958 15 74 91.

El precio es de 10 €.



Trascribo lo que, desde Frater Andalucía y desde el Equipo Nacional han respondido a nuestro envío:

“Espero que al recibo de la presente, os encontréis bien, yo quedo bien gracias a Dios”. Con esta hermosa, pero desusada frase epistolar, se dirige Juan de Dios a las personas de FRATER en la septiembre de 2021, Frater Granada, a través de Frater Andalucía, ha distribuido a los/las representantes de las distintas zonas de la Frater en España, ejemplares del libro de Juan de Dios Peinado Caballero (responsable de formación de la misma) “CARTAS FRATERNAS”; una obra escrita desde el corazón, que recoge presentación de su libro.

Aprovechando la celebración de la Semana de Fraternidad de Frater España, celebrada en la Casa Diocesana de Málaga del 30 de Agosto al 5 de reflexiones sobre temas coyunturales con la época en la que sale la revista que Frater Granada edita cada año, al comienzo y al final de cada curso fraterno. En la presentación del libro dice Juan de Dios: “... en todas ellas va mi corazón y el cariño que tengo por FRATER, que es lo que siento por cada uno de vosotros desde que tuve la suerte de conocerlos”. Este es uno de los tesoros de FRATER, las personas que, a lo largo de su andadura, con mucha dedicación, han ido incorporándose a nuestro movimiento fraterno. Gracias Juan de Dios por tu compromiso y por haber canalizado tu vocación de servicio a través de la FRATER.

“Sin otro particular, le Saluda atentamente, la Junta Directiva de Frater Andalucía”



Estimado Juan de Dios, disculpa no haber correspondido a tu generoso obsequio para las fraternidades de España.



El libro fue entregado, siguiendo tus instrucciones por medio de geno, a todas las zonas presentes. Geno sí que nos indicó a todos los presentes que el libro -como tú indicas- recogía testimonio de la vida fraterna.

Puedo decirte que el libro se recibió con mucho aprecio, también se indicó, en ese momento, que en caso de tener interés por conseguir más ejemplares que se pusieran en contacto contigo.

Personalmente, aún con un retraso injustificado, te agradezco tu gesto de generosidad y amor por esta Frater que tanta vida ha regalado a multitud de personas y que, también, ha sido el estímulo que nos otorgó fuerzas para caminar y descubrir el sentido de nuestra vida.

Un gran abrazo fraternal.  
Enrique Alarcón  
Presidente de Frater España

**LA GRATUIDAD** Así como Cristo es la cabeza y nosotros sus miembros, en la Fraternidad necesitamos de todos los que la componemos para que se “mueva”. Si no es por las fuerzas de algunos compañeros no podríamos realizar la labor encomendada. Una palabra de ánimo y un brazo que te sujeta tienen la misma importancia bajo los ojos de Dios porque se dan sin pedir nada a cambio.

Mensaies Padre Francois



## MENSAJES DEL PADRE FRANÇOIS



**“Cuando hay que avanzar diez pasos para acercarse a alguien...dar nueve no es más que recorrer la mitad del camino”**

Necesito dar diez pasos para ir hacia mi hermano. Estamos separados. ¿Es principalmente por la distancia?... ¡Ay!, Más que la distancia, lo que nos separa a unos de otros, es la diferencia: “Tú no me interesas”; son los prejuicios: “No podemos entendernos”; a veces el rencor...”Después de lo que me ha hecho!.. Estos son los diez pasos que nos separan; y son diez grandes pasos: torrentes tumultuosos, océanos, montañas con nieves perpetuas... Y es necesario que nos aproximemos, que fraternicemos. Es la orden del Señor: “Manteneos unidos”... Esta es la fuerza que os mantendrá, la alegría que os reanimará.

“Yo quiero, dice uno, yo haré la mitad del camino, pero que el otro haga la otra mitad...” ¡No!, no caben los cálculos matemáticos, las ciencias exactas no tienen nada que ver con esto. En la escuela, la mitad de 10 son 5, pero para el amor, la mitad de 10 son 9.

Vamos a celebrar la Navidad. Esta fiesta nos recuerda el paso, ¡y qué paso!, que dio Dios al venir a la tierra, haciéndose hombre como nosotros y tendiéndonos una mano fraterna. Ya no hay dificultad para encontrarlo. Aprovechemos la Navidad para franquear la distancia que nos separa a unos de otros, la distancia que nos separa de los que viven cerca de nosotros, de aquellos con los que hasta este momento no habíamos fraternizado, de aquellos con los que hasta ahora no queríamos fraternizar.

El lema que da título a este mensaje parece indicar que hay que dar nueve pasos de los diez. ¿Y por qué no los diez? He aquí la razón: para que haya amistad es necesario que el otro haga algo, que acepte la amistad que se le ofrece. Es la parte que el otro tiene que hacer y que nadie puede hacerla por él. El paso que debe dar este hermano enfermo, este minusválido, es la sonrisa que se dibuja en sus labios, la mano que se tiende cordialmente, el adiós que exclama cuando la puerta se cierra. Y entonces sucede esto: el que había empezado, cuando vuelve a encontrarse solo, hace esta sorprendente reflexión: “al acercarme a mi hermano yo creía que estaba dando mucho más de lo que recibía. Yo había dado nueve pasos y él uno, pero ahora creo que él ha sido tan generoso como yo, incluso más que yo. **La amistad considera como poca cosa lo que da y como mucho lo que recibe.** ¡Qué rara es esta ciencia de la fraternidad. Sus metros son elásticos y sus pasos variables!

---

¿Qué os ha parecido este mensaje navideño? ¿Nos decidiremos a seguir esta clase de matemáticas evangélicas que nos hará aprobar con nota el único examen que nos hará Dios cuando nos presentemos ante él? Ya sabéis que solo nos examinarán de amor



# EL SÍNODO DE LA SINODALIDAD



Queridos amigos:

No sé si os habrá llegado la noticia de que el día 17 de Octubre pasado dio comienzo la fase diocesana, en todo el mundo, de un Sínodo para la Iglesia católica, y puede que alguno de vosotros se pregunte: ¿y qué es eso de un sínodo?

Un sínodo para la Iglesia universal **es la reunión junto al Papa**, de todos aquellos que él quiera convocar, para tratar asuntos importantes para su mejor funcionamiento y organización. Este es el significado de esa palabra, que viene del latín y del griego, que son como la madre de nuestro idioma castellano, y que significa **hacer un camino juntos**.

La Iglesia, desde sus comienzos, se fue organizando empujada por las circunstancias de su implantación y, sin duda, por lo que entendían que era la inspiración que les daba el Espíritu Santo, a quien siempre se creyó como el guía e impulsor de su vida. En la primera noticia que tenemos, en el libro de los Hechos de los apóstoles, de una asamblea decisoria de algo importante para la naciente Iglesia, dice significativamente el texto: “ **Porque hemos decidido el Espíritu Santo y nosotros...**” Esta es la convicción fundamental del sentido de la eclesialidad: **el Espíritu y la Comunidad**. Y así trascurrieron varios siglos, aunque no demasiados, porque en un principio la Iglesia se consideró a sí misma como una **comunidad de iguales**, porque lo determinante no era el oficio o carisma, que sin duda siempre existió, puesto que todo grupo necesita alguien que haga cabeza, pero era **la condición de bautizados** lo que unificaba a todos, porque lo importante era ser miembros de Cristo, y no el oficio o servicio que realizaba. Tal vez por necesidad organizativa, o por influencia de ideas ajenas a lo que se vivió en los comienzos, terminó por imponerse la autoridad de los dirigentes, y comenzó lo que hoy llamamos **clericalismo**, que sin duda fue un mal para la Iglesia, porque poco a poco al conjunto de los cristianos solo le quedó el obedecer, estableciéndose, en la práctica, dos categorías: los que mandan y los que silenciosamente acatan. El Papa Francisco lo censura duramente y con razón, de aquí su empeño en que sea todo el Pueblo de Dios el que hable.

Dentro de esta ya estructura clerical, a lo largo de los siglos, se han reunido muchos Concilios regionales y universales, llamados también sínodos, pero siempre eran reuniones de Obispos, con poca o casi nula participación del Pueblo, salvo para su aceptación. El mismo Concilio Vaticano II, que fue la puesta al día en tantos campos, quiso actualizar esta institución, para que el gobierno de la Iglesia no recayese solo en el Papa, sino que los Obispos participaran activamente en razón de **la colegialidad**, un concepto que se actualizó, desde la convicción de que los Obispos forman junto al Papa el Colegio apostólico. A partir de entonces ha habido con cierta periodicidad Sínodos de Obispos sobre temas muy diversos. Desde Pablo VI en adelante todos los Papas los han





convocado, incluido Francisco, aunque cada vez más con cierta apertura a otros miembros del Pueblo de Dios.

Ahora hay un salto cualitativo, porque para este sínodo el Papa quiere que sea todo el Pueblo de Dios el convocado y que sea el sentido de fe de todos los cristianos, quien se ponga a la escucha del Espíritu, guiados por la Palabra de Dios. Lo dice así de bellamente: **“para que germinen**

**sueños, suscitar profecías y visiones, hacer florecer esperanzas, aprender unos de otros y crear un imaginario positivo que ilumine las mentes, enardezca los corazones, y dé fuerza a las manos...el camino sinodal es el camino que Dios espera de la Iglesia en el tercer milenio”** No puede estar más claro. El caminar juntos es lo que mejor realiza y manifiesta la naturaleza de la Iglesia como Pueblo de Dios peregrino y misionero. Se nos dice en la convocatoria que este Sínodo es **un Don y una tarea**: “caminar juntos, reflexionar sobre el camino recorrido y experimentar cuales son los procesos que puedan ayudar a la Iglesia a vivir la Comunión, a realizar la Participación y abrirse a la Misión”.

A estas alturas, estamos esperando que desde la Diócesis faciliten el material correspondiente para iniciar reuniones de reflexión y oración de todo el que quiera participar. Estamos convocados cristianos y hasta no cristianos, practicantes y alejados, para que con libertad se expresen los deseos, fallos, razones de nuestra adhesión o del rechazo de unos y otros, y me han dicho que están preparándolo y que pronto estará a nuestra disposición.

Solo me resta animaros a participar, sentirnos Iglesia, Pueblo de Dios en marcha, y acoger con ilusión esta llamada del Papa Francisco, que sueña con una Iglesia renovada, como fue el propósito del Concilio Vaticano II, uno de los mayores acontecimientos de la Iglesia, y que después de cincuenta y seis años que acabó, aún tiene muchas ilusiones y esperanzas sin cumplir.

Por último, aunque sufriendo aún las dificultades para retomar nuestra marcha, no queremos que deje de llegaros esta Navidad la Revista, una tradición larga en estas fechas, que es lazo de unión entre nosotros y que con tanto esmero y cariño diseña y prepara nuestra querida M<sup>a</sup> José. Por mi parte, como siempre os deseo unas NAVIDADES MUY FELICES, con vuestra gente, y que sintáis la cercanía de Dios manifestada en el Niño de Belén. Un fuerte abrazo de

**Juan de Dios**



# EL AMOR ES LA PUERTA ABIERTA PARA HACER POSIBLE LO IMPOSIBLE



*El amor es una realidad de la que todo el mundo habla, canta y escribe...*

Pero, a la vez, es una de las palabras más maltratadas e incomp entendidas del diccionario.

Pues, con frecuencia, la asociamos a cosas como el sentimentalismo, la pasión, el deseo... u otras emociones superficiales que nada tienen que ver con el amor verdadero.

En este sentido vivimos engañados...

Y lo peor de todo, es que nos creemos fielmente nuestras propias mentiras y nos convertimos en víctimas de nuestros propios inventos, sobre todo, cuando empiezan a regir nuestra vida sentimientos o instintos que para nada se corresponden con nuestra realidad interior.

## **No.**

El amor no es simplemente un estado emocional, ni es un sentimiento, ni es un mero impulso que dependa de las circunstancias... es más bien, un profundo estado de conciencia y una maravillosa forma de ser.

El amor verdadero es un principio de vida, una fuente inagotable, una profunda conexión, una corriente que fluye irresistible y llena de vida el corazón.

Y esto es así, hasta el punto de que el mundo nuevo que soñamos, tendrá un sello constituyente y una marca de calidad y de autenticidad que no puede ser otra que la del amor...

Sin esa marca seremos un producto adulterado.

El evangelio nos da la clave de cómo debe ser ese amor auténtico:

"Como yo os he amado"

Es decir, un amor que suma y que multiplica:

- sin doble lenguaje
- abierto a todos
- sin condiciones...



Un amor de esta categoría es la puerta abierta para hacer posible lo imposible.

Y además este es un amor que no pesa sino que da alas.

¿Le pesa el hijo a su madre?

¿Le pesa un enamorado a su amor?

¿Le pesa un hermano a su hermano?

Manuel Velázquez Martín.



# Entrevista

Como en otras ocasiones, esta sección sale de Granada, en concreto a Los Noguerones, a través de ésta entrevista, que ha tenido a bien en concederme, Porfi, descubriremos un poco más de su realidad vital.

Me llamo Porfi, nací el 20 de septiembre de 1960 en una pedanía de Jaén, Los Noguerones, mis padres eran Eusebio y Antonia. La tercera de cuatro hermanos, mi niñez fue muy feliz, crecí en una familia humilde y muy unida. A los 9 años el destino marcó mi vida para siempre, falleció mi padre de leucemia. Mi madre derrochaba humanidad, todo se lo debo a ella, vivía por y para sus hijos,

Cuando terminé el colegio, empezó mi vida laboral, que ha transcurrido trabajando en un negocio familiar, un taller de confección, para una fábrica de Granada, a 90 km de mi pueblo; yo era la encargada de ir dos veces en semana con la furgoneta a la fábrica a recoger las prendas cortadas y entregarlas colgadas en su percha. Deje el trabajo cuando a mi mamá le diagnosticaron una enfermedad degenerativa, quedo dependiente para todo, siempre he vivido con mi madre, ella me necesitaba.

**- ¿Cuándo y cómo entraste en contacto con Frater?**

- En verano 1997, gracias a mi amiga Nati que me invito a las colonias, desde ese verano estuve once veranos consecutivos.

Lo dejé por el mismo motivo que el trabajo, mi mamá me necesitaba, durante los once años que estuve cuidando a mi mamá siempre que podía asistía a la comida de Navidad, por lo menos tenía el gozo de pasar un día con mis hermanos fraternos...

**- Echando la vista hacia atrás, en estos años que llevas en Frater, ¿Qué te ha aportado y te sigue aportando a nivel personal?**

- Amistades muy enriquecedoras, conocer otras realidades, y así valorar mi autoestima, dejar de ver problemas donde no los hay. Desarrollar mi empatía.

**- ¿Cuáles son tus aficiones?**

- El teatro, me gusta la interpretación, de hecho estoy en un grupo de teatro. Viajar, conocer la historia, cultura y costumbres del lugar que visito y el senderismo, el deporte en contacto con la naturaleza.

**- Si tuvieras un superpoder. ¿Cuál sería?**

- Modificar el tiempo, volvería a mi niñez.





- **Lo que más utilizamos en nuestra vida son las palabras. ¿Cuál es tu palabra favorita?**

- Gracias.

- **¿Qué es ser Cristiano para ti?**

- Amar a Dios sobre todas las cosas y al prójimo cómo a tí mismo.

- **¿Cómo te describirías en tres adjetivos?**

- Pesimista, introvertida y servicial.

- **¿Qué tres cosas aprecias más en una persona?**

- La humanidad, el Respeto y la sonrisa.

- **Si pudieras aprender a hacer algo nuevo ¿Qué elegirías?**

- Aprendería a tocar la bandurria, me regalaron una y no la utilizo.

- **¿Cuál es el último libro que te has leído?**

- Dime quién soy, de Julia Navarro.

- **Cuéntanos que haces habitualmente en un día.**

- Ahora en invierno lo primero encender la chimenea, desayunar al calorcito de la lumbre escuchando Radio María; detrás las tareas de casa, que en el pueblo son bastantes, salir a comprar el pan y lo que necesite.

Después del almuerzo, la hora más esperada, el café y caminar con mi hermana; cada tarde termino con una ocupación distinta, un día catequesis, otro limpiar la parroquia, colaborar en el centro parroquial, visitar a los mayores, me encanta, ensayo con el grupo de teatro...

Tengo un apartamento en Granada y me encanta, todos los meses voy unos días, me gusta estar con las amigas que conocí hace 24 años gracias a Frater.

Desde de la pérdida de mi mamá hace 4 años, los días se me hacen eternos.

**Por último, una situación o acontecimiento que compartir.**

- Visitar tierra Santa.

Un abrazo para todos los fraternos, Feliz Navidad, Amor y Salud para el 2022.



**Porfi, agradecemos, tú respuesta a nuestra llamada con total disponibilidad y servicio, rasgos que te caracterizan.**

**Muchas Gracias.**

# MI AMOR A LOS LIBROS

Mi amor por los libros y mi compromiso por el fomento de la lectura no es posturo, ni por seguir una moda.

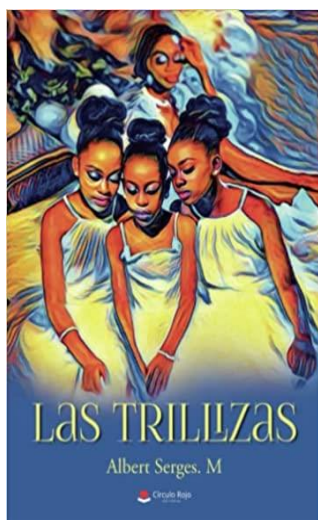
En mi vida los libros han sido un motor importante. Las circunstancias en que nací, siendo hija de trabajador@s del campo en los años sesenta y teniendo una diversidad funcional (discapacidad) importante, mi destino estaba bien marcado, no podía aspirar a una educación reglada, ni a tener una vida propia, ni a viajar, ni tener amigos ni pareja, ni mucho menos trabajar ni hacer voluntariado.

Todas las cosas enumeradas las he hecho, y considero que, en gran medida ha sido gracias a los libros. Leer te amplía el horizonte, te abre la mente a nuevas posibles salidas y oportunidades. Te anima a salirte de los caminos trillados, saturados, alienantes y obsoletos. Te hace conocerte y comprenderte mejor. Y a conocer y comprender el mundo. Leer puede cambiar un destino. Por eso mi compromiso con los libros y el fomento de la lectura.



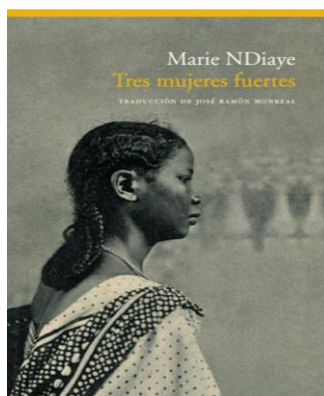
En la actualidad, mi afición a los libros me ha llevado a participar en un proyecto muy interesante con la asociación de ámbito socio-cultural "Un beso, un abrazo y mucho amor, Elena" de Algarinejo, el proyecto consiste en promover la animación a la lectura mediante la instalación de puntos de intercambio de libros en cada uno de los núcleos poblacionales del municipio. Es un proyecto que me motiva, porque creo que donde hay libros y lectura de por medio, todo cambia a mejor. Todo crece.

Trini Recio



## De niño patera a escritor en Motril

Albert Serges llegó en un cayuco a la costa granadina con tan solo quince años persiguiendo el sueño de convertirse en escritor, una afición a la literatura inculcada por su madre. Acaba de publicar el libro 'Las Trillizas'



## Luz fraterna de Navidad

Conforme va terminando el otoño y dando comienzo el invierno nos admiramos de lo poco que duran los días y de lo largas que son las noches. Cuando más grande es la noche, más brilla la luz. Este ciclo natural que se repite año tras año es un buen punto de partida para volver a leer el prólogo del evangelio de Juan (Jn 1,1-18) en el contexto del mundo actual. Para su comprensión necesitamos leerlo en primera persona, pues es un texto para nosotros y tenemos que apropiarlo.

*En el principio existía la Palabra...  
... era la luz de la gente.  
Y la luz brilla en la tiniebla,  
y la tiniebla no lo recibió...  
...venía como testigo,  
para dar testimonio de la luz...  
La Palabra era la luz verdadera..*

Ayer como hoy existe la tiniebla. Con este término reconocemos todo lo que es dificultad y adversidad, todo lo contrario al proyecto de vida que Dios ha ideado para su creación. Desgraciadamente el poder de la tiniebla se hace visible en la injusticia que viven cada día la gente más desfavorecida y empobrecida. Personas condenadas por un sistema económico que genera millones de víctimas en todo el mundo. Tiniebla también la de las personas que sufren la soledad no deseada. Tiniebla la fragilidad de tantas personas con discapacidad a las que se les arrebató su dignidad humana.

Ayer como hoy llegan enviados como Juan Bautista, testigos de la luz. Están entre nosotros y hemos de reconocerlos. La oscuridad de la tiniebla nos puede conducir al pesimismo y a la desesperanza. Tantísimas noticias envueltas en miedo e incertidumbre pueden ocasionar ceguera para nuestros ojos. Y no podemos consentirnos esta ruinoso enfermedad del alma. Sabemos que la falta de esperanza nos arrebató el sentido de la vida. Así pues, reconozcamos a los testigos que ya están dando testimonio de la luz de Cristo. A tantas hermanas y hermanos nuestros que han puesto luz a través del compromiso en la defensa de la vida de las personas débiles y frágiles. Que han luchado y lo siguen haciendo por el avance de los derechos sociales en un mundo más inclusivo.

Y por último, ayer, hoy y siempre la Palabra es la luz verdadera. La Navidad de Jesús de Nazaret es vida, morada y luz para la nueva humanidad en la que nos incluimos. Proclamar las maravillas que Él hace en nosotros y nosotras no es opcional, es una necesidad y una urgencia. ¡Ay... si no evangelizamos! Sin miedo, con perseverancia, siempre con ternura... En FRATER sabemos lo que decimos cuando hablamos de Navidad fraterna inmersos en el proceso sinodal. Es una realidad que brilla como luz en medio de la tiniebla. La fuerza de la encarnación es la fuerza de la debilidad de la que somos testigos. La ciudad se llenó de alegría. El mundo que andaba a oscuras percibió una luz fraterna. Esa luz brillante nos continúa cubriendo.

El Equipo General os desea Feliz Navidad.





# CAPERUCITA Y SUS AMIGOS



Érase una vez que iba un día Caperucita andando por el bosque cuando vio acercarse a su amigo Pinocho con un cesto en la mano.

-¿Dónde vas amigo? --le preguntó ella—.

-A coger nubes. --Respondió él, al tiempo que le crecía un poquillo la nariz—.

-¡Ejem, ejem! --exclamó Caperucita--.

-Bueno, voy a coger moras para una tarta que papá Geppetto y yo haremos mañana. --contestó Pinocho -- ¿Y tú dónde vas?

-A llevarle a mi abuelita dulces y unos libros. Podemos ir juntos, si quieres.



Y allá van los dos, caminando por el bosque, charlando y recolectando moras animadamente. Cuando tenían el cesto con bastantes moras, se encontraron a los tres cerditos muy ajetreados, y como haciendo mudanza. Por allí se veían dos casitas, una de paja y otra de madera, destrozadas, a lo que parecía, por un pequeño tornado; mientras otra casita, esta de ladrillo, más amplia y confortable, permanecía en pie, inmutable. Uno de los cerditos, mientras se afanaba ayudando a los otros a mudarse, les decía:

-Tranquilos, en mi casita hay sitio para que vivamos los tres juntos, no lloréis.

-Lloramos por lo estúpidos e ignorantes que fuimos no dándonos cuenta de que nuestras casas, una de paja y otra de madera, y construidas de prisa y sin esfuerzo, no eran seguras y se caerían al primer ataque de mal tiempo que se presentara. Hemos aprendido que el esfuerzo, el trabajo y la constancia son muy importantes en la vida. --dijeron al unísono y medio llorando los dos cerditos "flojillos"--.

Caperucita y Pinocho decidieron echarles una mano en la mudanza, pues el cesto de Pinocho estaba casi repleto de moras y aún era temprano. Con su ayuda, el traslado y acomodo de las pertenencias de los dos cerditos, estuvo terminado en un periquete. Siendo esto así, los tres cerditos decidieron acompañar a Caperucita y Pinocho a casa de la abuelita de la niña, que se encontraba al final del gran bosque.

Cuando avistaron la pequeña y apacible casita de la abuela, vieron a ésta sentada en el porche, con un pie vendado y apoyado en otra silla, y enfrente, sentado cómodamente, a un gran lobo. Al acercarse oyeron su animada y a la vez reposada charla. Cuando la abuelita les vio, dijo a su nieta:

-Pasad, pasado, cariño, tú y tus amiguitos. Sentaos todos y serviros té y pasteles. Hace un rato, mientras fregaba mi casa, resbalé y me caí, pedí socorro porque no podía levantarme sola. Entonces acudió este lobo del bosque y me ayudó a levantarme. Luego, con su apoyo, me senté aquí y me ayudó a vendarme el tobillo con un emplaste que me enseñó una vieja gitana. Después le he invitado a un té y pasteles para agradecerle que me haya socorrido tan amablemente.

Y todos juntos siguieron tomando té y pasteles en agradable y animada conversación.

Y colorín, colorado.....

\_\_\_\_\_o\_\_\_\_\_

Seguramente habremos oído otras versiones de las historias de los personajes de este cuento. Pero las enseñanzas que derivaron de ellas no han ayudado demasiado a que este mundo sea un poco más justo, solidario y con más humanidad.

Humildemente: ¿Probamos



Trini Recio





# EL CUARTO REY MAGO

Hay una leyenda que sin ser parte de la Revelación, nos enseña lo que Dios espera de nosotros.

Se cuenta que había un cuarto Rey Mago, que también vio brillar la estrella sobre Belén y decidió seguirla. Como regalo pensaba ofrecerle al Niño un cofre lleno de perlas preciosas. Sin embargo, en su camino se fue encontrando con diversas personas que iban solicitando de su ayuda.

Este Rey Mago las atendía con alegría y diligencia, e iba dejándole una perla a cada uno. Pero eso fue retrasando su llegada y vaciando su cofre. Encontró muchos pobres, enfermos, encarcelados y miserables, y no podía dejarlos desatendidos. Se quedaba con ellos el tiempo necesario para aliviarles sus penas y luego procedía su marcha, que nuevamente era interrumpida por otro desvalido.

Sucedió que cuando por fin llegó a Belén, ya no estaban los otros Magos y el Niño había huido con sus padres hacia Egipto, pues el Rey Herodes quería matarlo. El Rey Mago siguió buscándolo, ya sin la estrella que antes lo guiaba.

Buscó y buscó y buscó... y dicen que estuvo más de treinta años recorriendo la tierra, buscando al Niño y ayudando a los necesitados. Hasta que un día llegó a Jerusalén justo en el momento que la multitud enfurecida pedía la muerte de un pobre hombre. Mirándolo, reconoció en sus ojos algo familiar. Entre el dolor, la sangre y el sufrimiento, podía ver en sus ojos el brillo de aquella estrella. Aquel miserable que estaba siendo ajusticiado era el Niño que por tanto tiempo había buscado.

La tristeza llenó su corazón, ya viejo y cansado por el tiempo. Aunque aún guardaba una perla en su bolsa, ya era demasiado tarde para ofrecérsela al Niño que ahora, convertido en hombre, colgaba de una Cruz. Había fallado en su misión. Y sin tener a dónde más ir, se quedó en Jerusalén para esperar que llegara su muerte.

Apenas habían pasado tres días cuando una luz aún más brillante que mil estrellas llenó su habitación. ¡Era el Resucitado que venía a su encuentro! El Rey Mago, cayendo de rodillas ante Él, tomó la perla que le quedaba y extendió su mano mientras hacía una reverencia. Jesús le tomó tiernamente y le dijo:

“Tú no fracasaste. Al contrario, me encontraste durante toda tu vida. Yo estaba desnudo, y me vestiste. Yo tuve hambre, y me diste de comer. Tuve sed y me diste de beber. Estuve preso, y me visitaste. Pues yo estaba en todos los pobres que atendiste en tu camino. ¡Muchas gracias por tantos regalos de amor! Ahora estarás conmigo para siempre, pues el Cielo es tu recompensa.”

La historia no requiere explicación... nosotros somos el cuarto Rey Mago y Jesús espera que le encontremos en cada persona necesitada que se cruce en nuestro camino...

Deseo que la Epifanía—ese encuentro con Jesús que vive en cada hermano y hermana que sufre—nos acompañe durante todos los días de este año que comienza...





# POESIAS DE NAVIDAD



## EL NACIMIENTO DEL SALVADOR

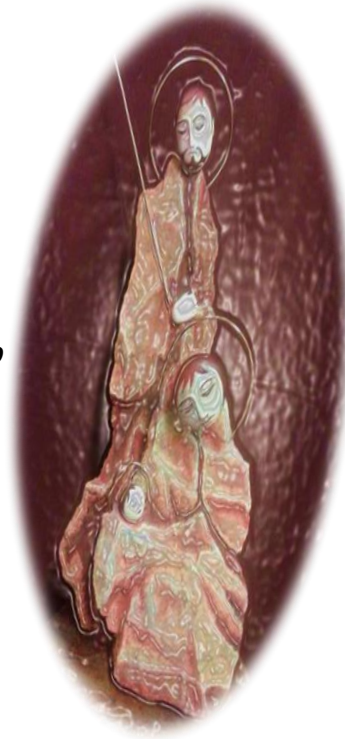
*Caído se le ha un clavel  
 hoy a la Aurora del seno,  
 ¡Qué glorioso que está el heno  
 porque ha caído sobre él!  
 Cuando el silencio tenía  
 todas las cosas del suelo  
 y coronada de hielo  
 reinaba la noche fría,  
 en medio la monarquía  
 de tiniebla tan cruel,  
 caído se le ha un clavel  
 hoy a la Aurora del seno.*

*¡Qué glorioso que está el heno  
 porque ha caído sobre él!  
 De un solo clavel ceñida  
 la Virgen, aurora bella,  
 al mundo se le dio, y ella  
 quedó cual antes florida;  
 a la púrpura caída  
 solo fué el heno fiel.*

*Caído se le ha un clavel  
 hoy a la Aurora del seno.  
 ¡Qué glorioso que está el heno  
 porque ha caído sobre él!  
 El heno, pues, que fue digno,  
 a pesar de tantas nieves,  
 de ver en sus brazos leves  
 ese rosicler divino,  
 para su lecho fue lino,  
 oro para su dosel.*

*Caído se le ha un clavel  
 hoy a la Aurora del seno.  
 ¡Qué glorioso que está el heno  
 porque ha caído sobre él!*

*D. Luis de Góngora*



## ZAGALEJO DE PERLAS

Zagalejo de perlas,  
 hijo del Alba,  
 ¿dónde vais que hace frío  
 tan de mañana?  
 Como sois lucero  
 del alma mía,  
 al traer el día  
 nacéis primero;  
 Pastor y Cordero  
 sin choza y lana.

¿Dónde vais que hace frío  
 tan de mañana?  
 Perlas en los ojos,  
 risa en la boca,  
 las almas provoca  
 a placer y enojos;  
 cabellitos rojos,  
 boca de grana.

¿Dónde vais que hace frío  
 tan de mañana?  
 Qué tenéis que hacer,  
 Pastorcito santo,  
 madrugando tanto  
 lo dais a entender;  
 aunque vais a ver  
 disfrazado el alma.

¿Dónde vais que hace frío  
 tan de mañana.

Lope de Vega





# POESIAS

## HABER, HAY

Dos pares de calcetines,  
un par más grande que el otro.  
Dos pares de pantalones,  
dos muñecos,  
dos tambores,  
dos casas de pajarillos.  
Si es posible, dos sombreros  
y guantes para las manos:  
las mías; las de mi hermano.

A mi vecina, una puerta  
para que no le entre el frío.  
Al rico, un gran monedero.  
A los guapos, un espejo.  
Al friolero un abrigo  
y al ardiente un abanico.  
Compás pa la bailaora,  
silencio al que está dormido.

Hay de todo para todos.  
Nadie lo ha repartido.

Amparo Verdejo

## ¿Cómo lograr el equilibrio interno?

**RESPIRANDO**  
Conscientemente

**EXPRESANDO**  
Lo que sientes sin  
reprimir

**ESCUCHANDO**  
Tus emociones y  
sentimientos

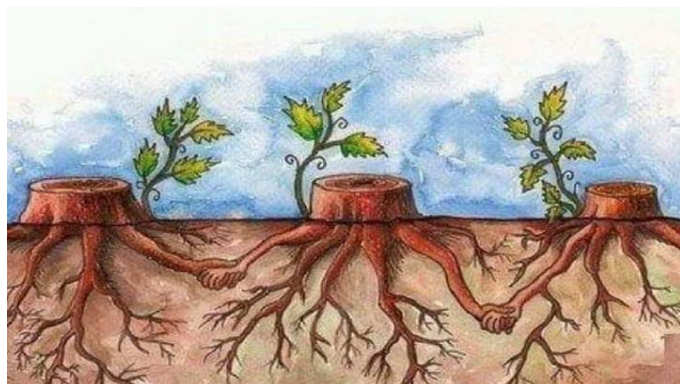
**ASINTIENDO**  
A la vida y a todo  
lo que te trae

**MEDITANDO**  
Para acallar tu  
mente

**ACEPTANDO**  
Todos tus aspectos...  
Sin rechazar nada

**ORANDO**  
Para conectarte  
con la fuente

**VIVIENDO**  
El momento...el  
aquí y el ahora



## ENSUEÑOS

Nunca pensé que la Fuerza  
sería algo que deseara.  
Pero, amigos, cuando veo  
lo que no puedo ayudar  
siento una inutilidad...  
Y pienso en sueños de niño:  
Sueños de ser un Sansón,  
un Hércules, un Forzudo,  
¡Yo lo sería con gusto!  
Entonces me iría a La Palma  
Barrería los tejados,  
cogería piñas de plátanos,  
construiría nuevas casas  
con la Fuerza de mis manos  
y con soplidos de hielo  
sometería a Vulcano.

Qué pena si me despierto  
y todo ha sido un ensueño.  
¡Ah, no, son los voluntarios!  
¡Fuerza Humana en  
movimiento!

Amparo Verdejo



# AL ENCUENTRO DE LA VIDA



# APRENDAMOS LA LECCIÓN

¿A dónde caminas tan apresurada?

¿Qué brisa te empuja al rayar el alba?

Se hunden tus pasos en un suave armiño,  
tus pies acaricia el fresco rocío.

Dime ¿por qué corres?, dime  
¿Quién te espera?  
¿Qué fuerza te atrae?,  
¿Qué imán te acelera?

Voy hacia el encuentro de la vida plena,  
que en forma de Niño  
ya llega a la tierra.

Me espera con ansias,  
quiere que lo envuelva  
en suave mantilla bordada de estrellas.

Quiere que lo acune  
con todas mis fuerzas.

Dice que nos trae el Amor a espaldas.  
Quiere que cantemos,  
que hallemos el gozo  
conviviendo en paz,  
siendo hermanos todos.

Myrtha San Martin

Cuando pueda caminar,  
cuando vaya al borde de la mar,  
al borde mismo de las estrellas,  
y a la tostada dónde Kika, en el bar.

Cuando sanen las heridas, mis heridas,  
todas las heridas que están por sanar,  
cuando pongamos freno a esta cultura  
tan despótica, tan homicida...,  
cuando la lluvia sea la lluvia  
no torrencial sino copiosa llena de vida,  
y los corazones palpiten al unísono  
todos juntos al mismo compás,  
cuando encontremos por fin la salida,  
ojalá aprendamos la lección  
que solemos tantas veces olvidar,  
ojalá con la misma piedra  
no volvamos nuevamente a tropezar,  
y cuando veamos la verdad,  
que a veces la vemos, nítida y desnuda,  
no la hagamos mentira ni falsedad.

Cuando pueda caminar, sí, caminar,  
celebraremos la gran fiesta  
del pan que se comparte  
para todos sobre el mismo altar.

Fraterno siempre Paco Bautista, sm



# FRAGMENTOS DE COMUNICADOS PARA EL DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

## 3- 12- 2021

---

### MENSAJE DEL SANTO PADRE FRANCISCO

#### “Ustedes son mis amigos” (Jn 15,1)

Tener a Jesús como amigo es el mayor de los consuelos y puede hacer de cada uno de nosotros un discípulo agradecido y alegre, capaz de dar testimonio de que la propia fragilidad no es un obstáculo para vivir y comunicar el Evangelio.

El Bautismo hace que cada uno de nosotros seamos miembros de pleno derecho de la comunidad eclesial y, sin exclusión ni discriminación, nos da la posibilidad de exclamar: “¡Soy Iglesia!

En este pueblo, que avanza a través de los acontecimientos de la historia guiado por la Palabra de Dios, «todos son protagonistas, nadie puede ser considerado un mero figurante» Por ello, cada uno de ustedes está llamado también a aportar su propia contribución en el camino sinodal. Estoy convencido de que, si es realmente «un proceso eclesial participado e inclusivo» la comunidad eclesial se verá verdaderamente enriquecida.

La discriminación sigue estando demasiado presente en varios niveles de la vida social; se alimenta de los prejuicios, la ignorancia y una cultura que lucha por comprender el valor inestimable de cada persona. En particular, seguir considerando la discapacidad —que es el resultado de la interacción entre las barreras sociales y las limitaciones de cada persona— como si fuera una enfermedad, contribuye a mantener sus vidas separadas y alimenta el estigma en su contra.

En lo que respecta a la vida de la Iglesia, «la peor discriminación [...] es la falta de atención espiritual» (Exhort. ap. Evangelii gaudium, 200), que a veces se ha manifestado en la negación del acceso a los sacramentos que, por desgracia, algunos de ustedes han experimentado. El Magisterio es muy claro en este asunto y recientemente el Directorio para la Catequesis declaró explícitamente que «nadie puede negar los sacramentos a las personas con discapacidad»

La época de la pandemia nos ha mostrado claramente que todos somos vulnerables, «nos dimos cuenta de que estábamos en la misma barca, todos frágiles y desorientados; pero, al mismo tiempo, importantes y necesarios, todos llamados a remar juntos» [6]. La primera forma de hacerlo es rezar. Todos podemos hacerlo; e incluso si, como Moisés, necesitamos que nos sostengan (cf. Ex 17,10), estamos seguros de que el Señor escuchará nuestra súplica.

---

### FRATER ESPAÑA FRAGILIDAD EN LOS DERECHOS

La Carta de las Naciones Unidas que proclaman la libertad, la justicia y la paz en el mundo tienen por base el reconocimiento de la dignidad y el valor inherentes y de los derechos iguales e inalienables de todos los miembros de la familia humana. Así consta también en el preámbulo de la Convención de los Derechos de las personas con discapacidad, y sobre esa premisa, se van desarrollando la enumeración de los derechos que nos asisten a las personas con Discapacidad.





## **UNADOBLEFRAGILIDAD**

La de las personas con discapacidad, aquellas con enfermedad, las mayores... Porque si en situación "normal" queda trecho en el avance y plenitud de derechos, en una situación crítica, como la que ha provocado el COVID-19, hemos visto que la FRAGILIDAD de la salvaguarda de los derechos, ya sea en cuestión de salud, en asistencia personal, así como en las ya recurrentes de empleo, vivienda accesible y asequible, cultura, formación, etc. han retrocedido.

## **UNAVEZMÁS: REIVINDICAR**

Unas situaciones que, aunque duras, no nos deben desanimar, sino una vez más, este 3 de diciembre manifestar que seguimos aquí; que estamos, tomando conciencia para reivindicar, y constatar, que debemos seguir demandando la exigencia del cumplimiento de los principios emanados en la Carta sobre los Derechos Humanos y en la Convención de los Derechos de las Personas con Discapacidad.

---

## **CONSEJO MUNICIPAL DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD DE LA CIUDAD DE GRANADA**

### **Por la culminación de la primera reforma social de la Constitución Española**

En las sociedades democráticas, la Constitución es la máxima y superior expresión del ordenamiento jurídico; la que establece los derechos y deberes de la ciudadanía; la que ordena la convivencia social conforme a los principios y valores de la libertad, la igualdad y el pluralismo; la que define y asegura las formas democráticas de gobierno y la que regula el funcionamiento de los poderes públicos, que han de estar al servicio de la comunidad, promoviendo el bien común.

Las personas con discapacidad han de tener reflejo en las Constituciones desde un enfoque exigente de derechos humanos, que garantice su inclusión, participación y bienestar, sin discriminaciones ni relegaciones de ningún tipo.

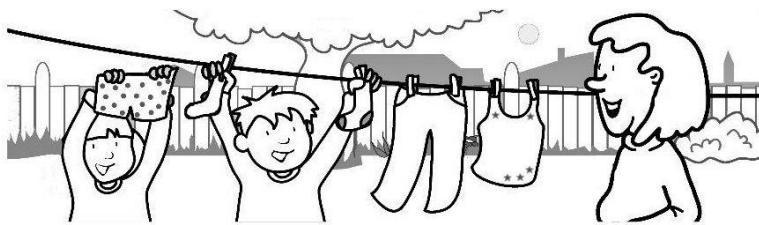
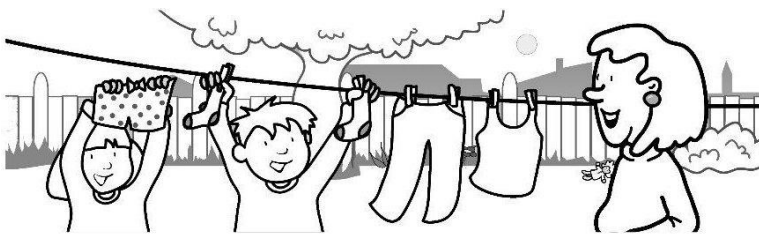
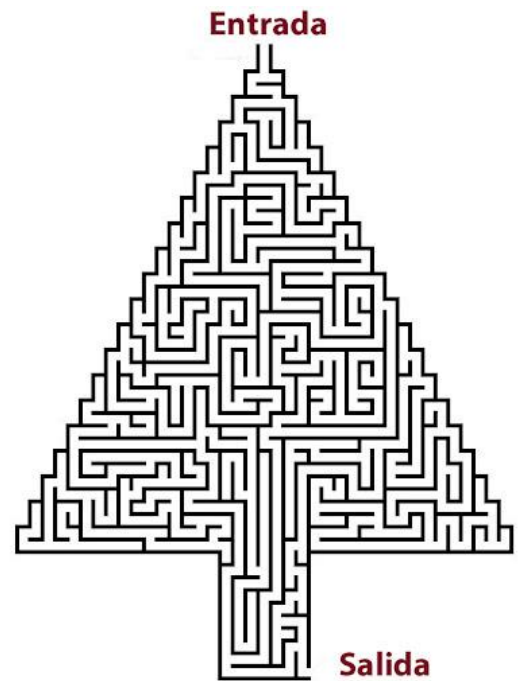
La Constitución Española de 1978, vigente en la actualidad, incorporó expresamente a las personas con discapacidad a su texto, dedicándoles el artículo 49, lo que representó un gran avance por cuanto este grupo social, gozaba de visibilidad, siendo relevante a los efectos de la promoción y la protección constitucionales de sus derechos.

Tras más de 40 años desde su aprobación, su artículo 49 necesita una renovación porque ni la terminología empleada ni el contenido están alineados con la visión plena de derechos humanos, que es el único abordaje admisible en relación con la discapacidad.

La reforma propuesta, producto de debates parlamentarios, sociales y académicos previos, destierra expresiones hirientes e insostenibles por más tiempo para referirse a las personas con discapacidad ("disminuidos") y dota de un nuevo contenido al artículo con arreglo a los conceptos, valores y propósitos que hoy configuran un entendimiento y práctica apropiados de los derechos y deberes de las personas con discapacidad, haciendo mención expresa a las mujeres y niñas con discapacidad.

Desde el Consejo Municipal, reclamamos a todos los partidos políticos, en especial a aquellos que han mostrado reticencias, que se sumen, con su respaldo, interviniendo parlamentariamente para perfeccionar el texto de partida, a la primera reforma social de la Constitución Española, que viene de la mano de las personas con discapacidad y de sus familias, y que no pretende sino hacer de nuestro país un proyecto más sugestivo y decente de vida en común.

# Entretenimiento



Roxy, Gina, Karla y Lily trabajan de bailarina, peluquera, cantante y actriz, no necesariamente en este orden.



- ★ Roxy y Karla estaban entre el público mientras la cantante hacía su presentación.
- ★ La niña que trabaja de peluquera, cortó el pelo a Gina y también a la actriz.
- ★ La actriz tuvo éxito en un monólogo de la vida de Lily y prepara uno semejante relacionado con la vida de Roxy.
- ★ Roxy no ha oído hablar de Karla, ni se han visto.

¿A qué se dedica cada una de las niñas?

## SE BUSCA

Aseos para discapacitados:  
 sin cajas de cervezas,  
 ni armario de los empleados,  
 que no sirva de trastero,  
 que tenga pestillo para cerrar,  
 barras para agarrarme,  
 y no se le apague la luz.  
 No hace falta que sea de lujo  
 es solo para mear...  
 o quizás haga caca

## SE BUSCA





# GALLETAS JENGIBRE

## Elaboración:

### Ingredientes:

500 g de harina  
2 cucharaditas de jengibre molido  
2 cucharaditas de canela molida  
1/4 cucharadita de clavo molido o nuez moscada molida  
3/4 cucharadita de bicarbonato de sodio  
225 g de mantequilla a temperatura ambiente  
200 g de azúcar moreno  
1 huevo grande  
170 g de miel o melaza

Mezclamos bien los ingredientes secos, es decir, la harina, jengibre, levadura, canela y clavo. Batimos la mantequilla, que estará a temperatura ambiente, con el azúcar hasta que éste se disuelva completamente. Incorporamos la miel o melaza y el huevo, y finalmente incorporamos la mezcla de la harina con las especias. Tenemos que conseguir una mezcla lo más homogénea posible. Si se queda excesivamente pegajosa podemos incorporar algo más de harina hasta que quede más firme y manejable (pero no pongáis demasiada harina ya que si no es posible que las galletas queden demasiado duras al hornearlas).

Colocar la masa en una bolsa de plástico sellable o en un recipiente de plástico hermético. Reservar en un lugar fresco, pero no en la nevera, durante al menos 2 horas y máximo 6 horas. O refrigerar la masa durante un máximo de 3 días, y llevar a temperatura ambiente antes de usar.



## Consejos de Belleza

Al secarte el cabello con una toalla, no lo frotes muy fuerte. Esto hace que el cabello se vuelva frágil y se rompa fácilmente. Utiliza una tela suave en lugar de una toalla rígida, una camiseta vieja podría servir para ello.

Estirar la masa directamente sobre papel de pergamino para que no haya deformaciones cuando transfieras la masa a la bandeja de horno.

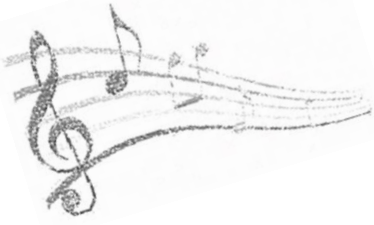
La masa es pegajosa. Se puede extender con el rodillo entre dos hojas de papel de pergamino o de horno y luego congelar antes de cortar con los moldes, ya que puede resultar difícil desprender el papel.

Hornear en horno precalentado a 180°C durante 11 a 15 minutos para piezas de gran tamaño, de 6 a 8 minutos para piezas pequeñas. O hasta que los bordes se tiñen de color marrón. Vigila bien las primeras para saber cuánto tiempo tenéis que dejarlas porque dependerá mucho del grosor de la galleta y de la potencia de vuestro horno.

Una vez tengáis vuestras galletas horneadas llega la parte más divertida, que es decorarlas. Para ello normalmente se utiliza glasa real y bien con **mangas pasteleras** o, si lo estáis haciendo con los niños, con **lápices pasteleros para decorar galletas** (a los niños les resultará más fácil), solo hay que prepararse para pasar una tarde divertida.







## TODA LA TIERRA ES BELÉN

Toda la tierra es Belén  
todo el mundo es alegría  
/porque Dios viene a  
nosotros, porque nace cada  
día./ (bis)

Dios nos nace cada día,  
Dios nos nace cada tarde,  
en cada nueva alegría  
y en cada amor que renace  
Dios nos nace cada día,  
Dios nos nace cada tarde.

Dios nos nace en cada hombre,  
Dios nos nace a cada instante  
en cada rostro sin nombre  
y en cada niño que nace  
Dios nos nace en cada hombre,  
Dios nos nace a cada instante.

Dios nos nace en cada puerta,  
Dios nos nace en cada calle  
en cada luz que despierta  
y en cada lluvia que cae  
Dios nos nace en cada puerta,  
Dios nos nace en cada calle.

Dios nos nace en cada brisa,  
Dios nos nace en un detalle,  
Dios nos nace en la sonrisa  
y en el amor de una madre,  
Dios nos nace en cada brisa,  
Dios nos nace en un detalle.

FELIZ  
AÑO  
NUEVO  
2022