Descargar en PDF (incluye imágenes)

– ¿Has escuchado el anuncio que dice: ¨Nada con exceso, todo con medida» ?
Estas palabras deberían hacernos reflexionar en muy diferentes aspectos de nuestras vidas. Cuántas veces se nos pasa la mano en muchas cosas.
– En este folleto te queremos platicar sobre la **VIRTUD DE LA TEMPLANZA.**

¿ QUÉ ES LA TEMPLANZA?– La **TEMPLANZA** es la virtud que regula en el hombre, la búsqueda del placer y el uso de los bienes creados. Trataremos de explicarte qué significa esto: Dios ama muchísimo a los hombres y ha creado **TODAS LAS COSAS** para que las utilicen para su bien. Por ejemplo ha creado las plantas para que el hombre pueda comer, sacar medicinas y otros productos; Dios ha creado los animales para que le ayuden al hombre en su trabajo y le den alimento; Dios ha creado el agua para calmar su sed ...
Dios quiso también que el hombre tuviera **PLACER**, es decir que disfrutara, que sintiera bonito al usar de todo esto que El había creado.
Sin embargo, el uso de los bienes y la atracción al placer debe hacerse **CON MEDIDA**, no con exceso. La **TEMPLANZA** es lo que te ayuda a ser medido, equilibrado.

TEMPLANZA EN EL COMER
– Dios creó al hombre con la necesidad de comer para poder vivir, poder crecer, para tener energía. Y fíjate qué Padre tan amoroso es, que además quiso que sintiéramos placer en esto.
Para ello nos dió el sentido del gusto, por el cual podemos saborear la comida.

– Adquiere la costumbre en tu casa de **DAR GRACIAS A DIOS POR LOS ALIMENTOS** que te permite poner en tu mesa.
Alguien de la familia puede recitar antes de comer una oración como ésta :
¨Señor: te damos gracias por estos alimentos , que dados por tu bondad vamos a tomar. Amén¨.
– Sin embargo, debes ser moderado en el comer : evitar comer y comer y comer sin medida, tratar de comer sencillo. Es pecado de **GULA** el abusar de la comida.
– Puedes dar un valor grande a este acto tan sencillo como es el de comer.
Puedes ofrecer un sacrificio a Dios, cuando te sirven algo que no te gusta y te lo comes, o por
el contrario, cuando es algo que te agrada muchisísimo y te aguantas de comer en gran cantidad.
Imagínate cómo se sentarían a la mesa San José, La Virgen y el Niño Jesús. Trata de que tu familia se parezca a ésta.

TEMPLANZA EN EL BEBER– El hombre ha hecho algunas bebidas como el pulque, el mezcal, la cerveza, el ron, el tequila, el vino... que tienen alcohol. Estas bebidas saben bien; el problema es que cuando las tomas en exceso te **EMBORRACHAS**.
– Una persona borracha no tiene control sobre si mismo y puede pensar, decir y hacer cosas peligrosas, malas, que lo hieran a él o a los demás, y que lo induzcan al pecado.

– Y lo peor es que si bebes seguido, se te hace un **VICIO**, y después no puedes estar sin el alcohol.
– ¡Cuántos ridículos, cuántos accidentes, cuàntos hijos golpeados y familias destruidas, cuántas tonterías dichas y hechas; y todo por unas copitas de más!
– ¿Ves qué riesgo tan grande es beber alcohol?
– Si te da por tomar, piensa : ¿qué vale más : mi persona, mi familia, el ejemplo que doy a mis hijos... o el beber y estar un rato borracho?
– La embriaguez voluntaria, que lleva a la pèrdida total de los sentidos , es decir, pegarse una buena borrachera o drogarse , es **PECADO MORTA**L porque se atenta contra el propio cuerpo.

TEMPLANZA EN EL DESCANSO– Dios Nuestro Señor quiere que trabajemos y descansemos. Lo malo es que hay unos que descansan demasiado.
– Está bien descansar, dormir lo necesario y lo conveniente, como es natural, para que nuestro cuerpo se relaje y tome fuerzas; pero está mal el ser un ¨flojo¨ que no hace nada, que se la pasa sentadote o dormido...
– El que es un vago cae en el pecado de **PEREZA**.

Reflexiona ¡cuantas cosas buenas puede hacer una persona para ocuparse! Cultivar la tierra, tener un trabajo, aprender a leer, visitar a un enfermo, enseñar el evangelio a sus hijos...
– Dios te ha dado **EL TIEMPO** para que lo aproveches y cuando te llame, te preguntará : ¿En qué usaste el tiempo que Yo te di?
TEMPLANZA EN EL GASTAR– La templanza nos enseña también que debemos ser medidos en lo que gastamos, debemos ser ordenados y no gastar más de lo que realmente debemos.
– Verás lo que le pasó a Don Anselmo:

Don Anselmo tiene una hija que va a cumplir 15 años. El deseaba festejarla, pero no tenía dinero porque la cosecha había salido mal. A pesar de esto, decidió vender la vaca de la cual sacaba la leche para todos sus demás hijos pequeños, y pedir un dinerito prestado para hacer un mole con los del pueblo. Todo por aquello de que no fueran a decir que ni una fiestecita iba a darle a su hija. después de la fiesta Don Anselmo está endrogado y preocupado. ¿Valió la pena la fiesta?

– Si tú siembras tu tierra y te ganas un dinero, o si tienes un trabajo y recibes un sueldo, debes **PENSAR BIEN ANTES DE GASTARLO**. Hay prioridades, o sea, cosas que son más importantes que otras. Lo más importante es:
– Dar a tu familia un techo, alimento y vestido.
– Ofrecer a tus hijos la oportunidad de educarse. Y después .... vienen las fiestas y las diversiones.**TEMPLANZA EN EL SEXO**– Dios nos creó hombre y mujer e ideó como los hombres debían de reproducirse.
– Imagínate, Dios permitió al hombre y a la mujer cooperar con El para traer al mundo un nuevo ser; Dios quiso también que este acto ayudara a demostrar y cultivar el amor de la pareja y que llevara consigo un placer.
– El acto sexual es bueno, Dios mismo lo creó. Sin embargo, hay ciertas reglas para éste :
a) Solamente se puede realizar **DENTRO DEL MATRIMONIO**, es decir, sólo dos personas de
bidamente casadas por la Iglesia pueden vivir juntos, demostrarse su amor y formar una familia.
b) No debe realizarse sólo para satisfacer egoístamente tus pasiones. Siempre se debe de tomar en cuenta los deseos del otro esposo y sobre todo la responsabilidad que trae la posibilidad de encargar un nuevo bebé.
– El que comete **ADULTERIO**, es decir, el que es infiel y engaña a su esposo o esposa , o bien tiene relaciones sexuales con su novio o novia antes de casarse, comete **PECADO MORTAL**.

PROPÓSITO DEL MES :
– San Ignacio de Loyola dijo :
¨Las cosas debemos usarlas tanto cuanto nos acercan a nuestro último fin y evitarlas totalmente en cuanto nos separan o distancian de él.
– ¡ Reflexiona sobre estas profundas palabras ! Este mes, antes de hacer algo, de desear algo, piensa siempre : esta acción, esta cosa, ¿ me va a acercar a Dios o por el contrario me va a alejar de El ?