



FOR P. JESÚS OROZCO PABÓN

Lectura del santo evangelio según san Juan (21,15-19)
Habiéndose aparecido Jesús a sus discípulos, después de comer con ellos, dice a Simón Pedro: «Simón, hijo de Juan, ¿me amas más que estos?»

Él le contesta: «Sí, Señor, tú sabes que te quiero.»
Jesús le dice: «Apacienta mis corderos.»
Por segunda vez le pregunta: «Simón, hijo de Juan, ¿me amas?» Él le contesta: «Sí, Señor, tú sabes que te quiero.»

REFLEXIÓN

La Liga Contra el Cáncer, seccional Magdalena, estuvo realizando actividades sobre la prevención del tabaquismo en Santa Marta, donde llegaron a diferentes sectores, e instituciones educativas de la ciudad.

El doctor Rodrigo Veloz Posada, presidente de la Liga Contra el Cáncer, manifestó la importancia de promover y sensibilizar a través de campañas la prevención del cáncer y más aún si este tiene que ver con el cigarrillo que conduce al deterioro de los pulmones.

El doctor Veloz manifestó: "Estas campañas las hacemos desde hace muchos años, incentivando el conocimiento sobre los perjuicios para la salud, y el efecto dañino que produce el tabaco en el cuerpo humano."

Explicó que "en esta ocasión, lo quisimos llamar 'Relación Tóxica', teniendo en cuenta que es una relación dañina y hacen un efecto adverso a lo que se quiere y por su puesto la relación tóxica con el tabaco. Y en ese sentido vamos dando a conocer en estadísticas

LA PALABRA DIARIA

¿De verdad amas a Cristo?

Nos es tan habitual la ocasión de leer el libro titulado "El sanador herido" de Henry Nouwen. De sus páginas se desprende que toda persona que asume un servicio o una misión en medio del pueblo cristiano no lo podrá hacer con autenticidad y total generosidad sino o hace a partir del sincero reconocimiento de sus propios límites y pecados, que lo coloca en comunión con sus hermanos y lo abre a la experiencia sanadora del amor de Dios.

En el Evangelio de hoy vemos a Jesús resucitado que se acerca a Pedro, a quien ya había encargado la misión de confirmar a sus hermanos en la fe, pero, esta vez, le hace una nueva llamada. Parecería que no era necesario que Jesús encargara nuevamente la misión a Pedro, pero Jesús sí lo ve conveniente.

Jesús sabe que la dura y amarga experiencia de la negación ha herido el corazón de Pedro que quizá la culpabilidad, el sentimiento de indignidad o el temor a no ser capaz de superar esta fragilidad, pueden dejar alicaído a su apóstol sin permitirle vivir la misión con la alegría y la generosidad propias del testigo.

Por eso, le pregunta tres veces sobre su amor, es decir, le recuerda,

terapéuticamente, que el amor es lo único que puede curar la infidelidad de las negociaciones y que el amor es lo único que capacita para asumir una misión en su nombre.

El mismo nos puede pasar a cada uno de nosotros. Cuántas veces realizamos la misión encomendada con el lastre de la culpabilidad por nuestros errores, del escepticismo de nuestras capacidades y del temor de no poder superar nuestras fragilidades. Esta fuerza negativa nos puede hundir en el cumplimiento rutinario del funcionario, en la amargura del frustrado o en la superficialidad del insensato.

Jesús no quiere que nos pase esto, por eso, nos busca, como a Pedro, y nos vuelve a llamar, nos pregunta las veces que sean necesarias sobre nuestro amor, porque sabe que sólo cuando contactamos de verdad con esa fuerza misteriosa que nos habito podemos ser completamente sinceros para reconocer nuestros errores y para acoger su amor que nos convierte y nos lanza renovados a la misión.

El texto de hoy termina con un "Sígueme" nuevo y firme, se trata de una nueva llamada, a la que Pedro responde desde la sencillez de quien se sabe débil, pero desde la seguridad del amor de su Señor, por eso, Pedro vive un buen pastor: que también dio la vida en cruz por las ovejas de su Señor. / Tomado de Ciudad Redonda

Cristo en medio



PROPÓSITO

Hoy, voy a rezar el Padre nuestro con especial atención en la palabra «Padre», recordando que en verdad estoy delante de mi Padre y que Él me escucha.

ORACIÓN

Te alaba, Dios mío, con todo mi corazón y con todas mis fuerzas. Me acuerdo a tu presencia como un pobre pecador que no merece ser acogido como la oveja perdida que ha escapado de su pastor o como el hijo pródigo que se ha ido de casa y ha malgastado todos los bienes. Y aun sintiendo tal indignidad me siento acogido en los brazos del Padre que jamás olvida o rechaza a sus hijos, sino que cada vez que vuelven los cura y los cuida entre sus brazos. Amén

Liga Contra el Cáncer adelanta campaña contra el tabaquismo



UNA RELACIÓN TÓXICA, se llamó la campaña sobre el tabaquismo, que realizó la Liga Contra el Cáncer Seccional Santa Marta.

de cómo el tabaco incide en diferentes patologías, pero principalmente en los 17 tipos de cáncer y las sustancias que emanan de ese tabaco, el humo y la quema del mismo tabaco; se habla de 7 mil sustancias que compone este humo y quema del cigarrillo y 69 sustancias que se hablan que son cancerígenas y la principal es adicción producida por la nicotina. De esta manera hemos querido

dirigirnos a los jóvenes que son los más propensos a iniciarse en el consumo del tabaco y hablarles sobre las condiciones que el cuerpo reacciona con el tabaco y las patologías que se desarrollan con respecto al mismo tabaco", precisó el doctor Rodrigo Veloz.

Una de las recomendaciones que indicó también el presidente de la Liga Contra el Cáncer doctor Rodrigo Veloz, es ir suspendiendo el consumo, al inicio no es fácil, es tomar la decisión, y moderadamente con el tiempo desaparecerá esta adicción.

tienen un componente que hacen el mismo efecto.

Sobre la ansiedad que causa el consumo del tabaco nos manifestó el médico Veloz: "Algo interesante es la nicotina, que al penetrar al cuerpo vía pulmón, se distribuye en el sistema circulatorio, llegando también al cerebro y activa un neurotransmisor que se llama dopamina, que es entre la sustancia que nos hace sentir contentos, felices, relajados y por eso el tabaco se relaciona con esa reacción que tiene el cuerpo para darnos tranquilidad; pero es algo momentáneo mientras dura el efecto de la nicotina; este agarra la parte física y psicológica, creando una adicción", puntualizó.

El mensaje: No consumir, el tabaco, cigarrillos o los cigarrillos electrónicos, estos son perjudiciales para la salud; desmejoran al ser humano en todo sentido, deteriorando sus estados a corto y largo plazo. Este elemento no es decorativo para pasar momentos, este es un elemento que conduce a la muerte y lo mejor es prevenirlo.

HBO Max entra en la moda de los realty

Un grupo de participantes, incluyendo celebridades del mundo de las artes, el deporte y las redes sociales, se encuentran a punto de competir por el gran premio de 500 mil reales brasileños.

realidad de supervivencia original con ocho episodios, presentado por Murilo Rosa, donde los participantes son aislados por 20 días en la naturaleza, teniendo un objetivo en común: construir un puente de 250 metros hasta una isla, donde encontrarán el premio. Para esto, solo pueden usar los materiales de construcción que los rodean para completar la misión.



SE TRATA DE UN PROGRAMA DE TELERREALIDAD DE SUPERVIVENCIA ORIGINAL CON OCHO EPISODIOS, PRESENTADO POR MURILO ROSA.

los participantes deben formar alianzas entre sí, ya que cuando lleguen a la isla, se realizará una votación para decidir quién se lleva el premio. El participante elegido evaluará si lo va a compartir con sus aliados o no.

El programa reúne a la cantante Pepita, la actriz Danielle Winits, la cantante Badaui, el actor Fábio Beltrão, la modelo Suanne Moreira, la actriz y cantante Polly Marinho, entre otros.

HORÓSCOPO

Horoscope section with 12 signs: ARIES, TAURO, GÉMINIS, CÁNCER, LEO, VIRGO, LIBRA, ESCORPIO, SAGITARIO, CAPRICORNIO, ACUARIO, PISCIS. Each sign includes a description of the day's energy and advice.



CANAL CARACOL

- 5:30 am Noticias Caracol
8:00 am Día a día
11:30 am Triunfo del amor
12:30 pm Noticias Caracol
3:30 pm ¿Y tú qué eres?
5:00 pm La desalmada
6:00 pm Las hormonas
7:00 pm Noticias Caracol
8:00 am Desafío
9:30 pm Lar Villanar
10:30 pm Nuevo loco, nuevo padre
11:30 pm Última edición
11:30 pm Madros: línea de vida
12:00 am Mi corazón es tuyo
12:45 am El diario de Diana
1:15 am Tambora caseros
4:15 am Nuevo loco, nuevo padre
8:00 am La línea de hoy

CANAL RCN

- 5:30 am Noticias RCN
7:30 am Mariana Express
8:30 am Buen día Colombia
10:30 am Etapa 1 Barranquilla-Carapellada, 123,4 Km
12:30 pm Noticias RCN
1:30 pm Vencer el desamor
3:30 pm ¿Te acuerdas de mí?
4:30 pm Mariana es para siempre
6:00 pm Enfermeras
7:00 pm Noticias RCN
8:00 pm MasterChef Colombia
9:30 pm Hasta que la plata nos separe
10:30 pm Te la dedico
11:30 pm Noticias RCN
12:30 am La noche
12:30 am Cortado al astral
1:30 am Paraíso travél
2:10 am Ex patriota
3:00 am Noticias RCN
3:40 am Fin de transmisión
4:10 am El mundo del campo
4:50 am Betty Toño

CANAL UNO

- 6:00 am Despertar de la fe
6:30 am Cambio total
8:00 am Salud para todos
8:30 am A confirmar
9:00 am Caso cerrado
10:00 am Noticias 1 CM&
11:30 pm Primeras impresiones
12:30 pm La zona de Guadalupe
5:00 pm Caso cerrado: edición especial
8:00 pm Noticias 1 CM&
Emisión central
10:00 pm A confirmar
12:00 pm La hora del milagro
1:00 am Puerto de luz
1:30 am SOS Espiritual
2:00 am Palabra de vida
2:30 am Puerto de fe
3:00 am Fe en acción
3:30 am Hechos reales
4:00 am Fin de transmisión
5:00 am Problemas y soluciones
5:30 am Nuestra tiempo

SEÑAL COLOMBIA

- 6:00 am Madros: alocuaciones
6:30 am Mi genial y fantástico Sasquatch
8:10 am Invention Story
8:30 am Ruby Glom
10:30 am Etapa 1
12:00 pm RTVC noticias
1:00 pm Lazos familiares
2:00 pm Héroes al rescate animal
2:30 pm El profesor Súper O
3:50 pm Bendito y Santos: amigos inseparables
5:30 pm Músicas para salvar el mundo
6:00 pm Los mejores cuentos de hadas
6:50 pm RTVC Noticias
8:00 pm La niñera
8:00 pm NN
8:30 pm Patrulla médica
10:00 pm Una mujer fantástica
12:30 am Diganos de valeros
1:00 am La guerra del palabron

TELECARIBE

- 6:00 am Noticias Telecaribe
7:00 am Valores
9:00 am Nuestras mañanas
12:00 pm Salud para todos
12:30 pm Sucesos
12:58 pm Noticias fantásticas
1:00 pm Noticias Telecaribe
2:00 pm Afiliación para la gente
3:30 am Sotelo al Sirauno
2:33 am Sotelo la caribañera
3:00 pm A confirmar
5:00 pm Aquí hablamos de deportes
6:00 pm Noticias Telecaribe
7:00 pm Intervención políticos
7:30 pm Noticias Telecaribe
8:30 am Sotelo al Sirauno
8:33 am Sotelo la Caribañera
8:35 am Entre grandes
9:00 pm A confirmar
10:00 pm Tropicós
10:30 pm Archivos
10:30 pm Sotelo la Caribañera
11:30 pm La hora del milagro
12:00 am Avenida Brasil