

energía que necesitan para luchar las batallas interiores. Porque la **felicidad verdadera**, queridos amigos, no consiste en los placeres del mundo ni en las cosas terrenales, pero en la paz de la conciencia, que tenemos sólo si somos puros en el corazón y la mente.”

16. **No se quede con falsificaciones** tales como la pornografía o la masturbación (de hecho, evítelas como las plagas que son) si usted quiere algún día gozar totalmente del regalo asombroso del sexo como Dios lo creó.

17. **Proteja sus sentidos de la tentación**, y esté siempre listo para escoger los caminos de Dios, no importa cuanto cueste. **La mente es un campo de batalla peligroso**, así “Todo lo que es verdadero, todo lo digno, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo honorable, si hay alguna virtud o algo que merece elogio, en esto medita” (Phil. 4:8).



18. **Reconozca a la Virgen María como su Madre** y rece una oración para consagrar su corazón a ella. Sus oraciones para usted serán muy poderosas ayudándolo a acercarse a su Hijo.

19. **Dé su vida por las cosas pequeñas; practique haciendo pequeños sacrificios** poniendo las necesidades de otras personas antes que las suyas.

20. **Haga a Jesucristo su mejor amigo y el modelo a imitar más grande.** J.R.R. Tolkien, en una carta a su hijo, escribió, “Saliedo de la oscuridad de mi vida, muy frustrado, yo te expongo lo más grande para amar en la tierra: el Santísimo Sacramento...Allí encontrarás el romance, la gloria, el honor, la fidelidad, y el camino verdadero de todos tus amores sobre la tierra...lo que cada corazón del hombre desea.”

Estas 20 sugerencias fueron escritas por el grupo masculino *Vida Cristiana* de Dayton, Ohio, los hombres de la oficina de Un Alma Más, otros pocos grandes hombres verdaderos, y dos jóvenes mujeres que oran para que todos los jóvenes de todas partes tengan la fuerza, el valor, y el amor para llegar a ser cada vez más como Cristo.

También disponible en Un Alma Más:

20 maneras como las mujeres jóvenes pueden reclamar el respeto que merecen

P20Wsp



Estos folletos pueden ser copiados sin modificación, para el uso no comercial.

P20Msp

- 1+ \$.50 cada uno
- 10+ \$.40 cada uno
- 100+ \$.35 cada uno
- 1000+ \$.30 cada uno



(800) 307-7685
www.OMSoul.com
OMSoul@OMSoul.com

1846 North Main Street
Dayton, Ohio 45405-3832

20 formas en que los hombres jóvenes pueden llegar a ser

VERDADEROS



HOMBRES

“HAY LA NECESIDAD DE UNA CRUZADA DE MASCULINIDAD Y PUREZA PARA CONTRARRESTAR Y ANULAR EL TRABAJO SALVAJE DE LOS QUE PIENSAN QUE EL HOMBRE ES UNA BESTIA. Y ESA CRUZADA ES SU TRABAJO.”

- ST. JOSEMARÍA ESCRIVÁ

1. ¡Diga chistes graciosos y divertidos, no la clase de chistes que haría ruborizar a una mujer pura—o ser ofendida!

2. Encuentre santos con los cuales se identifique y pídale que oren por usted mientras usted imita sus virtudes. Algunos hombres verdaderos impresionantes incluyen San José, San Agustín, San Maximiliano Kolbe, Venerable Pier Giorgio Frassati, y San Josemaría Escrivá.

3. Mantenga altos sus estándares; sólo tenga citas con mujeres que tienen las cualidades que usted quiere en la esposa y futura madre de sus hijos. ¡Ore por su novia, para que ella tenga el amor y la fuerza para guardar el regalo de la intimidad sexual para usted hasta el matrimonio, y ore para que usted también tenga esa fuerza!

4. Lea la Biblia—esté abierto a la Palabra de Dios. Permítale convencerle para hacer valientemente las cosas difíciles y santas.

5. Respete las mujeres, aún aquellas que no se respetan a sí mismas y se puedan lanzar hacia usted. No se aproveche de



ellas, pero ayúdeles a conocer su valor. Estas mujeres tienen un hueco en el corazón que buscan llenar—señáleles al Único que lo puede llenar, Jesucristo.

6. Sea un hombre íntegro. Haga todo como si alguien estuviera mirando porque Dios está mirando. Prepárese ahora para algún día dirigir una familia. Trabaje duramente preparándose para proveerles y protegerles, no sólo financiera y físicamente, pero también espiritual, moral, y emocionalmente.

7. Sea ambos fuerte y apacible. San Francisco de Sales dijo “no hay nada tan fuerte como la gentileza y nada tan apacible como la fuerza verdadera.” Y métete en el cerebro esta cita del psicoterapeuta católico contemporáneo Philip Mango: ¿“Qué es un hombre verdadero? El no es un bravucón ni un pelele. El sobrepasa su propio ego, sus

propios temores, su propio egoísmo, y se sacrifica como un regalo para aquellos a los que él ha sido llamado a proteger.”

8. Rece cuando vea una mujer vestida inmodestamente (por la mujer). El Papa Juan Pablo II dijo, “[Dios] ha asignado como un deber a cada hombre la dignidad de cada mujer.”

9. Rece cuando vea una mujer vestida inmodestamente (por su pureza). Utilice este momento, cuando Satanás quiere arrebatarlo de Jesús, para acercarse a Dios más que antes.

10. Honre a su madre y a sus hermanas. Una mujer lista sabe que de la manera que usted trata a su madre es la manera en que usted algún día la tratará a ella.

11. Encuentre maneras creativas para expresar sus sentimientos (puros y castos) a la mujer que le gusta o con la cual usted está saliendo. Muéstrole que usted la puede amar sin utilizarla y que ella es hermosa por dentro y por fuera.

12. Encuentre modelos masculinos buenos para imitar; consiga consejo sobre relaciones de hombres santos.

13. Esté abierto al sacerdocio.

14. Muestre el respeto caballeroso a todas las mujeres, no apenas a la mujer con la cual usted está saliendo. ¿Qué significa si usted tiene la puerta para su novia pero permite que se cierre en la cara de la mujer que anda detrás de ella?

15. Confíe en la misericordia de Dios.



Cuándo usted caiga, vaya a confesarse. Reciba la fuerza de Cristo presente verdaderamente en la Eucaristía. Venerable Pier Giorgio Frassati dijo, “Con toda la fuerza de mi alma les ruego a ustedes los jóvenes que se acerquen a la mesa de la Comunión tan a menudo como puedan. Aliméntese de este pan de ángeles porque de ahí tomaran toda la