

Hazte un favor, saborea los sabores de las verdades. ¡Busca en Google la biografía de Maya Angelou! ¡Estos tónicos icónicos te mostrarán quién, qué, cuándo, dónde y por qué los ojos del cielo están sobre ti!
Ningún mortal puede o quiere validarte. Entonces, la opción más sensata sería escuchar la voz del Todopoderoso. Tienes una opción, de lo contrario, una voz puede engañarte; desafortunadamente, algunas personas también lo harán.
Entonces, una vez que lo sepas, debes ir. El éxito es la mejor venganza y reciprocidad que debe aterrorizar al diablo, no al pasado, ¡el pasado puede perseguirte!
¡También puede darte poder sobre lo que no debes hacer! Ado

~Sir Richard Holland



No me definen mis recaídas, sino mi decisión de permanecer en recuperación a pesar de ellas.

La adicción es la única prisión donde los candados están en el interior.

Mi recuperación debe venir primero para que todo lo que amo en la vida no tenga que venir al final.

~Anónimo



Artwork by Khari

El dinero, puede ser,
bueno o malo,
puede hacerte,
feliz o triste,
puede convertir,
a un amigo en enemigo,
me pasó a mí,
así que sé,
debe ser,
el poder del verde,
que hace que la gente,
haga cosas estúpidas,
puede convertir,
a amigos en amantes,
puede convertir a los hijos,
en contra de sus madres,
puede enfrentar a las
hermanas,
en contra de sus hermanos,
pero, ¿por qué no puede
hacernos,
amarnos unos a otros?

~Gregory Spears

Filipenses 3:13-14

Hermanos, no considero que ya lo haya alcanzado. Pero una cosa hago: olvidando ciertamente lo que queda atrás, y extendiéndome a lo que está delante, prosigo a la meta, al premio del supremo llamamiento de Dios en Cristo Jesús.

La única persona que estás destinado a ser es la persona que decides ser.

¡Avanza con persistencia y no dejes que nadie te quite el foco! ¡Mantener la vista puesta en la meta!

La “determinación” es el producto de tres elementos: una meta, un compromiso y un enfoque. Tienes que tener algo por lo que “esforzarte”, luego tienes que comprometerte, tienes que creer en tu meta. Cuanto más fuerte sea tu creencia, más fuerte será tu “determinación” y, por último, debes mantenerte enfocado “en tu meta”. Ceder a la distracción destruirá “tu determinación”

Mira los elementos

~Mr. Mad, también conocido como JohnDavid 22-9-24



St. Francis Breadline
Franciscan Bread for the Poor
COMMUNITY NEWSLETTER

V4 N44 ■ OCTOBER 2024

If you have any content to share for our newsletter please see one of the breadline staff. **We are in need of content such as a poem, lyrics, writing, thoughts, questions, image of your artwork or anything uplifting or informative.** Anyone who contributes content for our newsletter will receive a \$10 gift card.

The St. Francis Breadline and this publication is made possible by the Our Lady of Guadalupe.

FRANCISCAN 360
IS OPEN!

WHAT: Case Management, Computer Access, Mailing Address, Health Clinic

WHERE: 144 W. 32nd Street

WHEN: Monday - Thursday, 9am - 4pm

WHO: All are welcome!

NEW: Art and Guitar classes, Work space available Tuesday 9am -11am

¡Buenos días! Esta semana tenemos escritos de Gregory Spears, escritos de Honesty, escritos de Izzy Iz, poesía de Stanley “Cosmic Stan” Johnson, escritos de Ted Day, escritos de Derrick Lola, una contribución de un invitado anónimo, trabajo de Mr. Mad, también conocido como JohnDavid, una entrevista de Garret Smith, un haiku de M. Dunn y una obra de arte de Khari.

Las respuestas a las preguntas de trivia de la semana pasada.

¿Qué atleta olímpico ha ganado más medallas?

Respuesta: Michael Phelps

¿Qué equipo de la NBA ha ganado más campeonatos?

Respuesta: Boston Celtics

¿Qué equipo de la NFL no ha jugado ni ha sido anfitrión del Super Bowl?

Respuesta: Cleveland Browns

Sé el primero en responder correctamente las tres preguntas de trivia a continuación para ganar una tarjeta de regalo.

¿Qué equipo de la NFL tiene el récord de más puntos anotados en un solo Super Bowl?

¿Quién tiene el récord de más goles en una sola temporada de la NHL?

¿Qué jugador hizo la atrapada en lo que ahora se conoce como la “Recepción Inmaculada”?

SALMOS 34 6-7

Este pobre clamó, y el Señor lo escuchó; Lo libró de todas sus angustias. El ángel del Señor acampa alrededor de los que le temen, y los libra.

Cada día es una nueva llegada
Mira hacia adelante y no hacia atrás y nada puede cronometrarte
¿Estoy realmente en una carrera contra el tiempo?
¿O en una carrera desde mí misma hacia una mejor versión de mí misma?

Toda la maldad se ha evaporado
toda la tristeza se ha ido
todas mis buenas acciones son correctas
todas las de ellos están mal
qué más puedo hacer sino dar una mano
porque no puedo caer donde estoy
puedo decir que soy el hombre
cuando llega el momento con la arena
porque cuando me levanto y ellos se marchitan
soy los brotes para cuando tú sabes amargo
soy el calor para su invierno
y corto la hierba donde se deslizan
sólo puedo estar caído por un tiempo antes de levantarme
eso sólo lo sé yo, soy hijo de Dios
y nunca podrás tomar mi premio.

~Izzy Iz

ENTREVISTA CON **Garrett Smith**

- **¿Dónde creciste?** Nací en Houston, Texas. Pero, me crié en Paterson, Nueva Jersey, y Monroe, Nueva York.
- **¿Cuál es tu lugar favorito para estar?** Ningún lugar en particular, solo me encanta poder moverme libremente.
- **¿Cuál es tu trabajo soñado?** Corredor de bolsa o ingeniero estructural.
- **¿Qué querías ser cuando eras niño?** Quería ser jugador de béisbol.
- **Si tuvieras un superpoder, ¿cuál sería?** Me gustaría tener la capacidad de curar y ser telepático.
- **¿Qué harías si ganaras la lotería?** Donaría mucho a diferentes causas y viajaría por el mundo por el resto de mi vida.
- **¿La lección más importante que aprendiste en la vida?** Darte cuenta de que simplemente dejarse llevar y seguir adelante es lo correcto.
- **¿Qué cambiarías de ti mismo?** Comenzar a tomar mejores decisiones.
- **¿Un consejo para leer esto?** Los números son un lenguaje universal. Dios es real y las cosas suceden por una razón. Hay un camino y un plan para todos nosotros.



Creo que el valor de un hombre no está determinado por el camino que ha tomado, sino por las decisiones que ha tomado a lo largo del camino.

Nadie puede ver su reflejo en el agua corriente. Solo en el agua quieta podemos ver nuestro verdadero yo.

Un hombre puede conquistar a un millón de hombres en la batalla, pero aquel que se conquista a sí mismo es, de hecho, el mayor conquistador.

Eres egoísta en tu adicción y te has vuelto aún más egoísta en tu recuperación.

Los sentimientos no son hechos, dime que mis sentimientos son reales, pero no lo son, la realidad.

Aferrarse a la ira es como agarrar un carbón encendido con la intención de arrojárselo a otra persona, pero eres tú quien se quema.

Un hombre exitoso es aquel que puede sentar una base firme con los ladrillos que otros le han arrojado.

Cuando deseas tener éxito con tanta fuerza como deseas respirar, entonces tendrás éxito.

Una medida del carácter de un hombre no es cómo maneja sus victorias, sino cómo maneja sus derrotas.

~Derrick Lola

LA VENTA FIRMA

SÍ, UN TEMA QUE AMAS O ODIAS. ¿CÓMO CALIFICARÍAS TU VENTA? 1 PUNTO DE UN DIVORCIO EL PUNTO MÁS BAJO QUE PUEDES OBTENER, 10 PUNTOS DE UN MATRIMONIO RECIENTE EL PUNTO MÁS ALTO QUE HAY, ¡SÍ! PERO ES UNA TAREA ALGO DIFÍCIL, BUENO, RECUERDO A UNA SEÑORA LLAMADA GERALDINE, SUFRIÓ DE INSUFICIENCIA CARDÍACA. SU FAMILIA ESTABA CONSUMIDA POR EL DOLOR DE NO ESTAR JUNTOS MÁS, EN LA ACERA DE CARTÓN Y SIN NINGÚN LUGAR A DONDE IR. BUENO, NO SÉ. PARECE ALGÚN TIPO DE MANIPULACIÓN. #56 ¿CANDLASHICK?

~Honestidad

DIOS ES MI FUERZA EN MIS HORAS DE OSCURIDAD CUANDO ESTOY PROFUNDO EN UNA SITUACIÓN DE DESIERTO DIOS ES MI FUERZA... CUANDO ME ENFRENTO AL DOLOR. LA SOLEDAD. LA DEPRESIÓN Y LOS DESAFÍOS QUE PARECEN NO TENER FIN. DIOS ES MI FUERZA..CUANDO LAS COSAS PARECEN ESTAR PEOR Y ME SIENTO DÉBIL Y CANSADO MIRARÉ A LAS COLINAS, DONDE PUEDO ENCONTRAR AYUDA, PORQUE, YO SÉ, JESÚS ESTÁ CONMIGO. CUANDO OTROS ME PREGUNTAN, CÓMO ERES CAPAZ DE AFRONTARLO, CÓMO ERES CAPAZ DE SEGUIR ADELANTE, YO DIGO QUE DIOS ES MI FUERZA.. RECUERDA QUE NO IMPORTA LO QUE ENFRENTES HOY, AÚN PUEDES SONREÍR Y AYUDAR A OTROS. LO ÚNICO QUE TIENES QUE HACER ES RENDIRTE A DIOS Y OBEDECER SUS PALABRAS DE AMOR, MEDITAR EN SUS PALABRAS E INCLINARTE ANTE ÉL. DIOS LE DA A LAS PERSONAS LA OPCIÓN DE SEGUIRLO O IR POR EL OTRO CAMINO, NOS DA LIBRE ALBEDRÍO PARA TOMAR UNA ELECCIÓN. SU AMOR ES INCONDICIONAL.

~Ted Todo El Día. 30-9-24



Haiku by M. Dunn

Cosmic Stan está bien (+ todo el 9)

Cosmic Stan, el poeta ha vuelto, por demanda popular, si Cosmic Stan no puede hacerlo, nadie puede, poesía para todos mis lectores, en todo el país, incluso en Brooklyn, el Bronx, Harlem y Queens, damas y caballeros, ya sea que mi libro de poesía sea, grueso o delgado, en cada concurso lírico o de poesía, Cosmic Stan viene a ganar, me va bien todo el tiempo, en cada línea poética, y un saludo a mis mentores, las tentaciones, después de que hicieron la canción "Cloud Nine", es por eso que por el público, para escribir la mejor poesía, Cosmic Stan siempre podrá, poner mi poesía como comida, en la mesa, Cosmic Stan está bien en líneas poéticas

~ Stanley "Cosmic Stan" Johnson