



# UNA ESPERANZA

“vivir para servir, es servir para vivir”



## Mes de la Familia

01 Día de todos los Santos

02 Día de los Difuntos

06 Día de la Constitución

07 Día del Deporte

15 Natalicio de José Reyes

22 Día del Músico

25 Día de la No Violencia contra la Mujer

Aniversario del asesinato de las Hermanas Mirabal

**E**ste año noviembre está dedicado entre nosotros a vivenciar de manera especial la **HONRADEZ**. Adornen sus almas con la joya de la honestidad, embellezcan sus bocas con palabras confiables. Cuídense de no relacionarse con personas deshonestas y traicioneras. Esta edición de «Una Esperanza» se viste de gala con la presentación de tres hermosos trabajos ofrecidos como un generoso regalo por Wilhem Heinsen, 10-B; María Langa 11-A; y Julie Ann Mejía, 11-B. No dejen de leerlos en las páginas 6 y 7 ¡Buen provecho! (ygg)

## «Para nosotros»

Por: María Langa Resek

- Seamos honrados en cada una de nuestras acciones.
- La honradez contribuye al bienestar de todos.
- El que es honrado es aquel consciente y formal en sus palabras.
- ¡Sé honrado en tu escuela!
- Manifiesta tu honradez en decisiones a tomar.
- Aquel que es honrado es responsable.
- No siempre la honradez se ve a leguas por eso debemos cosecharla.
- El no cumplir con lo prometido origina consecuencias negativas.
- La honradez siempre conducirá a la victoria.
- Seamos honrados para así siempre ganarnos el respeto de todos.
- El no cumplir con lo que se ha comprometido origina consecuencias negativas.

## Noviembre **HONRADEZ**

Pues procuramos la honradez no sólo ante el Señor sino también ante los hombres.

(2 Co. 8:21)

# FOCUS

## Música y vida

### La Voz

Por: Prof. María del Carmen Domínguez

Los seres humanos hemos sido bendecidos con la posibilidad de comunicarnos por medio de la voz articulada.

En esta ocasión vamos a hablar sobre los diferentes usos que le damos a nuestra voz. Primeramente me gustaría insistir en la importancia de mantener nuestro aparato de fonación (órganos que intervienen en la producción de sonidos al hablar o cantar) en perfectas condiciones de salud.

Al hablar debemos tener en cuenta respirar correctamente para que nuestra voz se produzca suave y sin esfuerzo, articular correctamente las palabras que pronunciamos, para que nos entiendan sin necesidad de repetir o realizar muchos esfuerzos y hacerlo calmadamente con voz modulada evitando lo más posible tonos muy fuertes o agudos. Todo esto demuestra buena educación y nos ayuda a conservar nuestra voz en buenas condiciones.

Nuestra voz es susceptible de ser usada de diferentes maneras, vamos a explicar a continuación.

Cuando estamos en la iglesia, teatro, cine o cualquier otro lugar donde interrumpir la actividad que se desarrolla, sería incorrecto, y, necesitamos decirle algo a la persona que está cerca de nosotros, lo debemos hacer en voz muy baja y cerca del oído de esa persona. Esta forma de usar nuestra voz se llama la **VOZ QUE SUSURRA**.

Sin embargo, cuando estamos en el parque o en un lugar abierto y espacioso y queremos hablar con alguien que está lejos, lo hacemos en voz alta y por poco tiempo para llamar la atención de nuestro interlocutor y se acerque a nosotros para conversar. Este uso de la voz se clasifica como la **VOZ QUE LLAMA**. No debe ser usado este tipo de voz con frecuencia porque nos dañaríamos las cuerdas vocales. Cuando conversamos con un amigo o estamos en clase, respondiendo preguntas al profesor, utilizamos nuestra **VOZ QUE HABLA**.

Por último vamos a hablar de la **VOZ QUE CANTA**, que es la que usamos cuando estamos en la clase de música o, por supuesto, entonando una canción. Por la importancia que tiene, conocer el correcto manejo de nuestra **VOZ QUE CANTA**, quiero dedicarle el próximo artículo, que aparecerá en el boletín de diciembre.

Nos encontramos nuevamente el próximo mes. Que Dios les bendiga a todos.

## MEJORANDO EL CARÁCTER

### Una opción decisiva en la vida

Llega un momento en la vida del ser humano, una vez superada la niñez, en que tiene una clara percepción de su propia personalidad moral. Aunque está claro que el bien o el mal está detrás de cada una de las decisiones puntuales que toma muchas veces cada día, puede decirse también que hay momentos de la vida en los que la persona toma opciones de tipo mucho más global.

Muchas veces esas decisiones no se toman explícitamente, o son difíciles de situar con precisión en el tiempo, pero sin duda se toman. Porque en una vida coherente no caben las rupturas continuas; una cosa es tener fallos, que son comprensibles aun en personas que se esfuerzan seriamente por evitarlos, y otra bien distinta es que esos fallos sean graves y habituales, y que los justifiquen con cualquier excusa.

Vivir con acierto exige una disposición de búsqueda solicitada al bien, un compromiso claro y firme de dirigirse hacia él. Cuando se actúa así, pronto se comprueba que la libertad se ensancha cuando se compromete con la verdad y el bien.

El ser humano necesita saber sin trivializaciones, lo que es bueno y lo que es malo. Cuando reflexiona con profundidad, comprende que la vida fácil sólo proporciona satisfacciones fugaces en medio de una insatisfacción general; descubre que su acierto en el vivir está necesariamente ligado a su desarrollo moral.

Quizá se deba a que la reflexión va muy unida a la conducta diaria, y quizá advertimos que hemos de cambiar algo en nuestra vida, y nos cuesta hacerlo, y por eso rehuimos un poco pensar en ello.

Sin duda, errar es muy humano. Pero también es muy humano -y quizá más- el empeño por superar esos errores. Por eso si en nuestra vida hay una ruptura, sobre la que casi ni nos atrevemos a pensar, debemos alertarnos. Porque si la vida va por delante de nuestro pensamiento, y nos encontramos actuando sin habernos dado casi tiempo a hacer elecciones razonadas, precisamente entonces, resulta urgente decirnos, o que alguien nos diga: necesitas reflexionar. *(Del libro: Carácter y valía personal por Alfonso Aguiló)*

## SALVAR LA TIERRA

### Alimenta a los gusanos

Cuando terminas de cenar, ¿queda un poco de comida en tu plato? ¿Qué vas a hacer con ella? Esto puede sonarte muy extraño, pero no tienes que tirarla. Puedes guardarla y convertirla en tierra fértil. Uno de los tesoros más valiosos de la Tierra. Después puedes usarla para abonar plantas. Esto es lo que se llama un compuesto. Es tan simple que cualquiera puede hacerlo.

#### ¿Sabías que...?

- Puedes hacer un compuesto con hojas y pasto, o con restos de comida. Cualquier basura que sea orgánica, lo que significa "hecho de cosas que una vez fueron vivas", puede servir.
- ¡Vaya que si tenemos bastante basura orgánica que usar! Más de la mitad de la basura que tu familia tira cada año es orgánica.
- De hecho, cada año cada uno de nosotros arrojamos cientos de kilos de basura orgánica.
- ¿Esto cuánto es? Bueno, en un año equivale a cerca de doce veces más de lo que tu pesas.
- Si hiciéramos compuestos con la basura en lugar de tirarla, no tendríamos tantos problemas.

#### ¿Qué puedes hacer?

Hay muchas maneras sencillas de hacer compuestos.

- **Por ti mismo.** La forma más sencilla es hacer una pila de hojas y pasto en una esquina del patio. Muy pronto esa pila se convertirá en tierra.
- **Con un adulto.** construye un cubo especial para el compuesto y pon toda la basura orgánica en él. Dale vuelta de vez en cuando, y observa cómo lentamente se convierte en parte de la Tierra una vez más. La forma más interesante de hacer un compuesto es con gusanos. ¿Gusanos? Créelo o no, son excelentes para los compuestos. Con tus padres o con tu maestro, construye una caja de madera de 60 cm. De ancho, 60 cm. De largo y 20 cm. De profundidad. Llena la caja con algo húmedo, como musgo. Después compra unos gusanos en un criadero de tu localidad (o quizá carnada para los peces) y mételes ahí. Puedes poner ahí la basura de la casa que no sea carne o huesos ni comida con grasa. Mezcla todo dentro de la caja, y espera. Los gusanos se comerán la basura que se está echando a perder y se convierte en una de las tierras más ricas y más fértiles que existe.

*(Selecciones de: Salvar la Tierra, The EarthWorks Group)*

### OCHO MANERAS DE PARTICIPAR EN LA EDUCACIÓN DE SUS HIJOS

- 1 Desarrolle la autoestima de sus hijos. Escuche cuanto tengan que decir y alábelos por las cosas que hacen bien.
- 2 Aliente a sus hijos para que hablen de sus sentimientos, logros y problemas.
- 3 Sea un modelo positivo para sus hijos. Enséñeles a distinguir entre el bien y el mal a una edad temprana.
- 4 Dígale a sus hijos que es no es malo equivocarse, siempre y cuando aprendan algo positivo de esas equivocaciones..
- 5 Permita que sus hijos le vean leyendo diariamente diarios, libros, revistas, etc. Lea historietas en voz alta e instrúyales sobre su cultura y herencia.
- 6 Muestre interés en las actividades escolares de sus hijos ayudándoles con sus tareas y conociendo a sus profesores.
- 7 Lleve a sus hijos a museos, bibliotecas y otros eventos educativos y culturales gratuitos, tanto como sea posible.
- 8 Únase a la Asociación de Padres u ofrécza-se como voluntario para el desarrollo de las actividades escolares.

*(Selecciones de: "El Nido de la Familia" video)*

# HONRADEZ

## ¿Qué es honradez?

Ser honesto es ser sincero, abierto, confiable y verdadero. Cuando las personas son honradas puede confiarse en que no mentirán, engañarán o robarán. Si te dicen que les gustas, sabes que realmente lo sienten así, porque no dirían nada sólo para conseguir algo o para causar una buena impresión.

Si algo se publicita honradamente, puedes confiar en que resultará como es descrito. Si compras un cuarto de libra, obtienes un cuarto de libra. Si alguien parece amable y amistoso, honradez significa que realmente son amables y amistosos, sólo porque desean ser amigos, no por razones ocultas. Mediante la honradez, puedes confiar en que las cosas resultarán como parecen.

Honradez significa decir la verdad sin que importen las consecuencias. Es ser confiable aunque admitir la verdad pueda hacer que alguien se desencante. Honradez significa no exagerar algo para impresionar a otros sino presentar las cosas tal y como son.

Ser honrado significa que no haces falsas promesas. Haces lo que dices que harás. Tus acciones concuerdan con tus palabras. A esto también se le llama integridad.

## ¿Por qué practicar la honradez?

Cuando las personas mienten, engañan o roban, los que le rodean no pueden fiarse de ellas. Si alguien inventa historias para cubrir un error, se hace difícil corregir la equivocación. Entonces, se sienten peor y peor sobre sí mismas.

¿Has oído hablar alguna vez de publicidad falsa? Eso sucede cuando la gente trata de vender algo basándose en mentiras o exagerando. ¿Cómo te gustaría gastar dinero en algo y descubrir después que no es como se suponía que fuera como un juguete que realmente no funciona? Sin honradez, las personas tendrían que ser suspicaces. A veces las personas no son honestas con ellas mismas. Intentan pretender que algo no les importa aun cuando realmente sí les importa, como por ejemplo cuando lastiman los sentimientos de otros. Cuando alguien no es honrado consigo mismo, usualmente no es honrado tampoco con nadie.

La honradez evita que decepciones o engaños a otra gente sólo para obtener algo que quieres. La honradez contribuye a que no te engaños a ti mismo tampoco. Cuando eres honrado contigo mismo, tienes la oportunidad de corregir tus equivocaciones. Cuando eres honrado con otros, ellos saben que pueden creer en ti.

## ¿Cómo practicas la honradez?

Haz que concuerden tus acciones y tus palabras. Evita la decepción, no intentes engañar a nadie y no permitas que nadie te engañe.

Di lo que sientes y siente lo que dices. Cuando hagas algo, pon en ello tu mejor esfuerzo, y no pretendas que has hecho más de ahí. No digas ni hagas nada para causar una buena impresión. No necesitas inventar nada para lucir bien, estás muy bien como eres, ¡honrado!

Sólo haz las promesas que honradamente puedas cumplir. Se digno de confianza en todas tus negociaciones, negándote a mentir, engañar o robar. Usa tu imaginación pero no permitas que te aleje de la verdad. Di la verdad, no importa qué. Si cometes un error, admítelo. Es la mejor manera de arreglar las cosas. Se honrado contigo mismo y siempre será posible ser honrado con los demás.

## ¿Cómo luciría la honradez si...

- Rompes accidentalmente una de las cosas favoritas de tu madre y temes que se enoje?
- Te sorprendes a ti mismo exagerando sobre lo bien que te fue en los deportes para impresionar a tus amigos?
- Si tu hermana te pregunta si le queda bien un vestido nuevo y piensas que le queda feo?
- Dices algo cruel a alguien cuando estás enojado y luego te dices a ti mismo que se lo mereció?
- Olvidaste hacer una tarea importante y el profesor te pregunta dónde está?
- Algunos amigos tratan de convencerte para que robes un dulce en el supermercado?

### Señales de éxito

#### ¡Felicitaciones! Estás practicando la honradez cuando...

- No necesitas impresionar a nadie mediante la exageración.
- Sabes que estás bien justo como eres.
- Concuerdan tus palabras y tus acciones.
- Mantienes tus promesas.
- Dices la verdad sin importar qué.
- Admites tus equivocaciones.
- Evitas pretender que algo no te importa cuando realmente sí lo hace.

- Actúas con bondad, tacto o silencio en lugar de herir a alguien sólo por ser honrado.

### ¡Sigue tratando!

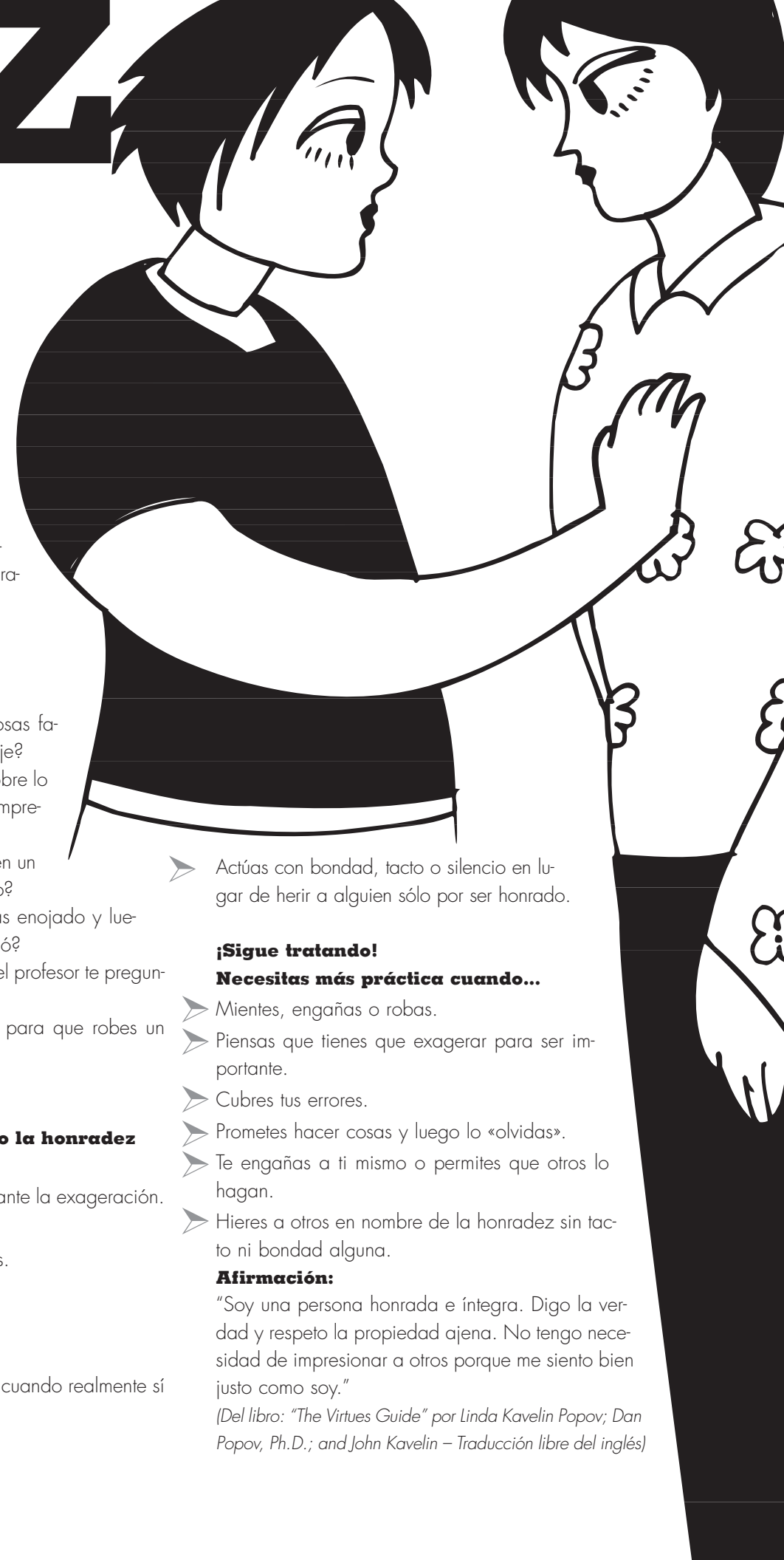
#### Necesitas más práctica cuando...

- Mientes, engañas o robas.
- Piensas que tienes que exagerar para ser importante.
- Cubres tus errores.
- Prometes hacer cosas y luego lo «olvidas».
- Te engañas a ti mismo o permites que otros lo hagan.
- Hieres a otros en nombre de la honradez sin tacto ni bondad alguna.

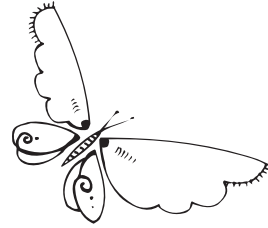
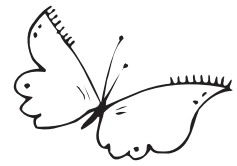
### Afirmación:

"Soy una persona honrada e íntegra. Digo la verdad y respeto la propiedad ajena. No tengo necesidad de impresionar a otros porque me siento bien justo como soy."

(Del libro: "The Virtues Guide" por Linda Kavelin Popov; Dan Popov, Ph.D.; and John Kavelin – Traducción libre del inglés)



## Colaboración de: Escuela de Líderes



Desde inicios del presente año escolar los estudiantes Wilhem Heinsen, 10-B; María Langa Resek, 11-A y Julie Ann Mejía Ares, 11-B, destacados miembros de nuestra comunidad escolar y del Club de Líderes, prestan servicio cada lunes como asistentes de las profesoras Joseina Padilla, 5-B; Priscilla Hernández, 5-A; y Maritza Álvarez, 6-A, respectivamente. Estos responsables jóvenes llevan cada uno un diario donde registran sus impresiones sobre esta valiosa experiencia. Hoy comparten sus primeras reflexiones, que nos complace presentar como un hermoso canto a la vida. (ygg)

### Experiencias sobre visitas al quinto grado

Por: Wilhem Heinsen, 10-B

En mis clases de co-curricular una de mis actividades era ir a un curso para ser el asistente de la profesora. Cuando oí eso pensé que no era muy interesante, pero como era mi deber tuve que hacerlo. Cuando participé por primera vez, fue genial, porque me tocó el 5to. B y era un curso lleno de niños que conocía desde antes y pensé que era bueno eso, ya que tenía que trabajar con niños que conocía. El primer día que asistí a eso lo pasé bien; bueno, no muy bien porque me estuve acostumbrando a la clase. Después me empecé a acomodar, ya que era en matemáticas, mi clase preferida, y debía prestar atención a lo que la profesora decía. Luego ella repartió unos trabajos para hacer, y ahí empecé a ayudarlos, hasta que se acabó la clase. El segundo día fue aun mejor, porque me tocó repartir unos trabajos corregidos para poder aprenderme todos los nombres. Luego responderles preguntas que necesitaban. El tercer día, ya conociéndolos bien, entregué unos libros que la profesora quiso para hacer un trabajo antes de que llegaran los del 12avo. Para presentar una información sobre la Cruz Roja. Luego la profesora explicó algo de clases y dijo lo que había de tareas. Luego tocó el timbre y me tuve que ir. En esa clase me divierto mucho y no me arrepiento para nada de haberla escogido porque entrar a ese curso me recuerda cuando yo estuve en ese grado y cómo se relacionaba con mi comportamiento.

También me agrada mucho porque estando en ese curso me entretengo mucho y la paso bien con ellos. También la profesora es muy amable conmigo. Mis experiencias fueron positivas como he dicho, y espero hacer esto por largo tiempo y seguir pasándolo bien con esos estudiantes. Y recomiendo a otros que lo intenten también, para que pasen por lo que yo pasé y sepan que no es malo y que se divertirán.



### Mi experiencia en 5to. Curso

Por: María Langa Resek, 11-A

Desde pequeña he querido ser profesora por lo que siempre he estado envuelta en actividades de niños pequeños. Ahora, como parte del Club de Líderes de nuestro colegio, se me ha dado la oportunidad de trabajar con los alumnos de 5-A. Allí llego todos los lunes a laborar junto a la Sra. Hernández, profesora con quien me siento muy a gusto y de quien estoy aprendiendo mucho. Mi primer día en quinto grado fue como si me encontrara en un desierto; no conocía a los niños y no estaba involucrada en la clase. Pero a medida que van pasando los días me he sentido tan satisfecha, que no puedo creer que mi sueño está empezando a ser realidad. Cada mañana que entro a aquella aula, recibo el "good morning" de parte de ellos, acompañado de una enorme sonrisa. Ya sólo eso es un gran regalo de Dios. Me tratan como a una persona a la que deben respetar, me hacen sentir que yo tengo algo que les puede ser útil, que yo les puedo servir como la ayudante de su profesora. En poco tiempo han pasado una variedad de situaciones pues me hacen preguntas, los ayudo en sus trabajos y hasta me ha tocado dirigir una de las clases. El lunes 27 de septiembre les tocaba leer una historia de su libro de literatura y la Sra. Hernández me pidió que preparara una actividad para que fuera yo quien dirigiera la clase. Inmediatamente me imaginé al frente de 22 niños leyéndoles y explicándoles un material. ¡Uao! ¡Qué más podía pedir! En ese momento una sola idea pasaba por mi cabeza: no defraudar a la profesora y por el contrario, llenar el cometido que ella había trazado con esa clase.

De verdad que me he sentido muy bien, pues estos niños son un grupo maravilloso y la experiencia que brinda el Club de Líderes a los estudiantes para que se desarrollen es fantástica, pues no solamente nos permite hacer algo que nos gusta, sino que nos ayuda a esforzarnos para servir de ejemplo, ya que nos enseña a respetar, así como nosotros necesitamos respeto; nos enseña a ser responsables y a la vez no perder nuestra propia personalidad y estilo, manteniendo un lazo de amistad, cordialidad y solidaridad con estos pequeños y su profesora que ponen su confianza en nosotros. Y así han transcurrido los maravillosos días en 5-A, en un ambiente lleno de armonía, algarabía y, sobre todo, mucha alegría.

### Entre risas y colores

Por Julie Ann Mejía Ares, 11-B

Entre risas y colores comparto un período todos los lunes con el 6-A, curso de la profesora Maritza Álvarez. Mis visitas semanales se deben al programa Club de Líderes en el cual debo hablar con este grupo de estudiantes sobre valores, experiencias e influencias positivas. Leyendo historias verdaderas y compartiendo experiencias, tengo la esperanza de dejar huellas en este momento crucial en la formación de cualquier persona. Al final del día, al repasar nuestro encuentro, me doy cuenta de que la aprendiz soy yo. A través de sus ojos simples e inocentes vuelvo a mirar la vida. A pesar de llegar con la tarea de enseñarles algo, la que más aprende sobre ideales de compañerismo, simpatía y un sin fin de valores, que con los años tendemos a tildar de obsoletos, soy yo. Añoro la llegada del lunes todas las semanas para poder compartir con mis amigos de sexto. A temprana edad y gracias al Club de Líderes he tenido la oportunidad de dar y recibir un gran regalo. El regalo de luchar para mejorar y convertirme en una mujer de bien.

Agradecemos de todo corazón a Joseina, Priscilla y Maritza la espléndida acogida que han brindado a nuestros muchachos del Club de Líderes, contribuyendo a la expansión de sus horizontes y abriendo caminos hacia su éxito como seres humanos ¡Qué Dios las bendiga!



*"Que es santuario de amor cada pecho  
do la Patria se siente vivir"  
Emilio Prud'Homme*

## Unidad

*(Autor: Desconocido)*

Soñé que estaba en un estudio  
Y miraba a dos escultores trabajar.

El barro que utilizaban era la mente de un niño  
Y la moldeaban con mucho cuidado.

Uno de ellos era el maestro,  
Y sus herramientas eran libros, música y arte.

El otro, el padre,  
Trabajaba con sus manos como instrumento,  
Y un corazón gentil y amoroso.

Día tras día, el maestro trabajaba con toques  
Hábiles y gran certeza.

Mientras que el padre laboraba a su lado,  
Puliendo y brillando.

Y, por fin, cuando fue terminada su labor  
Se sintieron orgullosos de lo que habían  
moldeado en el niño:

No se podía comprar ni vender.

Los dos acordaron que habrían los dos fracasado,  
Si hubiesen trabajado de manera independiente,  
Porque detrás del maestro estaba la escuela,  
Y detrás del padre, estaba el hogar.

