



UNA ESPERANZA

“vivir para servir, es servir para vivir”



Mes de la Canción Escolar y las Bellas Artes

AGOSTO

- 06 Día Internacional de la Infancia
- 12 Día del Encuentro entre dos culturas
- 16 Día Mundial de la Alimentación
- 21 Natalicio de Salomé Ureña
- 24 Día de las Naciones Unidas
- 28 Día de la Universidad y la Escuela
- 31 Día del Ahorro Escolar

Este mes, dedicado entre nosotros al AMOR y la AMISTAD (en la Agenda), damos la bienvenida con alegría a una buena amiga que se convierte en colaboradora de Una Esperanza. Cada mes nos regalará una entrega que aparecerá en la sección creada para este propósito en la página 7 bajo el título TECNOLOGÍA Y VALORES. Se trata nada más y nada menos que de la Prof. Jacqueline Losada, nuestra querida “Jackie”. Les invitamos a leer su primer trabajo “Internet y los amigos” ino se lo pierdan!

Como tampoco deben perderse los alumnos los artículos sobre los amigos y la amistad que aparecen en las páginas 2, 6 y 8: Los padres a su vez reciben de la reconocida autora Ángela Marulanda “¡Los buenos padres son ante todo valientes! (Pag. 3). Algo para reflexionar y...¡actuar!

Nosotros decimos que:

- **La verdad, triste o alegre, siempre es positiva si se dice con amor**
- **Si existe amor entre los seres humanos, cada uno puede ver en el otro su igual**
- **El amor hace que seamos solidarios sin esperar recompensa**
- **La amistad debe estar basada en el amor; y el amor en la amistad**
- **El amor garantiza la justicia, tanto o más que la ley escrita**
- **El amor a los demás es una extensión del amor a uno mismo**
- **El amor es una fuerza creadora**

■ Prodigar amor es una forma de sabiduría

¿Qué dirías tú acerca del amor?... Hasta el mes próximo, si Dios así lo quiere (ygr)



Octubre **AMOR**

El amor es el principio de todo, el fin de todo... Es el océano desde donde salen y adonde van a parar todas las demás virtudes. Fray Enrique Lacordaire

LA PRESIÓN DE LOS COMPAÑEROS

Del libro: *Las 6 decisiones más importantes de tu vida*. Autor: Sean Covey

—¿A qué altura estoy?— les grité a los de la lancha, que estaban abajo.

—A unos 21 metros— me respondieron. —A ver, salta.

—No sé si deba. Se ve muy alto desde aquí.

Me encontraba en el lago Powell, adonde había ido con mis amigos para saltar al agua desde acantilados. Comenzamos a unos nueve metros de altura, pero no dejábamos de retornar unos a otros a subir cada vez más. La presión era intensa. Nadie quería ser un gallina.

—¡Anda! ¡Salta!

Haciendo acopio de valor, salté, pero mientras caía pensé: “¡Qué idiota soy!”

Al caer sentí el agua como concreto y todo mi cuerpo se sacudió. Salí con trabajos a la superficie, sofocado. Me revisé de prisa y vi con alivio que estaba ileso. ¡Fíu!

La presión de los compañeros te lleva a hacer cosas estúpidas que no harías normalmente cuando estás solo o piensas con más lucidez. En las situaciones en que interviene esta presión parece como si olvidaras el cerebro en casa.

Recuerdo haber leído sobre un joven neoyorquino de 14 años a quien sus amigos incitaron a encaramarse en un vagón del metro. Como no quería decepcionarlos, lo hizo: una viga lo derribó hacia el otro lado, donde murió atropellado por otro tren. ¿Quién sabe lo que habría podido hacer de su vida?

¿Qué es exactamente la presión de los compañeros? Es cuando la gente de tu edad te presiona para actuar de determinada manera. Es positiva si los compañeros esperan cosas buenas de ti, y negativa cuando te convencen de ser conformista o hacer cosas que no te convienen, como faltar a clases, robar en una tienda, tener relaciones sexuales, drogarte, mentir, cometer actos de vandalismo, maldecir, vestir de cierta manera, esparcir rumores y abusar de los débiles, entre otras cosas.

Cedes porque quieres ser aceptado, complacerlos y no atraer la atención hacia ti. Quieres ser como todos los demás.

Una joven danesa, Mette, cuanta cómo se sintió presionada para molestar a alguien:

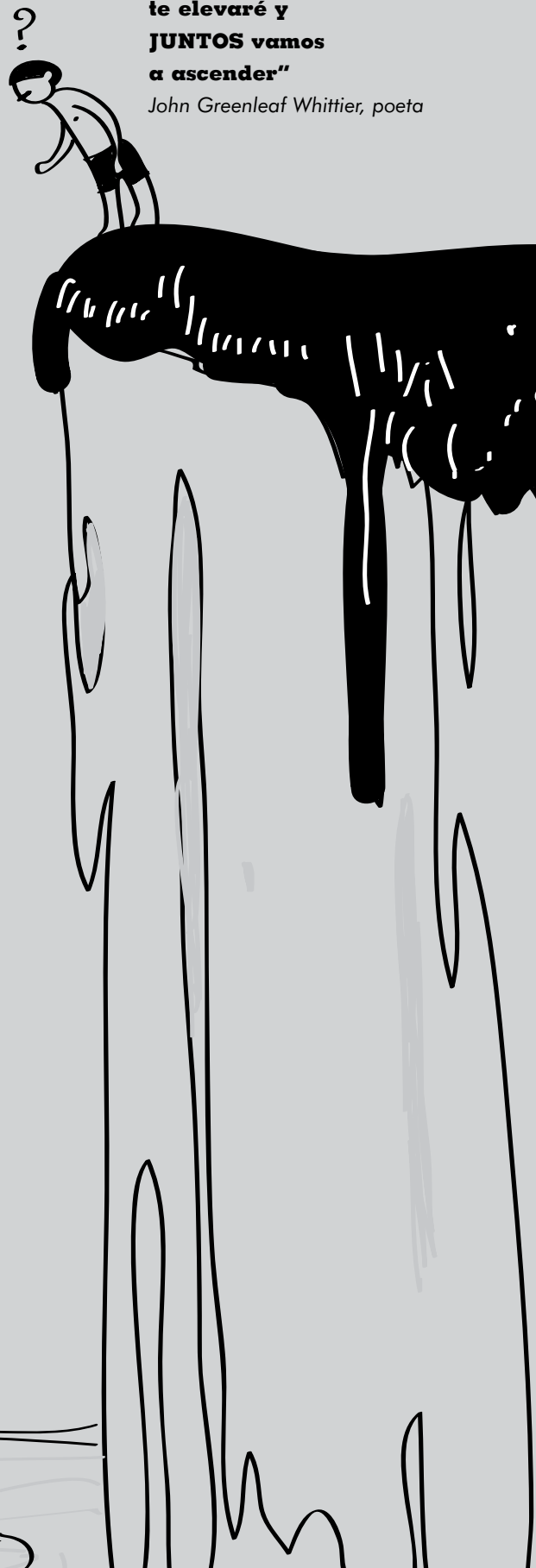
Una vez, en la preparatoria, fui a una fiesta con unos chicos de mi clase. En eso llegó un joven con una enfermedad que lo hacía retener líquido, por lo que estaba muy gordo. Mis compañeros decidieron echar suertes para ver quién le daba un puntapié por detrás y le preguntaba por qué tenía senos. Yo perdí, e hice algo de lo que me he arrepentido millones de veces. Me sentía muy presionada porque iban a despreciarme si no lo hacía. Me acerqué al chico, dije lo convenido y corrí al baño. Me gané la admiración de mis compañeros, pero me sentí muy mal. Nunca me he disculpado con él, ni me atrevo a mirarlo a los ojos. Mis compañeros siguen riéndose de eso y me palmean la espalda, pero a mí me remuerde la conciencia. Como a mí también me han molestado, me sorprendió haber sido capaz de maltratar a otra persona.

Cuando estamos solos, nunca se nos ocurriría hacer algo tan cruel. Pero en grupo, cuando hay presión, desconectamos el cerebro y hacemos cosas estúpidas. Como le dijo el profesor Dumbledore a Harry Potter:

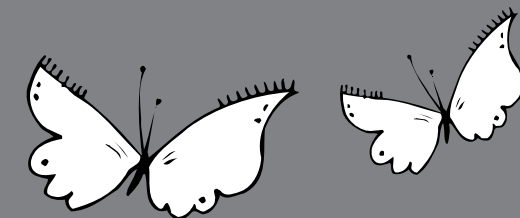
“Hace falta mucho valor para enfrentarte a tus ENEMIGOS, pero se necesita mucho más para enfrentarte a tus AMIGOS”.

**“Elévame y yo
te elevaré y
JUNTOS vamos
a ascender”**

John Greenleaf Whittier, poeta



PENSANDO EN LOS PADRES



¡Los buenos padres son ante todo valientes!

Del libro: *Sigamos creciendo con nuestros hijos*. Autora: Angela Marulanda

Nadie duda de que para ser buenos padres se necesita una gran dosis de amor, paciencia, ecuanimidad, comprensión, disciplina y flexibilidad, para mencionar sólo unas cuantas cualidades. Pero quizás lo que más necesitamos para formar hijos dotados de las virtudes y capacidades que les permitan llegar a ser buenos seres humanos es ser padres valientes, es decir, tener la fortaleza necesaria para hacer lo que más conviene a los hijos, por duro que sea.

El compromiso de ser padres nos coloca a diario en situaciones que requieren mucha valentía para no tomar el camino fácil y privar a los hijos de los límites que son vitales para que no sólo se rijan por los principios que les inculcamos, sino que tengan la fortaleza para ponerlos en práctica. Por ejemplo, se necesita valor para no recibir al pequeño en nuestra cama cuando nos suplica que lo dejemos dormir con nosotros; para no llevarle la tarea olvidada al colegio cuando nos llama implorando que se la hagamos llegar; para no darle más de lo que estrictamente se merece, por mucho que nos ruegue; para no ayudarlo a hacer el proyecto escolar que no preparó a tiempo, así esto implique que pierda la materia; para no permitirle participar en ese paseo o fiesta en los que sabemos que no habrá supervisión de adultos con autoridad; para no pagar la fianza y evitar que lo arresten cuando es importante que aprenda que sus errores tienen una amarga consecuencia.

Lo que necesitan los hijos no son padres condescendientes y que vivan dedicados a darles todo. Sino padres valerosos, capaces de cuestionarse y tener la fortaleza para comprometerse tan seria y profundamente en la formación de sus hijos que harán lo que sea preciso para formarlos como personas correctas, por difícil o doloroso que pueda resultarles.

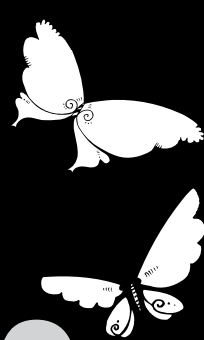
Muchos de los problemas de los hijos hoy son el resultado de confundir el ser buenos padres, es decir, valientes, con ser padres condescendientes. Los padres condescendientes trabajan muy duro con el fin de ofrecerles todo a sus hijos, pero lo que necesitan ellos son padres valientes que trabajen duro en ellos mismos para darles lo mejor de sí. Los padres condescendientes se miden por lo mucho que gastan en su familia, mientras que los padres valientes se miden por lo que aportan a su familia con su trabajo. Los padres condescendientes

hacen lo posible por resolverles todos los problemas a sus hijos, mientras que los valientes los dejan enfrentarlos, permitiéndoles aprender de ellos. Los padres condescendientes tratan de evitarles sufrimientos a los hijos, mientras que los valientes procuran dotarlos de las herramientas para superarlos. Los padres condescendientes se miden por los beneficios económicos que su éxito profesional le ofrece a su familia, mientras que para los valientes lo que cuenta es el precio que sus hijos tanguen que pagar por el éxito profesional de sus padres.

Para lo que se necesita más valentía aún es para no inventarnos toda suerte de justificaciones que nos permitan decirles a los hijos “sí”, cuando en el fondo del alma sabemos que debemos decirles “no”; para no creernos nuestras propias mentiras y convencernos de que todo lo hacemos por su bien, cuando realmente lo hacemos por el nuestro. Es urgente procurar que el poder que tenemos como padres no lo utilicemos para remediar las carencias que les dejamos a los hijos por nuestras debilidades y así perpetuarlas en nombre de una “bondad” mal interpretada.



Necesitamos valentía para no decirles a los hijos “sí”, cuando en el fondo del alma sabemos que debemos decirles “no”.



AMOR

UN SENTIMIENTO MUY PODEROSO

Hay un sentimiento que es capaz de derribar las barreras más fuertes que separan a los seres humanos, un sentimiento capaz de pasar por alto las diferencias más acentuadas: es el amor. Este sentimiento tiene la edad del hombre; en efecto, junto con la palabra, es uno de los atributos humanos por excelencia.

Desde que nacemos necesitamos recibir amor, tanto como alimento y abrigo, y amamos sin proponérselo siquiera. Un niño que no recibiera amor desde su nacimiento no podría desarrollarse normalmente. Porque el amor transforma. ¿No es eso lo que dicen innumerables pasajes del folklore universal cuando describen a un monstruo, un ser maligno que, al ser tocado por el amor, se modifica hasta revelar lo que tiene de más vulnerable: su necesidad de ser amado?

Cuando se ama se produce un estado de comunión, una necesidad de vivir compartiendo. Así, la felicidad de cada una de las personas que participan de esa relación depende de la felicidad de todos. Al amarse, los individuos, sin dejar de ser ellos mismos (y quizás siéndolo de una manera más plena), forman parte de un ser nuevo, diferente, más grande.

EL AMOR PROPIO

El llamado "amor propio" es esencial para que alguien pueda amar, pero, también, puede hacer imposible el amor.

El respeto y el cariño que sentimos hacia nosotros mismos, y hasta -¿por qué no?- la simpatía, son fundamentales para poder amar a los demás. Sobre esta base aprendemos a querer a los otros y a respetarlos como si se tratara de nuestra propia persona. Pero el amor propio también puede impedirnos amar y ser amados. Cuando es desmedido lleva al orgullo excesivo, que es como un enorme y frío muro que nos separa de quienes nos rodean y no nos deja oír más que nuestras propias palabras.

El orgullo, si no es exagerado, no es malo; pero no hay mejor orgullo que el que nos viene del reconocimiento de los seres queridos cuando, al intentar ayudarlos, lo logramos, y cuando nos transformamos en alguien importante para ellos porque amamos y somos amados.

PARA QUE EL AMOR SEA POSIBLE

¿Escucharon esa frase que dice que "no se puede amar lo que no se conoce"? Pues bien, expresa una verdad fundamental sobre el amor.

Cuando amamos nos interesamos por el otro, buscamos las cosas que pueden hacerle bien y evitamos las que pensamos que podrían dañarlo. ¿Cómo podríamos hacer esto si desconocemos al que amamos?

Es verdad que hace falta un lento aprendizaje para el cual todos los cuidados son necesarios. Por eso el diálogo es vital para el amor: el intercambio que se da en él nos permite conocer y hacernos conocer; aprendemos, a costa de equivocaciones, a desarrollar nuestras relaciones y a hacerlas crecer. La entrega del amor se basa en la confianza recíproca de los que se quieren; esta confianza es el mayor tesoro que podemos guardar y hace perdurable el amor.

(Selecciones de: "Construyendo valores")



ACTIVIDADES SOBRE EL AMOR Y LA AMISTAD

De: "Cuentos para ser Humano" por Luis M. Benavides

EN EL FRENTE DE BATALLA

En una de las numerosas trincheras cavadas durante la Primera Guerra Mundial, ubicada en la frontera caliente entre Francia y Alemania, un soldado expresó a su teniente: *–¡Mi amigo no ha regresado del campo de batalla, señor!*

¡Solicito permiso para ir a buscarlo, señor!

–¡Permiso denegado!– replicó el oficial –¡no quiero que arriesgue usted su vida por un hombre que probablemente haya muerto!

El soldado, haciendo caso omiso de la prohibición, salió y regresó una hora más tarde, gravemente herido, transportando el cadáver de su amigo.

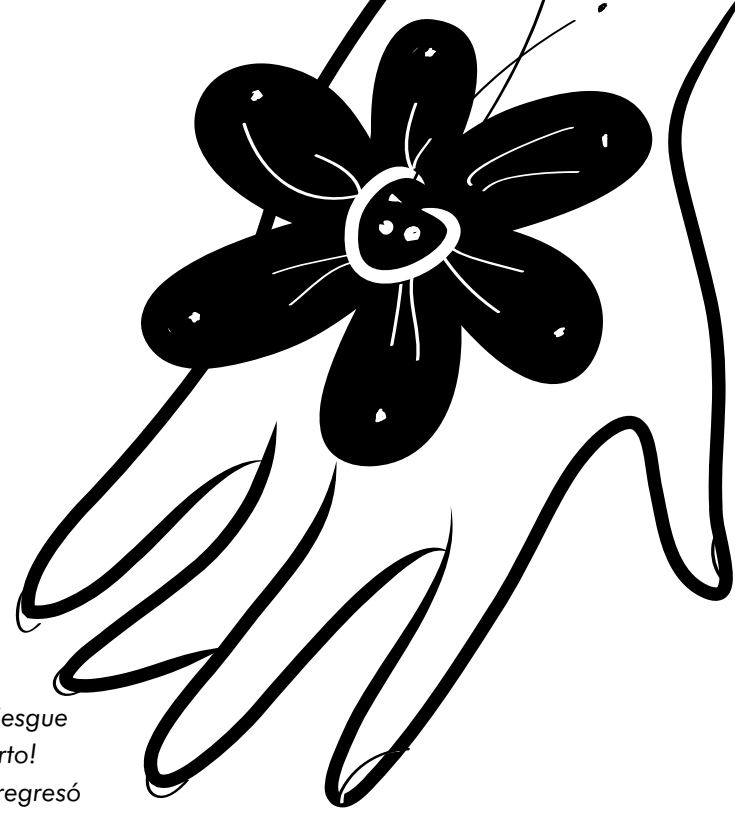
El oficial estaba furioso:

–¡Ya le dije que había muerto! Dígame: ¿merecía la pena ir allá y poner en juego su vida para traer un cadáver?

Y el soldado, jadeando, a punto de desmayarse, con lágrimas en los ojos, respondió:

–¡Claro que sí, señor! Cuando lo encontré, todavía estaba vivo y pudo susurrarme al oído:

¡Estaba seguro de que vendrías!



Internet y los amigos

Autora: Prof. Jaqueline Losada

El Internet proporciona maravillosas oportunidades de mantenernos comunicados con familiares y amigos, aunque estén físicamente lejos de nosotros. Esto lo podemos hacer a través del correo electrónico (e-mail), de las páginas personales, los blogs, las redes sociales (facebook, hi5, Tweeter...). Sin embargo esto conlleva algunos riesgos.

Cuando usamos el Internet debemos tener en cuenta:

- Configurar nuestros perfiles para que estén privados de modo que sólo la gente que invitamos pueda ver lo que publicamos.
- No compartir la dirección, teléfono u otra información personal en línea. No revelar nuestra ubicación real o los planes para salidas o eventos.
- No compartir fotos provocativas o detalles íntimos en línea, incluso con la gente que conocemos o, incluso, en un correo electrónico o sms. La información podría ser copiada y hacerse pública. Debemos Recordar que lo que se dice en una sala de chat o sesión de mensajería instantánea se queda allí y no puede eliminarse después.
- Mantener actualizado nuestro software de seguridad y asegurarnos de que el resto de las aplicaciones de software estén actualizadas y con sus respectivos parches.
- Leer "entre líneas". Seamos conscientes de que, si bien algunas personas son muy agradables en línea, otras actúan de forma amable porque están tratando de obtener algo.
- Evitemos las reuniones a solas. La única forma de que alguien pueda lastimarnos físicamente es si ambos estamos en el mismo lugar. Si realmente tenemos que conocer a alguien en persona, no debemos ir solos, lo mejor es hablar con nuestros padres sobre eso.
- Pensar cómo respondemos. Si alguien dice o hace algo que nos hace sentir incómodos, lo mejor es bloquearlo y no responderle. Si continúan molestando, hablemos con nuestros padres y dejemos ellos lo sepan; enseñémosles el mensaje.

Lee las siguientes situaciones que se relacionan con amigos usando el Internet, y coméntalas con tus amigos:

- Marcos reportó a la Dirección del Colegio a unos estudiantes que estaban acosando a otro estudiante. Cuando él llegó a su casa, vio que tenía en su buzón de correo electrónico como 35 nuevos mensajes en los que lo insultaban y maldecían por lo que había hecho. Habían incluso algunos de personas que eran desconocidos para él.
- Laura se fijó cuando Emma escribió la clave de su correo electrónico. Más tarde, en su casa Laura se conectó en el correo de Emma y le envió un mensaje a Roberto, el novio de Emma, diciéndole que no quería seguir siendo su novia.
- Susan estaba muy molesta con Carmen porque le dijeron que ella había dicho cosas de ella. Susan convenció a Marilyn de escribir mensajes desagradables sobre Carmen en una red social a la que estaban suscritas todas sus amigas. Marilyn lo hizo para obtener así la amistad de Susan.

¿Cuáles acciones consideras que son propias de buenos amigos, y cuáles no lo son? Explica tus respuestas.

1. ¿QUÉ SIGNIFICA LA AUTÉNTICA AMISTAD? ¿QUÉ VALORES Y ELEMENTOS LA CONSTITUYEN?

2. ¿QUÉ COSAS ATENTAN CONTRA LA AMISTAD?

3. ¿POR QUIENES ACTUARÍAMOS COMO EL SOLDADO?

4. ¿QUÉ ES LO QUE INTERNAMENTE ACTÚA EN NOSOTROS COMO EL TENIENTE, IMPIDIÉNDONOS JUGARNOS POR QUIENES AMAMOS?

5. ¿HEMOS NECESITADO ALGUNA VEZ SER SALVADOS? ¿DE QUÉ COSAS?

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

En la agenda: AMISTAD

Cómo se elige a los amigos

Se dice que la familia nos viene dada pero que a los amigos los escogemos. Y eso significa que un amigo o amiga es una persona con la que nos encontramos a gusto y cómodos. Si no fuera así suspenderíamos la amistad. Nuestros amigos, pues, suelen ser personas con valores y creencias semejantes a los nuestros.

Donde HAY AMISTAD HAY...



Por eso su visión del mundo también es bastante parecida a la nuestra. Es muy difícil que dos personas con dos concepciones opuestas de la vida y del mundo traben amistad. Una persona que valore la solidaridad y el respeto difícilmente se comprometerá con otra que valore el liderazgo y el éxito. En cambio, le resultaría mucho más fácil trabar amistad con otra que valore la sensibilidad y la empatía.

No es posible la AMISTAD SI HAY...



Frases para meditar

- La casualidad nos hace hermanos, pero es el corazón el que nos hace amigos.
- El que busca amigos sin defectos se queda sin amigos.
- Con el puño cerrado no se puede dar un apretón de manos.
- A los amigos, como a los dientes, los vamos perdiendo con los años, no siempre sin dolor.
- Un amigo es una persona con la que se puede pensar en voz alta.
- Un amigo no es aquel que te regala rosas, sino aquel que le quita las espinas.
- Los desconocidos son amigos que nunca nos han presentado.
- El victorioso tiene muchos amigos, el perdedor buenos amigos.

Selecciones de: *Cómo educar además de enseñar*, Colección Océano