



**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 Música
- 25 Día de la No Violencia contra la Mujer
- 27 Día de Acción de Gracias

**N**oviembre es el mes consagrado a la familia, por eso, ningún otro mejor para dedicarlo al AMOR, que estaremos enfocando de manera especial durante los próximos treinta días.

“Al hablar de familia se hace referencia a un grupo de personas que teniendo lazos de parentesco viven juntas bajo la emoción del amor. Es decir el amor es una emoción básica en la relación intrafamiliar. Cuando no existe la pasión de vivir juntos la familia se desintegra como tal. El amor es el motor que mantiene a la familia unida y constituye el principal alimento para el crecimiento y desarrollo de los hijos, y la relación de pareja.

La palabra amor identifica el afecto, la necesidad de estar cerca del otro pero por sobre todo, la aceptación incondicional del que se ama. En la familia el amor es la emoción básica que sustenta las relaciones entre padres e hijos y entre los integrantes de la pareja. En la familia se recibe el amor y se aprende a darlo a los demás, en la familia se aprenden las formas de expresión de dicho amor y se aprende a compartir y a aceptar a los demás.” (Ximena Santa Cruz Bolívar, Psicóloga Universidad de Chile)

**COMPRENDIENDO LOS VALORES**

Por: Mercedes Beras-Goico

**El Hermoso Remero (AMOR)**

Había una vez, un hermoso remero, él era como una luz en la oscuridad, de facciones angelicales y bondadoso corazón. Su trabajo consistía en llevar de una orilla a otra; personas que no sabían nadar y lo buscaban para pasar con seguridad.

Mientras sucedía esto, el cantaba o cantaba historias, así, a las personas se les olvidaban los temores, reían y confiaban.

Pero un día, se presentó un niño que temía al agua, dentro y fuera de ella, teniendo como misión llevar un mensaje muy importante a la otra orilla; pero el temor no se alejaba, se sentó a la orilla del lago dando gritos, creyendo que de la otra orilla podían oírlo y así evitaba el paso.

Gritó y gritó... ni siquiera el eco le contestó, ahí seguía, no se movía, su tarea no cumplía, cuando de pronto llegó el hermoso remero y en sus oídos le susurró... melodías y acordes perfectos, llevándolo a la lancha en perfecta armonía donde el niño descubrió que el agua tenía caraco-

les y flores que en coro le decían: –“somos hijos del padre, somos tus guías y hermanos que te acompañamos en tan hermosa misión, el agua es tuya, con un canto te arrulla, pronto entenderás cual es la lección.”

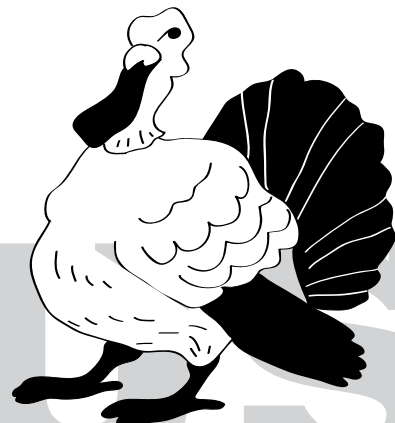
Así, el remero cumplió su labor, agua y bosques decían: –“que buena elección.” (Esperanza Soto).

Cuando leemos en este cuento, aprendemos que el amor no es sólo ese sentimiento de maripositas en el estómago cuando conocemos a ese ser especial, sino que también es esa emoción de vivir la vida al máximo, de querer todo lo que uno hace en vez de hacer todo lo que uno quiere. El amor es poder apreciar lo que tenemos y ser felices y conformes con todo lo que Dios nos ha dado. Los valores como la cooperación, la tolerancia, el respeto y la sencillez son esenciales para poder amar, los que poseía el hermoso remero que trató de aliviar al pobre niño y demostró que no importa lo que pase, él va a seguir amando su trabajo y admirando el poder ayudar a las otras personas. Todos debemos de tratar de vivir la vida así, sin temor a las cosas nuevas, ya que todo tropiezo es un aprendizaje; así recordaremos cada momento en que crecimos como personas bondadosas y alegres.

Noviembre  
**AMOR**

**“No te vengarás ni guardarás rencor contra los hijos de tu pueblo. Amarás a tu prójimo como a ti mismo”.**

(Levítico 19:18)





## BUSCA TU VOCACIÓN

Selecciones de: **Las 6 decisiones más importantes de tu vida**

Autor: Sean Covey

**“¿Qué quieres ser de grande?”, les pregunté a unos niños. Respondieron:**

- “Quiero ser uno de esos repartidores del camión café que lleva cajas a las casas” (Nathan, 6 años)
- “Quiero ser feliz” (María, 10 años)
- “Quiero ser maestra de arpa y mamá” (Elizabeth, 11 años)
- “Quiero ser repartidor de pizzas” (Miguel, 8 años)
- “Creo que sería divertido ser físico nuclear” (Pedro, 11 años)
- “De verdad, de verdad, de verdad quiero ser técnico en computación” (Miguel, 11 años)
- “Quiero ser fotógrafa y viajar a todas partes, tal vez hasta al espacio” (Daysa, 10 años)
- “Quiero ser veterinario de especies exóticas” (Taylor, 10 años)

Cuando yo era adolescente, si alguien me lo hubiera preguntado, le habría dicho: “No tengo ni idea”. En ese entonces apenas intentaba decidir a quién invitaría al baile de graduación de secundaria.

Pero al acercarse el final de la preparatoria es hora de empezar a pensar en qué quieres ser de grande. No digo decidirlo, sino empezar a pensarlo. Tu meta última debe ser comenzar a labrarte una carrera o profesión, en vez de conformarte con un serie de empleos que no conducen a nada. La clave es encontrar tu vocación. No me refiero a la vida religiosa, sino a encontrar lo tuyo, tu nicho, aquello para lo que naciste.

**Imagina cuatro círculos**



**¿Para qué soy bueno?**  
Esto es **TALENTO**

**¿Qué me encanta hacer?**  
Esto es **PASIÓN**

**¿Qué necesita el mundo tanto como para pagarme por hacerlo?**  
Esto es **NECESIDAD**

**¿Qué siento que debería hacer?**  
Esto es **CONCIENCIA**

El lugar donde los cuatro círculos se superponen representa tu vocación. Piensa en ellos cuando empieces a decidir a qué universidad asistir, qué empleos aceptar, qué área de estudios cursar, etc. Ante todo querrás que tu profesión concuerde con tu vocación.

Los cuatro círculos son importantes. Por ejemplo, puede ser que te encante la música (pasión) e incluso seas bueno para cantar o tocar un instrumento (talento), pero también debes discurrir una manera de vivir de ella (necesidad). Tu probabilidad de llegar a ser una estrella del rock es de una en diez mil, así que no apuestes a eso. En cambio, podrías ganarte la vida enseñando canto o un instrumento, o componiendo música para anuncios de televisión y películas.

Tal vez sientas, muy en el fondo, que quieras hacer algo especial con tu vida (conciencia). Por ejemplo, Ben Kaplan, el que discurrió la manera de ir a la universidad gratis, hoy se dedica a ayudar a los jóvenes a conseguir subvenciones y becas para que ellos también puedan ir a la universidad. Esta es la causa especial de Ben, motivada por su conciencia.

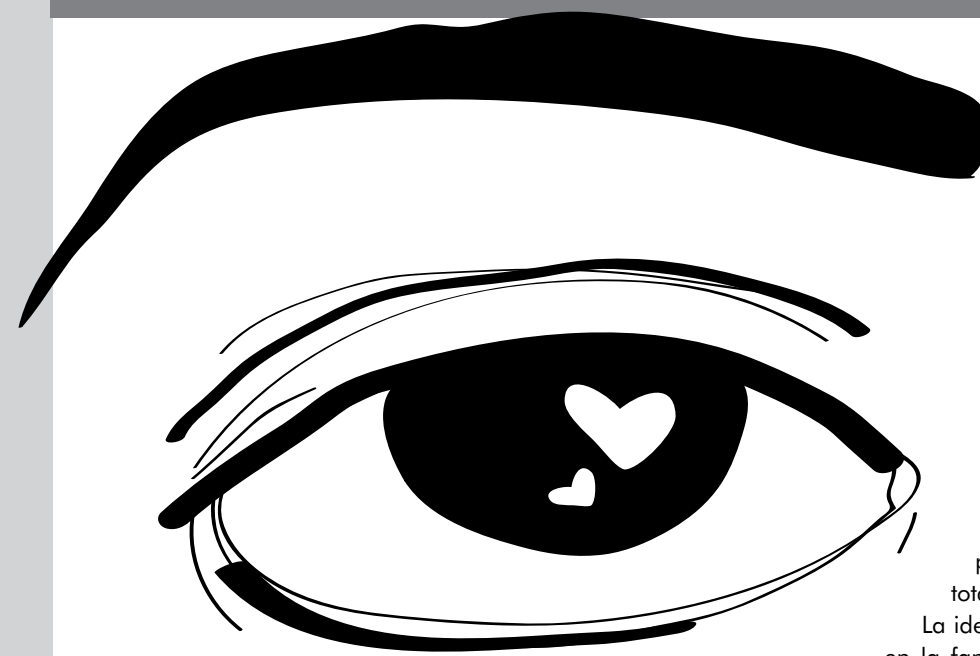
**Explora ampliamente**

“Explora en grande, pero cultiva en pequeño”, dice un refrán. No sabrás si algo te gusta hasta que lo hayas probado. Por eso, mientras estés en la preparatoria, toma cursos muy diversos. Hay una amplia gama de materias que elegir. También hay muchos clubes o equipos a los que puedes afiliarte. Mira a tu alrededor. A veces un solo hecho puede detonar algo dentro de ti.

## PENSANDO EN LOS PADRES LA VISIÓN ES MÁS IMPORTANTE QUE EL EQUIPAJE

Selecciones de: **LOS 7 HABITOS DE LAS FAMILIAS ALTAMENTE EFECTIVAS**

Autor: Stephen R. Covey



**L**a visión de una familia mejor, más efectiva, probablemente comenzará con usted. Pero para lograr que funcione bien, otros en la familia deben sentirse involucrados. Deben ayudar a formarla o, por lo menos, a comprender y comprar la idea. Y la razón es sencilla. ¿Ha hecho alguna vez un rompecabezas o ha visto a alguien hacerlo? ¿Cuán importante es que tenga en la mente la escena final? ¿Cuán importante es que todos los que están trabajando en él tengan la misma escena final en la mente? Sin el sentimiento de una visión compartida, las gentes estarían utilizando diferentes criterios para tomar sus decisiones, y el resultado sería una total confusión.

La idea es crear una visión que sea compartida por todos en la familia. Cuando su destino es claro, puede continuar regresando al plan de vuelo una y otra vez. De hecho, el viaje es realmente parte del destino. Están inseparablemente conectados.

Cómo viaje es tan importante como el lugar donde llegue.

**Un plan de vuelo.** Es también importante que tenga un plan de vuelo basado en los principios que le permitirán llegar a su destino. Permítame compartir una historia para ilustrarlo.

Tengo un querido amigo que una vez compartió conmigo su profunda preocupación sobre un hijo que describió como “rebelde”, “perturbador”, y “un ingrato.”

“Stephen, no sé qué hacer,” dijo. “Se ha llegado a un punto en que si entro a la habitación para ver televisión con mi hijo, él la apaga y se va. He tratado lo mejor que he podido para alcanzarlo, pero se escapa de mis manos.”

Por ese tiempo estaba impartiendo algunas clases universitarias sobre los 7 hábitos. Le dije “¿Por qué no vienes conmigo a mi clase ahora mismo? Estaremos hablando sobre el 5to hábito –cómo escuchar con empatía a otra persona antes de intentar de explicarte a ti mismo-. Me temo que tu hijo puede que no se sienta comprendido.”

“Yo ya lo comprendo, me respondió.” “Y veo problemas que va a tener que enfrentar si no me escucha.”

“Permíteme sugerir que aceptes que no conoces nada sobre tu hijo. Sólo comienza con un pizarrón limpio. Escucha a tu hijo sin ninguna evaluación moral o juicio. Ven a la clase y aprende cómo hacer esto y cómo escuchar dentro de su marco de referencia.”

Así que vino. Pensando que comprendió después de la primera clase, se acercó a su hijo y dijo: “Necesito escucharte. Probablemente no te comprendo, y quiero hacerlo.”

Su hijo contestó “¡Nunca me has comprendido, nunca! Y dicho esto se marchó.

Al día siguiente mi amigo dijo “Stephen, no funcionó. Hice un esfuerzo tan grande y así es como me trató! Quería decirle “¡idiota” ¿no te das cuenta de lo que he hecho y de lo que estoy tratando de hacer ahora? Realmente no sé si haya alguna esperanza.”

Le dije “Él está probando tu sinceridad ¿y qué encontró? Encontró que realmente tú no quieres comprenderlo. Tu quieres que se amolde,”

“Debería hacerlo, el bullanguero” contestó. “El sabe muy bien lo que está haciendo para estropear las cosas”

Respondí, “Mira el espíritu que te anima ahora. Estás enojado y frustrado y lleno de juicios. ¿Crees que puedes utilizar algunas técnicas a nivel inicial para escuchar a tu hijo y pretender que se abra? ¿Crees que es posible que le hables y hasta que le mires sin comunicarle de alguna manera esas cosas negativas que estás sintiendo profundamente dentro de ti? Tienes que hacer un trabajo privado mucho mayor dentro de tu propia mente y de tu corazón. Eventualmente aprenderás a amarlo incondicionalmente justo como él es, en lugar de reprimir tu amor hasta que él se componga. Durante el proceso, aprenderás a escucharle dentro de su marco de referencia y, si es necesario, te disculparás por tus juicios y pasadas equivocaciones o harás lo que sea necesario.”

(Traducción libre del inglés: Yvonne G. de Ripoll)



# AMOR

## DEL VALOR

### ¿Qué es el amor?

El amor es un sentimiento especial que te llena el corazón. Muestras amor en una sonrisa, en una manera agradable de hablar, en un acto considerado o en un abrazo.

Amar es tratar a las personas y las cosas con especial cuidado y bondad porque significan mucho para ti. Amar es tratar a las demás personas justo como te gustaría ser tratado, con cuidado y respeto. (The Virtues Project Educator's Guide. Autora: Linda Kavelin Popov)

### La familia

"La familia es una íntima comunidad de vida y amor" cuya misión es "custodiar, revelar y comunicar el amor" con cuatro cometidos generales (Familiaris Consortio):

- Formación de una comunidad de personas
- Servicio a la vida
- Participación en el desarrollo de la sociedad
- Participación en la vida y misión de la iglesia

La capacidad de amar es resultado del desarrollo afectivo del ser humano durante los primeros años de su vida. El desarrollo afectivo es un proceso continuo y secuencial, desde la infancia hasta la edad adulta.

La madurez afectiva es un largo proceso por el que el ser humano se prepara para la comunicación íntima y personal con sus semejantes como un Yo único e irrepetible; y que debe desencadenarse al primer contacto del niño con el adulto perpetuándose a lo largo de su existencia.

A pesar de que el hombre fue creado por Dios con una capacidad innata para amar, el crecimiento y la vivencia del amor se realizan a través de la experiencia que el hombre va adquiriendo a lo largo de toda su vida. En el contexto individual de cada persona, esta experiencia se ubica en su familia.

En la familia es donde se hace posible el amor, el amor sin condiciones; los padres que inician la familia con una promesa de amor quieren a sus hijos porque son sus hijos, no en razón de sus cualidades. "La familia es un centro de intimidad y apertura".

Es en el seno familiar donde cultivamos lo humano del hombre, que es el enseñarlo a pensar, a profundizar, a reflexionar. Es en el ámbito de la familia donde el hombre aprende el cultivo de las virtudes, el respeto que es el guardián del amor, la honradez, la generosidad, la responsabilidad, el amor al trabajo, la gratitud, etc. La familia nos invita a ser creativos en el cultivo de la inteligencia, la voluntad y el corazón, para poder contribuir y abrirnos a la sociedad preparados e íntegros. El amor de la familia debe transmitirse a la sociedad.

La familia es el primer ambiente vital que encuentra el hombre al venir a este mundo y su experiencia es decisiva para siempre.

"La familia, dice Juan Pablo II, es la primera y más importante escuela de amor". "La grandeza y la responsabilidad de la familia están en ser la primera comunidad de vida y amor, el primer ambiente en donde el hombre puede aprender a amar y a sentirse amado, no sólo por otras personas, sino también y ante todo por Dios".

Todo se relaciona con el misterio del Padre que nos ha creado por amor y para que amemos. Nos ha hecho a su imagen y semejanza, todos somos hijos suyos iguales en dignidad. Para revelarnos su paternidad de amor "nos hace nacer del amor" de un hombre y de una mujer e instituye la familia; ella es el lugar del amor y de la vida, o dicho de una mejor manera: "el lugar donde el amor engendra la vida".

Cada familia, aun sin pretenderlo crea un ambiente (de amor o de desapego y egoísmo, de rigidez o de ternura, de orden o de anarquía, de trabajo o de pereza, de ostentación o de sencillez, etc.) que influye en todos sus miembros, pero especialmente en los niños y en los más jóvenes.

### CONOCER

Amar es buscar el bien integral del otro. El que ama y sólo el que ama, conoce bien a la persona amada, porque la conoce no sólo como aparece sino como es por dentro, y más aún conoce "su posible", aquello que puede y "debe" llegar a ser. Como dice Paul Valéry "lo que es más verdadero de un individuo, lo más de él mismo, es su posible, lo que puede llegar a ser".

El que ama no sólo conoce lo que la persona amada puede llegar a ser, sino que "le ayuda a ello", le ayuda a que desarrolle todas las potencialidades que tiene y que muchas veces ignora, le ayuda a que sea lo que puede llegar a ser.

### CONFIAR

La psicología afirma que el afecto estimula el aprendizaje y desarrolla la inteligencia gracias a la sensación de seguridad y confianza que otorga y que se desarrolla lentamente a través de la infancia, la niñez y la adolescencia.

La persona humana que está siempre en proceso de irse haciendo, es un ser con cierta dosis de inseguridad. El que se siente amado experimenta dentro de sí una fuerza que incrementa su seguridad. Sentir la confianza de las personas queridas es, no sólo de gran ayuda, sino en muchas ocasiones "vital". Confiar no significa hacerse de la vista gorda, consentir, ceder. Confiar significa creer en la persona a pesar de que los hechos estén en su contra. Confiar en alguien implica ser paciente, saber esperar.

### EXIGIR

Exigir es un ingrediente esencial del amor. Sólo quién en nombre del amor sabe ser exigente consigo mismo puede exigir por amor a los demás; porque el amor es exigente. Lo es en cada situación humana.

Amar a los hijos no significa evitarles todo sufrimiento. Amar es buscar el bien para el ser amado en última instancia y no la complacencia momentánea. Es posible que algunas veces por amor a un hijo le generemos una frustración momentánea que en realidad lo prepara para un bien más grande.

El amor necesita disciplina. Citamos a Ignace Lepp, en su libro Psicoanálisis del amor nos dice:

"El amor auténtico es el más eficaz creador y promotor de la existencia. Si tantas personas - bien o mejor dotadas - siguen siendo tan mediocres, se debe a menudo, a que nunca han sido amadas con un amor tierno y exigente"

El amor auténtico vivido en la familia debe alcanzar a la sociedad, la familia debe salir de sí misma y compartir esta vivencia profunda del amor entre ellos que es un reflejo del amor de Dios Padre.

El amor en la familia tiene dos cometidos fundamentales:

1. Enseñar el amor, aprender a amar. Revelar, custodiar y comunicar el amor, y proyectarlo a la sociedad.
2. Ayudar a cada uno de sus miembros, especialmente a los hijos, a que desarrollen todas sus potencialidades, que lleguen lo más cerca posible, a lo que deben llegar a ser, que alcancen la vocación a la que han sido llamados por su Creador.

(Selecciones de: <http://www.aciprensa.com/Familia/amarfami.htm>)

### ¿Cómo practicas el amor?

Amar es ponerte en los zapatos de otro e interesarte por lo que sienten. Es aceptarlos, amarlos justo como son. Puedes incluso ser amoroso con personas a las que no conoces, solo preocupándote por lo que les sucede y enviándoles pensamientos amorosos. Compartir es una forma de mostrar amor. Comparte tus pertenencias, tu tiempo, a ti mismo. Amar es pensar en la forma en que te gustaría ser tratado y tratar a los demás de la misma manera.

### Preguntas para reflexionar

- ¿Puedes nombrar tres formas en que podrías mostrar amor a la gente?
- ¿Puedes describir tres formas en que puedes mostrar amor a los animales?
- ¿Podrías mencionar algunas cosas que amas aparte de las personas y los animales?
- ¿Qué amas hacer?
- ¿Qué sucede cuándo desarrollas alguna tarea con amor?
- ¿Cómo te gustaría que te tratara la gente?
- ¿Puedes identificar tres maneras en que tú tratas con amor a las personas?

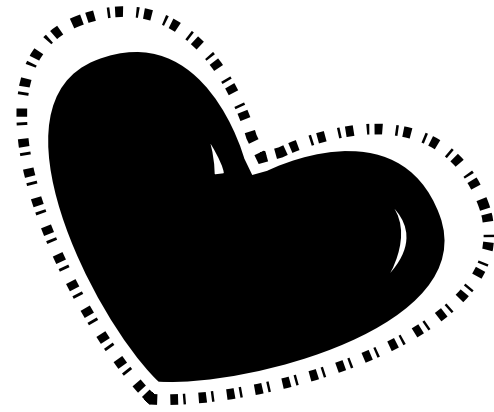
(Selecciones de: The Virtues Project Educator's Guide. Autora: Linda Kavelin Popov)



## ACTIVIDADES SOBRE EL AMOR

Mercedes Beras-Goico 12-A

"Cuando no se ama demasiado no se ama lo suficiente."  
Blaise Pascal



1. PARA TI, ¿QUÉ ES EL AMOR?  
¿CUÁNTOS TIPOS CREES QUE HAY?

2. ¿QUÉ CONSIDERAS MÁS IMPORTANTE, AMAR O SER AMADO? ¿POR QUÉ?

3. ¿CÓMO TU FAMILIA Y AMIGOS TE MUESTRAN AMOR? ¿CÓMO TÚ LES MUESTRAS AMOR A ELLOS? DIBUJA O REPRESENTA DE CUALQUIER MANERA UNO DE ESTOS MOMENTOS.

4. ¿CON QUÉ VALORES CREES QUE SE RELACIONA EL AMOR? ¿CUÁLES VALORES CREES QUE SON NECESARIOS PARA AMAR A ALGUIEN? ¿POR QUÉ?

5. ¿POR QUÉ CREES QUE LA FIGURA DEL CORAZÓN SIEMPRE HA REPRESENTADO EL VALOR DEL AMOR? ¿CREES QUE ESTÁ JUSTIFICADO? SI NO, DIBUJA QUE COSA USARÍAS PARA REPRESENTAR EL AMOR.

6. COMPARA LOS DOS TIPOS DE AMOR QUE SE MUESTRAN EN LAS SIGUIENTES FOTOS: ¿CÓMO CREES QUE EL AMOR AYUDA A FORJAR Y A DESARROLLAR LAS RELACIONES HUMANAS?



## Digno de mencionarse ...Ciudadanos estrellas



1. **Juan Sebastián Franco Gómez, 3-C** recibe una estrella por haber recogido del suelo una basura ajena y llevarla al zafacón sin que nadie se lo pidiera. Este hermoso comportamiento fue reportado por la Prof. Luisa Lluberres ¡Bien por los dos!
2. La **Prof. Fabiola González** merece una estrella por la campaña a favor de la limpieza que ha venido desarrollando entre sus estudiantes. Disfruten algunas fotos de los afiches motivadores que han preparado.



3. Una estrella para la **Prof. María Fernández** y a sus **estudiantes del 7mo grado** por el estupendo trabajo sobre el RESPETO, unos brochures de aspecto sencillamente profesional. Fueron exhibidos en la biblioteca para ser compartidos con la comunidad escolar en pleno.
4. Las hermosas motivaciones dentro de las aulas para facilitar la integración de valores realizadas por **Alischenka Guzmán** y **Laura Vásquez** en Primaria, **María Fernández** en Secundaria. Una estrella para cada una de ellas.
5. Una estrella para **Bianca Calero** por su perseverancia y dedicación a la integración de los valores. Este año escolar continúa editando para los alumnos de 1er grado de Primaria su hermoso boletín sobre el valor del mes ¡Gracias!
6. **Ayda Peña, 4-B** por su estupenda actitud y entusiasmo en la integración de valores recibe una estrella por su mural sobre el RESPETO.
7. Una estrella para **Claudia del Lujan López** por su dedicación al cultivo de los valores y los preciosos trabajos presentados por los niños a su cargo.



# AMOR

Por: Fernanda Langa 11-B



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

**E**l amor es un sentimiento de afecto donde la pasión y el bienestar de la persona, lugar u objeto que amamos es imprescindible. A través del amor hacemos el bien, ya que ayudamos a que otra persona sea feliz. Esto describe a un amor saludable e ideal, pero existen otros tipos de amor como el amor posesivo y el obsesivo. El amor posesivo va de la mano con la frase "si no conmigo, con nadie!", ya que la persona que ama de esta manera no está feliz cuando tu lo estas, si no cuando le perteneces solamente. A esta persona le molesta verte disfrutar de la compañía y amor de otros, llevándolo a hacer cosas irrazonables. El amor obsesivo tampoco es saludable ya que puede llevar al amor posesivo a través de la necesidad de estar y saber de la persona que amas.

Ahora que sabemos los diferentes tipos de amor, debemos de revisar nuestras relaciones y verificar que la dirijamos con un amor saludable. De esta manera tendremos relaciones duraderas, sustanciosas y llenas de alegría y comprensión.

## Citas citables sobre el amor

- "Tu tarea no es buscar el amor, sino sencillamente buscar y encontrar todas las barreras dentro de ti mismo que has levantado contra él." (Rumi)
- "El amor no permanece quieto como si fuera una piedra; tiene que ser hecho, como el pan, rehecho todo el tiempo, renovado. (Ursula K. Le Gin)
- "El amor cura a las personas, tanto a las que lo dan como a las que lo reciben". (Karl Menninger)
- "Esparce el amor por dondequiera que vayas, primero en tu propia casa." (Madre Teresa)
- "Solo el amor hace que la humanidad crezca, porque el amor engendra vida y es la única forma de energía que dura para siempre." (Michel Quoist)
- "Amor es la única fuerza capaz de transformar a un enemigo en amigo." (Martin Luther King)

(Selecciones de: *The Virtues Project Educator's Guide*. Autora: Linda Kavelin Popov)