



# UNA ESPERANZA

MAYO 2011

Año 16

Número 9

Ediciones anteriores:

<http://www.sms.eddu.do/ue1011/index/1011.htm>

*"quien vive para servir, sirve para vivir."*

## MES DE LAS MADRES

- 01 Día del Trabajo
- 03 Día de la Mujer de las Américas
- 04 Día del Árbol
- 08 Día de la Cruz Roja
- 15 Día del Agricultor
- 29 Día de las Madres
- 30 Día de la Libertad

**A**unque mayo está colmado de valiosos reconocimientos ¿Cómo apartar la atención de las **MADRES?**... Ellas personifican la esencia de todos: han honrado siempre el trabajo en cada campo de la existencia humana con absoluta entrega; su paso ha llenado de color y tibieza la historia de América y del mundo; ha sembrado en su tránsito por los caminos de la tierra flores y frutos por doquier, convirtiendo la vida propia y la ajena

en un jardín y ha curado sólo con una mirada, con una sonrisa, con el toque cálido de su mano tantas heridas!; a través de los tiempos ha entregado su incondicional amor a cada hijo, sin distinción alguna, regalando con ello la libertad que conlleva. Agradecemos tu inquebrantable dedicación y desvelo, bienamada señora, siempre presente, siempre sosteniendo, siempre dando... aunque te hayas ido. (ygr) Para ti:

## HIMNO A LAS MADRES

Letra de María de los Ángeles Trinidad De Moya Pérez (Trina)

Venid los moradores del campo y la ciudad  
 Y entonemos un himno de intenso amor filial,  
 Cantemos de las madres la ternura, el afán,  
 Y su noble atributo de abnegación sin par.  
 Celebremos todos la fiesta más bella,  
 La que más conmueve nuestro corazón,  
 Fiesta meritoria que honramos con ella  
 A todas las madres de la Creación.  
 Quien como una madre con su dulce  
 Encanto nos disipa el miedo, nos calma  
 El dolor, con solo brindarnos su regazo  
 Santo con solo cantarnos baladas de amor.  
 De ella aprende el niño la sonrisa tierna  
 El joven, la noble, benéfica acción  
 Recuerda el anciano la oración materna  
 Y en su alma florece la resignación.  
 Venid los moradores del campo a la ciudad  
 y entonemos un himno de intenso amor filial,

cantemos de las madres la ternura, el afán  
 y noble atributo de abnegación sin par.  
 Cubramos con flores la tumba sencilla  
 De madres que moran en la eternidad  
 Y ornemos con flores la frente que aún brilla,  
 Aún brilla y esplende la maternidad.  
 Para ella escojamos frescas azucenas  
 Simbólicas flores del alma ideal,  
 Blanca como el alma de las madres buenas  
 Y con algo místico y sentimental.  
 Albas estrellitas nítidas hermanas  
 De las que circundan la divina sien,  
 De la que es modelo de madres cristianas  
 Madres de Dios Cristo nacido en Belén.  
 Venid los moradores del campo y la ciudad,  
 Y entonemos un himno de intenso amor filial,  
 Cantemos de las madres la ternura, el afán,  
 Y su noble atributo de abnegación sin par.

## MAYO

# Honestidad

Ocúpense de cuanto es verdadero y noble, justo y puro, amable y loable, de toda virtud y de todo valor. (Flp. 4:8)



## LAS MONEDAS ENCANTADAS

Autor: Pedro Pablo Sacristán

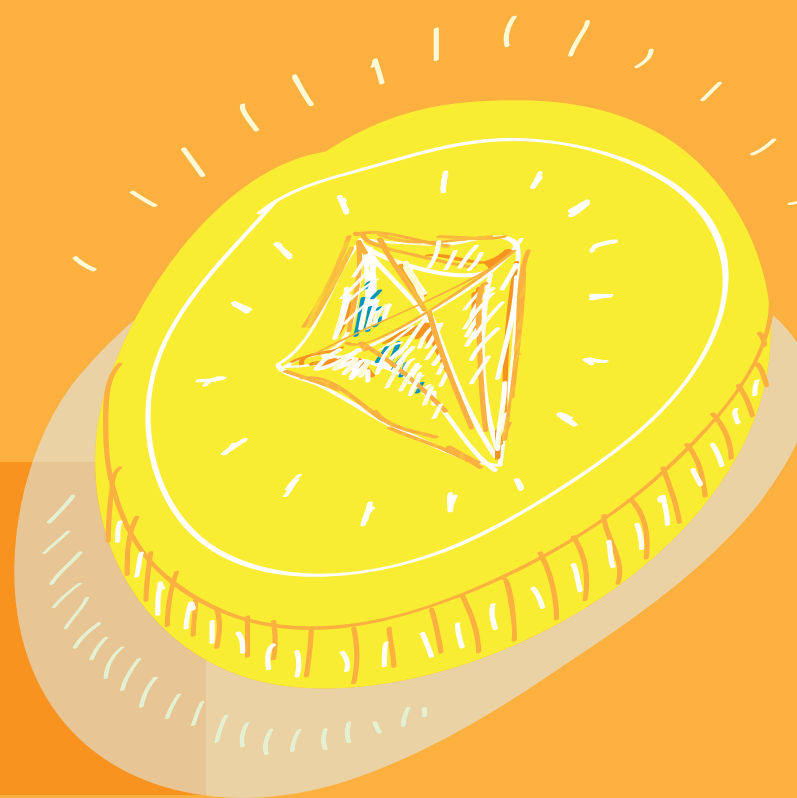
**Valor Educativo:**  
**HONESTIDAD y generosidad**

**La mejor forma de fomentar la honradez es crear ambiente de honestidad y generosidad, pues quien no quiere nada para sí está más lejos de caer en la avaricia y la envidia.**

### Cuento

Hubo una vez un hombre bondadoso y rico que al cumplir muchos años pensó dejar a cargo de sus cosas a algún joven inteligente y honesto. Comentando un día su decisión y las ganas que tenía de no equivocarse en la elección, un buen amigo le dio este consejo:  
-La próxima vez que vendas algo, cuando des el dinero del cambio, entrega como por descuido una moneda extra de poco valor. Aquel que te la devuelva sabrás que es honrado. El hombre rico agradeció mucho el consejo, y pensando que era una buena idea y fácil de realizar, decidió ponerla en práctica. No contaba con que uno de los presentes, un vecino que se hacía pasar por amigo pero en verdad le envidiaba enormemente, contrató los favores de un hechicero, a quien encargó encantar las pequeñas monedas que poseía el anciano de modo que cualquiera que mirase una de aquellas monedas tocadas por él, viera en ella no una moneda corriente, sino aquello que más quería en el mundo. Confiaba el malvado en que nadie devolviera la moneda y el viejo se desesperase, y entonces dejase a un sobrino suyo administrar todos sus negocios.  
Todo resultó según lo planeado por el envidioso comerciante, y ni uno solo de los que hablaron con el anciano fue capaz de devolver la triste moneda: unos veían en ella el mayor diamante o piedra preciosa, otros una obra de arte, otros una reliquia y algunos incluso una pócima curativa milagrosa. Al verle

medio rendido en su intento por encontrar alguien honrado, su envidioso vecino aprovechó para enviar al sobrino advirtiéndole cuidadosamente para que devolviese la moneda. El sobrino fue decidido a hacerlo, pero al recibir la moneda, vio en ella todas las posesiones y títulos de su tío, y creyendo que todo lo que le había contado su tío era un engaño, marchó con su inútil moneda y su avaricia hacia ninguna parte, pues cuando su tío se enteró de la traición lo despidió para siempre. El anciano, deprimido y enfermo, decidió llamar a sus sirvientes antes de morir, y les entregó algunos bienes para que pudieran vivir libremente cuando él no estuviera. Entre ellos se encontraba uno muy joven aún, al que entregó una de aquellas pequeñas monedas por error. El joven, criado a la sombra de aquel justo y sabio señor a quien quería como un padre, vio en lugar de la moneda una poderosa medicina que curaría al anciano señor, pues aquello era de veras lo que más quería en el mundo, y según la vio, entregó la moneda de nuevo diciendo: "tomad, señor, esto es para vos; seguro que os sentará bien". Efectivamente, aquella simple moneda actuó como el más milagroso de los bálsamos, pues el anciano saltó de alegría al haber encontrado por fin alguien honrado, y le llenaba de gozo comprobar que siempre había estado en su propia casa. Y así, el joven sirviente pasó a administrar con gran justicia, generosidad y honradez todos los bienes del anciano, quien siguió acompañándole y aconsejándole como a un hijo por muchos años.



## love and logic

SOLUCIÓN CON AMOR Y LÓGICA

### Poner fin a la depresión a la hora de acostarse

Por: Jim Fay

#### Hora de atraso

Hora de dormitorio es un viaje en si mismo. Empieza con "hora de atraso". Una rutina de desaceleración es esencial. Las mentes de los niños operan a extremos altos y no se apagan tan rápidamente como las de adultos. Los padres deben de anunciar el comienzo de la hora de atraso aproximadamente 40 minutos antes de la hora de dormitorio. Hora de atraso incluye apagar actividades estimulantes como la televisión, música excitante y juegos familiares. También es un buen tiempo para darles opciones a los niños:

- ¿Quieres ir a la cama ahora o en 10 minutos?
- ¿Quieres cepillar tus dientes en la cocina o en el baño?
- ¿Quieres un cuento o primero un baño?
- ¿Quieres una bebida en la cocina o en tu cuarto?
- ¿Quieres que te lleve o caminar solo?
- ¿Quieres la luz encendida o apagada?
- ¿Quieres cubrirte tu mismo o quieres que yo lo haga?
- ¿Quieres dormirte ahorita o quedarte con los ojos abiertos?

Hay magia en las opciones. Hablan directamente a la necesidad humana por control y pueden producir resultados asombrosos. Asegúrate de ofrecer opciones que a ti te gustan y no las que no te gusten.

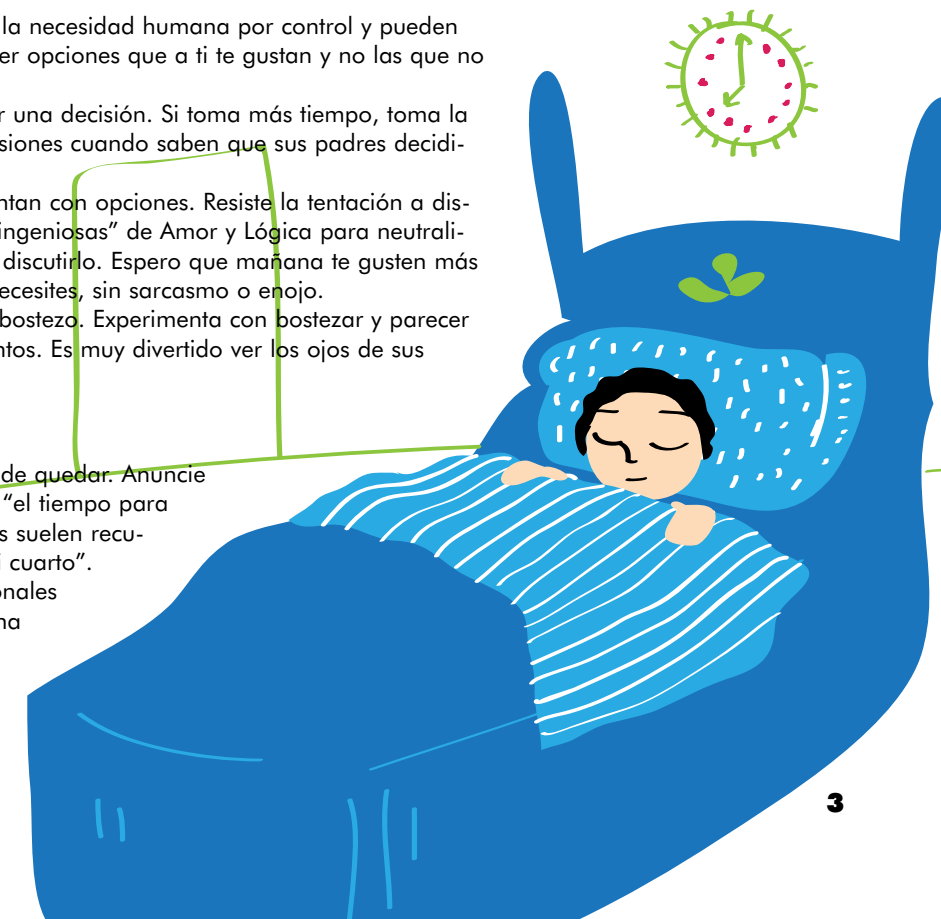
A los niños no les toma más que 10 segundos hacer una decisión. Si toma más tiempo, toma la decisión por ellos. Los niños toman sus propias decisiones cuando saben que sus padres decidirán por ellos si no actúan rápidamente.

A algunos niños les gusta negociar cuando se enfrentan con opciones. Resiste la tentación a disputar o razonar en este tiempo. Usa las "oraciones ingeniosas" de Amor y Lógica para neutralizar las discusiones, como "Te amo demasiado para discutirlo. Espero que mañana te gusten más las opciones". Repite esta frase tantas veces como necesites, sin sarcasmo o enojo.

Recuerda que no hay nada más contagioso que un bostezo. Experimenta con bostezar y parecer que tienes mucho sueño durante la hora de los cuentos. Es muy divertido ver los ojos de sus niños cerrándose.

#### Tiempo para los padres

Ya que los niños están en sus cuartos, ahí se deben de quedar. Anuncie que "el tiempo para los niños" se acabó y ahora es "el tiempo para los padres". Manténganse firme sobre eso. Los niños suelen recurrir a "¡Siento miedo aquí!" o "Hay monstruos en mi cuarto". Solo recuerda que los niños toman las ideas emocionales de sus padres. La mejor solución es responder en una manera firme pero cariñosa: "Pues, amorcito, mi consejo es que te hagas amigo de ellos. Nos vemos en la mañana. ¡Te quiero!" Prueba estas técnicas de Amor y Lógica y únete a los miles de padres que disfrutan de las noches tranquilas con sus niños!



# Honestidad



**C**on toda seguridad, una de las cualidades que más buscamos y exigimos de las personas es la honestidad. Este valor es indispensable para que las relaciones humanas se desenvuelvan en un ambiente de confianza y armonía, pues garantiza respaldo, seguridad y credibilidad en las personas.

No debemos olvidar que, los valores deben primero vivirse personalmente, antes de exigir que los demás cumplan con nuestras expectativas.

## Recordemos que el valor de la honestidad:

Es una forma de vivir congruente entre lo que se piensa y la conducta que se observa hacia el prójimo, que junto a la justicia, exige en dar a cada quién lo que le es debido.

## La persona que es honesta puede reconocerse por:

- Ser siempre sincera, en su comportamiento, palabras y afectos.
- Cumplir con sus compromisos y obligaciones al pie de la letra, sin trampas, engaños o retrasos voluntarios.
- Evitar la murmuración y la crítica que afectan negativamente a las personalidad de los demás.
- Guardar discreción y seriedad ante las confidencias personales y secretos profesionales.
- Tener especial cuidado en el manejo de los bienes económicos y materiales.

## Parte importante de nuestro esfuerzo personal para mejorar este valor, es reflexionar en nuestra actitud habitual hacia la honestidad:

- ¿Aprovecho el tiempo trabajando con intensidad?
- ¿Cumplo con la promesa de no revelar confidencias recibidas?
- ¿Evito aprovecharme de la ignorancia, el descuido, las debilidades o el exceso de confianza de los demás?
- ¿Devuelvo con oportunidad y en buen estado, todo lo que he recibido en préstamo?
- ¿Reparo el daño causado a los bienes ajenos?
- ¿Rechazo toda murmuración o comentarios que afecten a la reputación de los demás?
- ¿Procuró hablar siempre bien de las personas?
- ¿Es mi comportamiento igual con todas las personas y en todo lugar?

## Para vivir con más cuidado y esmero el valor de la honestidad, es de gran utilidad poner en práctica las siguientes acciones:

- Debes ser fiel a tus promesas y compromisos por pequeños que puedan parecer.
- Lleva con claridad el manejo que haces del dinero.
- Si adquieres una deuda págala con puntualidad.

- Aléjate de la pereza y cumple con tus deberes.
- Habla siempre con la verdad. No inventes ni exageres cosas sobre tu persona o sobre los demás.
- No reveles aspectos negativos de la personalidad de los demás, aunque no te hayan pedido guardar el secreto.
- Acepta serenamente los errores y fallas que has cometido, así como sus consecuencias; rectifica, y si es necesario, pide disculpas.
- Evita criticar negativamente las normas que existen en tu trabajo, la escuela o cualquier lugar.
- No tomes ni utilices los bienes ajenos sin la aprobación del legítimo propietario, aunque exista mucha confianza.
- Utiliza con propiedad los instrumentos de trabajo que están bajo tu responsabilidad.

Cuando un ser humano es honesto se comporta de manera transparente con sus semejantes, es decir no oculta nada, y esto le da tranquilidad.

Quien es honesto no toma nada ajeno, ni espiritual ni material: es una persona honrada.

Cuando se está entre personas honestas cualquier proyecto humano se puede realizar, y la confianza colectiva se transforma en una fuerza de gran valor.

Ser honesto exige coraje para decir siempre la verdad, y obrar en forma recta y clara.

## «PARA SER HONESTOS»

- a. Conozcámonos a nosotros mismos.
- b. Expresemos sin temor alguno lo que sentimos ó pensamos.
- c. No perdamos nunca de vista la verdad.
- d. Cumplamos nuestras promesas.
- e. Luchemos por lo que queremos jugando limpio.

(Selecciones de: <http://www.leonismoargentino.com.ar/INST256.htm>)

## actividades para compartir

Contar el cuento de

# PEDRO Y EL LOBO

(reseñado más abajo),  
haciendo énfasis en los problemas que le trajo a su pueblo ser mentiroso.

### Objetivo:

Enseñar que a las personas honestas los demás las respetan.

### Objetivo Comunitario:

Evitar problemas de malos entendidos entre vecinos.

### Dinámica:

Se dividirán por grupos. Cada equipo tendrá que inventar una situación en la que decir mentiras puede traer problemas, y la representarán a los otros grupos. Entre todos analizarán por qué en cada situación decir la verdad hubiera evitado un conflicto.

### Compromiso consigo mismo:

Hacer un dibujo en el que se describa cómo puede solucionarse un problema sin decir mentiras.

### Compromiso con la comunidad:

Buscar un problema que las autoridades nos dijeron que iban a solucionar y no lo han hecho. Pensar cómo lo podemos resolverlo.

## PEDRO Y EL LOBO

### Cuento

Érase una vez un pequeño pastor que se pasaba la mayor parte de su tiempo cuidando sus ovejas y, como muchas veces se aburría mientras las veía pastar, pensaba cosas que hacer para divertirse.

Un día, decidió que sería buena idea divertirse a costa de la gente del pueblo que había por allí cerca. Se acercó y empezó a gritar:

- ¡Socorro! ¡El lobo! ¡Qué viene el lobo!

La gente del pueblo cogió lo que tenía a mano y corriendo fueron a auxiliar al pobre pastorcito que pedía auxilio, pero cuando llegaron, descubrieron que todo había sido una broma pesada del pastor. Y se enfadaron.

Cuando se habían ido, al pastor le hizo tanta gracia la broma que pensó en repetirla. Y cuando vio a la gente suficientemente lejos, volvió a gritar:

- ¡Socorro! ¡El lobo! ¡Qué viene el lobo!

Las gentes del pueblo, al volver a oírlo, empezó a correr otra vez pensando que esta vez sí que se había presentado el lobo, y realmente les estaba pidiendo ayuda. Pero al llegar donde estaba el pastor, se lo encontraron por los suelos, riendo de ver como los aldeanos habían vuelto a auxiliarlo. Esta vez los aldeanos se enfadaron aún más, y se marcharon terriblemente enojados.

A la mañana siguiente, el pastor volvió a pastar con sus ovejas en el mismo campo. Aún reía cuando recordaba correr a los aldeanos. Pero no contó con que, ese mismo día, vería en efecto acercarse el lobo. El miedo le invadió el cuerpo y, al ver que se acercaba cada vez más, empezó a gritar:

- ¡Socorro! ¡El lobo! ¡Qué viene el lobo! Se va a comer todas mis ovejas ¡Auxilio!

Pero esta vez los aldeanos, habiendo aprendido la lección el día anterior, hicieron oídos sordos.

El pastorcillo vio como el lobo se abalanzaba sobre sus ovejas, y chilló cada vez más desesperado:

- ¡Socorro! ¡El lobo! ¡El lobo! - pero los aldeanos continuaron sin hacer caso.

Es así, como el pastorcillo vio como el lobo se comía unas cuantas ovejas y se llevaba otras para la cena, sin poder hacer nada. Y se arrepintió en lo más profundo de la broma que hizo el día anterior.

## tecnología y valores

Sección a cargo del Departamento de Tecnología de SMS  
Prof. Jacqueline Losada

# HONESTIDAD EN LA ERA DIGITAL

Internet es un mundo anónimo en el que todo el mundo se aprovecha de esta ventaja, para realizar las cosas que en la vida "off-line" no se atrevería. La mayoría de los usuarios de internet son conocedores de estas tendencias y se han vuelto muy desconfiados cuando navegan por la red.

Hace un tiempo (1993) apareció en la red la caricatura que Peter Steiner publicó en The New Yorker que decía: "On the Internet, nobody knows you're a dog" (En Internet, nadie sabe que eres un perro).

"Perro" en el sentido literal de la expresión. A través de ella se puede iniciar una discusión acerca del anonimato en la red, de cómo es posible para una persona crear una nueva identidad en línea, y pretender ser alguien distinto a quien es en realidad. Lo cual a su vez lleva a múltiples consecuencias, algunas simpáticas y otras inquietantes: personas que se reducen la edad en sitios de citas en línea, jóvenes que se ponen más edad para poder participar de un chat o una red social, que alteran su foto para verse mejor, o que pretenden ser adolescentes en salas de chat para identificar eventuales víctimas para asaltos, secuestros, etc.

Este tipo de fenómenos se produce cuando cada persona tiene control real sobre la información que publica en la red. Así, es más sencillo pretender ser alguien más. Pero, ¿y si no se tuviera control sobre esa información?

La **HONESTIDAD** es una cualidad humana que consiste en comportarse y expresarse con coherencia y sinceridad, y de acuerdo con los valores de verdad y justicia. En su sentido más evidente, la **HONESTIDAD** puede entenderse como el simple respeto a la verdad en relación con el mundo, los hechos y las personas.

(<http://es.wikipedia.org/wiki/Honestidad>)

Esto nos lleva a dos escenarios distintos. Primero, las redes sociales pueden ser un excelente mecanismo para descubrir si la persona con quien estamos hablando es un "perro" o no. La visibilidad que dan las redes sociales dificultaría la construcción de identidades alternas, pues ya no depende exclusivamente de cada persona, sino de la red que construye en línea. Así, si un extraño me contacta en una sala de chat, la posibilidad de visitar su perfil en línea y verificar con sus amigos quién es, en qué fotos aparece, etc., me ayudaría a saber si es quien dice ser o no.

El punto es que estamos perdiendo control real sobre toda la información referente a nosotros que se encuentra en línea. Y eso tiene como aspecto positivo, que nos obliga a ser más honestos en lo que hacemos todos los días, pues aquellas cosas que preferiríamos que no se supieran, pueden saberse.

Lo malo tiene que ver, en lo referente a la protección de nuestra privacidad, y en cómo esa información podría utilizarse para restringir nuestro acceso a oportunidades laborales o de estudio (algunas compañías y universidades buscan el perfil en línea de los solicitantes).

Con la consolidación de las redes sociales, cada vez será más difícil pretender ser quien no se es, si se decide participar en ellas.

Y lo mismo pasa con multitud de herramientas Web2.0: la posibilidad de que cualquier persona comente lo que yo publico, deja abierta una puerta para que se digan cosas sobre mí, que yo preferiría que no fueran dichas. Al participar en la red, todos nos convertimos en figuras públicas, con los alcances que esto tiene.

Debemos ser conscientes de las implicaciones de tener una presencia en línea, por eso lo más importante es mostrar lo mejor de nosotros, ser honestos en lo que hacemos o decimos; y esperar que los demás ¡¡¡harán lo mismo!!!



desde  
las aulas...

página

# EQUILIBRIO Y CONFIANZA

(Complemento al tema del mes en la agenda del estudiante)

**C**onfianza en uno mismo es la creencia que se tiene de la propia capacidad. El equilibrio personal es la forma como nos formamos a nosotros mismos, la imagen que proyectamos a los demás. Manejar los propios asuntos con aplomo da la impresión de fuerza y capacidad. Es una herramienta muy útil de auto empoderamiento utilizada por los líderes y personas exitosas en todos los aspectos de la vida, pero sobre todo, el equilibrio y la confianza se consiguen a través del reconcimiento y la práctica de ciertos comportamientos. Cuanto más trabajamos en la construcción de nuestra auto confianza, más mostraremos señales de equilibrio. Según lo dicho, la confianza en uno mismo es la creencia personal en la capacidad de hacer bien las cosas. Esto significa que algunas veces debemos salir de nuestra zona de seguridad con el fin de superar preocupaciones y temores. He aquí algunas sugerencias que pueden ayudar a construir la auto confianza y, con ella, el aplomo.

- **Aprender a actuar y reaccionar objetivamente:** Una reacción emocional frente a los problemas puede trabajar en contra del equilibrio personal. La gente admira la capacidad de las personas para mantenerse enfocadas y no afectarse por los asuntos que se presentan. Por lo tanto, es importante mantener el control de sus emociones.
- **Tomar el tiempo para entregar su mensaje:** A menudo, cuando estamos nerviosos, nuestros argumentos se vierten de una manera apresurada. Aprendiendo a conducirnos a nosotros mismos de una manera deliberada el equilibrio aumenta.
- **Reconocer sus fortalezas y utilizarlas:** Parte de la mejoría de nuestra confianza en nosotros mismos es la capacidad de reconocer para qué somos buenos, y dar buen uso a eso.
- **Actuar de forma decisiva y proactiva:** Las personas confiadas no le temen al cambio. Ellas se adueñan de las situaciones y las llevan adelante. Adoptar una actitud proactiva es una excelente manera de realzar la autoconfianza y mejorar el equilibrio.
- **Participar en las organizaciones de la comunidad:** Ayudar a los demás desarrolla un sentido de propósito. Las organizaciones comunitarias a menudo requieren de voluntarios que se responsabilicen de ciertas áreas, dando así una oportunidad para desarrollar habilidades organizativas y de liderazgo, todo lo cual contribuye a la autoconfianza.
- **Participar en competencias deportivas:** Incluso si el deporte no es un talento natural, ser parte de un equipo y compartir una meta común puede ser altamente auto empoderador. Además estará desarrollando una nueva habilidad, otra cuerda en el arco de la autoconfianza.

Mejorarse a si mismo no es convertirse en una persona arrogante. Las personas seguras de sí mismas son fuente de inspiración para los demás. Mientras más fuerte es nuestro sentido de la propia valía, mayor confianza tendrán los demás en nosotros y eso puede traer enormes oportunidades y ventajas.

(<http://www.selfempoweringtips.com/self-esteem/Building-Self-Confidence-And-Personal-Poise.html>)

