

VALORES

PARA UNA NUEVA HUMANIDAD

AÑO 2 NÚMERO 13
ABRIL 2021
INSTITUTO
VALORES
HUMANOS
.ORG

CRONOGRAMA 2021

TALLERES ONLINE

YOGA PARA CHICOS Y GRANDES
AUTOCONOCIMIENTO
CAFÉS DE VALORES HUMANOS
COMPARTIENDO NUESTROS DONES

curso
DOMINA
LA MENTE
10

ENTREVISTA CON AMPARO MURIEL

La escuela itinerante

EL CORAZÓN DE CADA DOCENTE
JUNTO AL DE SUS ESTUDIANTES

RECURSOS EDUCATIVOS

- EL VALOR DE LA ALEGRÍA. TIPS
- LA TIENDA DE LA VIRTUD. UN CUENTO DE VALORES

ÍNDICE

EDITORIAL

POR MARÍA RAITI

COMUNIDAD

EN VOZ POÉTICA: MARÍA CLEMENCIA SÁNCHEZ

PIZARRA DEL ILAVH

TENDENCIA

PERLAS DE SRI MADHUSUDAN SAI

DIÁLOGO CON AMPARO MURIEL. LA ESCUELA ITINERANTE DE COLOMBIA

LA ESCUELA COMO ESPACIO PARA LA FORMACIÓN DOCENTE

CURSO: DOMINA LA MENTE - PARTE 10
LA MUJER QUE ILUMINÓ UN REINO

AGENDA

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES ONLINE

- YOGA
- AUTONOCIMIENTO
- CAFÉS DE VALORES
- COMPARTIENDO NUESTROS DONES

CARTUCHERA DOCENTE

CUENTO: LA TIENDA DE LAS VIRTUDES.
RECURSOS DE EDUCACIÓN EN
VALORES HUMANOS

LA ALEGRÍA
TIPS PARA ACTIVAR VALORES EN TU
VIDA



LA MUJER QUE ILUMINÓ UN REINO

CURSO DOMINA LA MENTE - PARTE 10 por Sri Madhusudan Sai



LA ESCUELA ITINERANTE DE COLOMBIA

DIALOGO CON AMPARO MURIEL
Serie: Grandes Maestras Latinoamericanas



TIPS

PARA ACTIVAR VALORES
EN TU VIDA: ALEGRÍA

Inspiración para la vida cotidiana



CARTUCHERA DOCENTE

LA TIENDA DE LAS VIRTUDES

Recursos de educación en valores
humanos

«Que ambos seamos guiados y protegidos. Que progreseemos juntos y alcancemos unidos, a través de nuestros estudios, el esplendor espiritual».

Querida lectora, querido lector.

Celebro que estés en este momento leyendo estas sencillas líneas, no porque sean importantes en sí mismas, sino porque me dan la posibilidad de anticipar que tienes por delante de ti el descubrimiento de una educadora extraordinaria. Quisiera, yo también, no haber leído aún su conmovedora investigación pedagógica y su testimonio como docente. Quisiera poder volver a dejarme estremecer hasta las lágrimas —como me sucedió la primera vez— por la profundidad de su sentir, por la sensatez de su mensaje y por sobre todo, por su ineludible capacidad de sentir amor.

Amparo Muriel, educadora colombiana contemporánea, co-creadora de la Escuela Itinerante, nos regala las dos notas centrales de esta edición de nuestra revista: un diálogo que generosamente ofreció a nuestra editorial y un documento que preparó para presentar sus exploraciones pedagógicas y educativas desde la perspectiva de una Educación en Valores que no se conforma con el discurso intelectual sino que se compromete de lleno desde el corazón y está dispuesta a escuchar a cada estudiante, reconocerlo en su historia y co-sentir su parte de dolor.

Sí, un corazón dispuesto a vincularse y crear confianza, especialmente con los estudiantes más desafiantes, aunque sepa que lo que habrá de escuchar serán —en la mayoría de los casos— relatos de tragedias, pequeñas biografías colmadas de dificultades ya desde una temprana edad.

Cuando nace una escucha de este tenor, se sana el mundo. Sucede que se nutre la conciencia de aquel aspecto esencial que está en el núcleo del educador y del estudiante y se despierta este poder divino latente en cada ser, que es un invaluable recurso para la vida, el más elevado aprendizaje al que se puede aspirar desde la acción educativa.

De este modo, dándose fuerza mutuamente, estudiantes y docentes pueden encontrar en el otro un espejo donde verse y conocerse a sí mismos.

Tal como se declara en el antiguo ideal educativo de las Upanishads de la India, donde el maestro y el estudiante oraban juntos de la siguiente manera:

«Que ambos seamos guiados y protegidos. Que progreseemos juntos y alcancemos unidos, a través de nuestros estudios, el esplendor espiritual».

Como complemento a estas notas centrales, podrás leer artículos que exploran el valor de la alegría como aquel atributo del amor que puede experimentarse en lo más simple y cotidiano. La alegría nos acompañará desde la historia de una joven mujer que fue capaz de iluminar a todo el reino, hasta el estudio neurocientífico de los monjes budistas tibetanos, quienes han sido declarados por los neurocientíficos como las personas más alegres del planeta.

Por último, presentamos con entusiasmo el cronograma de las actividades gratuitas que ofreceremos online durante el mes entrante desde el vórtice de educación del Instituto Latinoamericano de Valores Humanos.

Nuestro lema este año es: «brindar sostén a quienes sostienen». Entendemos que estamos colmados de desafíos, para muchos quizás más aún que el año anterior. Pero también intuimos que estamos protagonizando el nacimiento de una nueva humanidad. Una humanidad conciente de sus valores inherentes, vivamente anclada en la verdad de su Ser, capaz de innovar y responder desde allí, convocando así, cual antenas cósmicas, un futuro brillante que puja por emerger. Para lograrlo debemos abrirnos a un cambio inevitable.

Cuando el fruto del algodón se transforma en tela, su valor y utilidad aumentan. Del mismo modo, los seres humanos tenemos la oportunidad de transmutarnos. Así como la semilla alcanza su propósito en el árbol que da frutos, del mismo modo podemos buscar la plenitud, orientándonos hacia una vida que de los frutos de la paz interior y el amor.

El presente nos pide que soltemos lo conocido, que aceptemos que el antiguo paradigma sobre el cual se desplegaba nuestra sociedad ha quedado en el pasado, posiblemente para siempre. ¿Podemos trascender la identidad de la semilla, permitir que se abra su cascarón y que de ella surja una nueva vida, capaz de brindar abundantes frutos?

Sin dudas la educación ocupa un lugar central en esta empresa. En un primer paso, abandonando la loca carrera por títulos y diplomas que inflan el ego y aumentan la distancia entre las personas, podemos orientar el propósito de la educación hacia el deseo de servir a quienes están en necesidad y equiparnos mediante el proceso educativo con las herramientas y habilidades necesarias para servirlos mejor.

No ha habido, quizás en toda la historia de la humanidad tiempos más complejos que los actuales, no solo en el sentido de la crisis que atravesamos en todo el planeta, sino también en el sentido de la evidente y profunda interrelación, interconexión e interdependencia de todas las formas de vida que lo habitan.

Todo el mundo es una sola familia.

De este modo, los sucesos a nivel mundial afectan a todos y cada uno de los individuos. Pero también es cierto lo inverso: cada individuo es capaz de afectar al mundo entero gracias a esta mismísima y evidente interconexión. Si de una vez nos decidimos a dejar ir las viejas formas del individualismo competitivo y egoísta y nos predisponemos a abrirnos al potencial innovador que la incertidumbre trae consigo, nuestras vidas se renovarán para bien. Podremos, a través de la experiencia directa de nuestra divinidad inherente, catalizar el Cielo en la Tierra.

Hoy, más que nunca antes, es posible propiciar esta revolución del amor desde la acción educativa. Esta será una educación capaz de convocar al futuro naciente, cuyo radiante horizonte se encuentra en el firmamento del propio corazón.

Sabemos que tú también tienes un corazón compasivo, querida lectora, querido lector y deseamos agradecértelo. Lo sabemos porque dedicas tu valioso tiempo para leer una nota como esta, para conocer la obra de otros que se han atrevido a amar y a ser compasivos y a dejarte inspirar por ella. Es por esta razón que anhelamos que la presente publicación sea una de nuestras formas de sostenerte a ti, que sostienes a otros. Así unidos, desde esta fuente luminosa de conciencia, desde la claridad amanecida del amor, uno a uno, gracias a la complejidad que nos atraviesa, podamos ver nacer unidos un nuevo mundo.

María Raiti

«Esta será una educación capaz de convocar al futuro naciente, cuyo radiante horizonte se encuentra en el firmamento del propio corazón».

Pequeña canción coreana

Seguirá el corazón
La senda infinita de la alegría,
La brisa que trae el rumor
De la paz y el vuelo de la flor.

Los campos, verdes y frescos,
Verdes y nuevos,
Alientan el rojo sol de mis
pasos.

Seguirá el corazón
La senda infinita de la alegría
La senda infinita de la
mañana.



María Clemencia Sánchez
Poetisa colombiana

Poeta, ensayista y traductora colombiana. Doctora en literatura hispanoamericana de la Universidad de Cincinnati. Su poesía se caracteriza por la apertura intertextual y un lenguaje equilibrado sutilmente entre la expresión y la experiencia.

Pizarra

del INSTITUTO LATINOAMERICANO
DE VALORES HUMANOS

TENEMOS UNA WEB
RENOVADA

[WWW.INSTITUTO
VALORESHUMANOS
.ORG](http://WWW.INSTITUTOVALORESHUMANOS.ORG)

*visítanos y
accede a
nuestros cursos*

SI TAN SOLO...

Por Sri Madhusudan Sai



EXTRACTOS
DE SUS DISCURSOS

“ Si tan solo pudiéramos ir más allá de los nombres y las formas y contemplar la esencia que penetra en todas las formas y nombres conoceríamos la verdad.

Y esa es la verdad que nos hará libres.”

La Escuela Itinerante de Colombia

Diálogo con
Amparo Muriel
Bejarano.

Co-gestora del proyecto que coordina y dirige el Centro de Investigación y Formación Educativa (CIFE) de la Universidad de los Andes: Escuela Itinerante en Colombia.



amparomuriel@hotmail.com

Diálogo con Amparo Muriel Bejarano

La Escuela
Itinerante
de Colombia



«Nos animamos a expresar nuestras aspiraciones más profundas sobre lo que sentíamos que debería ser una escuela».

—Hola Amparo, gracias por esta oportunidad de dialogar contigo. Cuéntame de qué se trata este proyecto que ya viene funcionando desde hace varios años.

—Efectivamente, en el año 2003 comencé a trabajar con este proyecto junto a Alejandro Sanz de Santa María. Fue él quien lo propuso como un proyecto que integrara dos conceptos: investigación y acción. De alguna manera, consistía en llevar la escuela al docente de la misma manera que el Banco de los Pobres va a la persona y no la persona al Banco. Y tenía esta doble tarea, abreviar entre nosotros los docentes sobre posibles mejoras, cambios, resolver situaciones conflictivas y llevarlas a la acción.

—¿Cómo nació esta inquietud en tí?

—En el año 2003 hice un curso de Educación en Valores Humanos. En mi tarea docente yo estaba tal vez algo desencantada. Trabajaba en la educación formal y pública del distrito que tenía un cierto nivel de problemática, de conflicto. Fue entonces que escribimos sobre la «Escuela Soñada» Sí, positivamente, nos animamos a expresar nuestras aspiraciones más profundas sobre lo que sentíamos que debería ser una escuela. Alejandro me invitó a ser parte de esta propuesta de Escuela Itinerante y con otros maestros iniciamos nuestras reuniones en el año 2008.

Bueno, yo había hecho muchos posgrados y entrenamientos para encontrar el «sentido de mi quehacer», para poder realizar lo que sentía había venido a hacer en la docencia. Pero créeme: el doctorado y el posdoctorado de mi preparación docente fue la Escuela Itinerante.

—¡Qué importante lo que dices!

—Es que descubrimos en la práctica que cuando uno descuida esa formación del ser, la labor se vuelve estéril.

La formación tiene que ver con los valores que la persona adquiere a lo largo de su vida. Desafortunadamente, el sistema educativo se centra principalmente en los conocimientos, que muchas veces no tienen nada que ver con lo que los estudiantes viven en su mundo interno, por esto los chicos no conectan con el discurso.

La Escuela Itinerante promueve, fundamentalmente, la formación de las escuelas, un cambio en su visión de cómo comunicarse con el alumno. Es una propuesta de trabajar en la dimensión formativa del educador.

Por mi parte yo había querido hacer algo así, pero me encontraba sola, abrumada por las tareas convencionales y administrativas de un docente.

En la escuela común la consigna es juzgar para castigar; te dicen cómo debes ser, cómo debes comportarte y si no cumples estas reglas tienes un castigo. En la escuela itinerante abogamos por otra ética que **es escuchar para comprender.**

Aquí todo cambia; la relación del maestro con los chicos es totalmente diferente. Aquí los maestros comparten testimonios, retos a los que nos debemos enfrentar en diferentes momentos.

—Amparo, ¿cómo llevan a la práctica esta Escuela Itinerante?

—Somos docentes que nos reunimos regularmente y **nos apoyamos unos con otros, contamos nuestras situaciones especiales, nuestras aspiraciones y entre todos nos nutrimos sobre cómo concretar y materializar nuestras aspiraciones humanas en el ejercicio de la docencia para beneficio del alumno.** Somos un soporte unos con otros y aprendemos entre todos. Vemos cada situación como una manera de mejorar, de sacar algo de adentro de nosotros que estaba guardado aún para nosotros. Hoy en día nos reunimos regularmente en la Universidad de los Andes.

—Nunca se me había ocurrido lo importante que es para los docentes recibir este sostén y tener para ellos mismos una escuela que los escuche.

—La otra cosa muy importante es que debemos trabajar en nosotros, por eso leemos a maestros espirituales en la búsqueda del autoconocimiento. Trabajar en nosotros mismos es primordial. La Escuela Itinerante es como el espacio de reflexión de cada maestro, porque la magia es compartir con los demás y comprender que lo que le pasa a otros es lo que nos pasa a nosotros.

«En la escuela común la consigna es juzgar para castigar. En la escuela itinerante abogamos por otra ética que es escuchar para comprender».

Suelo imaginarme al maestro como un director de orquesta, él es el único que no produce sonido pero ha de indicar cuál entra o cuál no, él tiene una idea clara de toda la pieza y ha de llevar esa pieza musical a la acción a través de todos los instrumentos.

Para hacerlo, el director de orquesta ha de ser muy claro consigo mismo y conocer a cada instrumentista, saber hasta dónde puede dar o no, ha de tener una conexión fluida y cierta con cada uno de ellos.

Esa conexión, ese conocimiento profundo ha de tener el maestro.

—¡Es una analogía maravillosa!

—Mira, trabajar en la formación propia es tremendamente prioritario.

Yo hice cuatro posgrados, ahí tengo esos títulos, porque consideraba que el conocimiento era muy importante.

Pero aquí, en la Escuela Itinerante, descubrí que trabajar en la dimensión humana, en la dimensión formativa del ser (propia y la de los demás), soluciona todo lo que en la escuela común llamamos contenidos educativos. Una vez que te conectas con ese alumno, una vez que has logrado tejer ese hilo de compenetración y comprensión con el otro, puedes enseñar cualquier cosa. Es más, tal vez no necesites enseñar, aprende por sí. Es algo maravilloso.

Por ejemplo, una vez recibí un curso de sexto grado en bachillerato. Este curso estaba catalogado como bastante difícil, eran sumamente inquietos, díscolos. Cuando preguntaba cómo estaban, ellos hablaban de los problemas, que un niño trataba mal a las niñas, que fulano siempre atacaba a otro, en fin, situaciones diferentes. Empecé a trabajar en lo que cada uno de ellos estaba viviendo, porque generalmente lo que desaprovechamos los maestros es que esos problemas nos sirven de espejos para mirarnos.



Particularmente había un chico, Carlos*, que generaba mucho conflicto. Comencé con él un ejercicio de hablar solamente de las cosas positivas. Así cada uno hablaba de lo que Carlos tenía de bueno. ¡Y ese curso se convirtió en el mejor del colegio!

Claro, todo eso fue posible porque yo los conocía a todos, me di ese permiso, sabía hasta en qué trabajaban sus padres. Y a aquellos que sobresalían los colocaba como tutores para que asistieran a los demás.

Poco a poco fuimos creando una cohesión de ayuda y compañerismo entre todos. Cada uno era reconocido por sus virtudes. Y en realidad, de eso se trata, ¿verdad?

¿Por qué deberíamos arrogarnos la posibilidad de juzgar a otro ser humano?

*Se han cambiado los nombres para proteger la identidad de todos los estudiantes nombrados en esta nota.

Cada uno es
reconocido
por sus
virtudes.

Y en realidad
se trata de
eso, ¿verdad?

Recuerdo una vez que estábamos haciendo mandalas y todos los niños coloreando, la clase estaba animada pero tranquila.

Bueno, pasó la coordinadora de disciplina y vio el curso. Pasaba una y otra vez.

Claro, ella luego me preguntó qué estaban haciendo, se extrañaba por la armonía que había en la clase. Le comenté sobre la técnica de los mandalas y ella sacó fotocopia del material que yo tenía y puso a trabajar a sus alumnos en grupos de tres. Claro, ella pensaba que es como una técnica, pero no lo es. Lo importante es la conexión.

Puedes hacer mandalas, Tai Chi, artesanías o cualquier cosa pero lo importante es ponernos al nivel de ellos y que se sientan reconocidos en su ser.

Se ha de ver al niño no por su resultado sino por todo el esfuerzo que pone, se le debe reconocer su intención.

—Amparo, ¿qué ocurre con los contenidos curriculares?

—Bueno, te decía que eso se soluciona solo. Indudablemente, hay que respetarlos, llevarlos a cabo. A mí en la clase me suele ocurrir que estamos una hora conversando y no hemos tocado el tema del día, no hemos mirado esos contenidos. Pero muchas veces me he dado cuenta que habiendo hecho la conexión con los chicos lo otro se resuelve. Los invitas a investigar por sí mismos y pueden hacerlo porque han sido reconocidos, porque están motivados, porque se sienten fundamentalmente completos, importantes, reconocidos.

«Me he dado cuenta que habiendo hecho la conexión de corazón con los chicos lo curricular se resuelve».

«Sin llevar a la práctica lo que el corazón nos pide, no podremos transmitir nuestras aspiraciones más nobles».

—¿Cómo te ha transformado esta experiencia?

—Durante mucho tiempo, le di una gran importancia a la dimensión cognoscitiva en todas mis actividades docentes. Pero cuando empecé a conocer en más detalle y profundidad las historias de vida de cada uno de mis estudiantes, interesándome por sus preocupaciones más intensas e intentar comprender cómo los estaban afectando, descubrí que mi relación con ellos cambiaba sustancialmente. Se cerraba la brecha que generalmente separa al profesor del estudiante, aumentaba el respeto mutuo y los procesos de aprendizaje adquirirían mucho más sentido, tanto para mí como para cada uno de ellos. Esto me ha generado con muchos de ellos una conexión que trasciende el ámbito del pensamiento para anclarse en el corazón, generando una solidaridad y un compromiso mutuo que nunca experimenté cuando mis esfuerzos como docente se limitaban a desarrollar las temáticas que me correspondía enseñar.

Así he podido constatar que cuando, para mí como docente, el ser humano único que es cada estudiante se convierte en el objeto principal de atención, se genera en ellos un gran interés y una gran pasión por aprender y los conocimientos que debemos estudiar en cada curso adquieren para ellos mucho más sentido.

—Infinitas gracias Amparo. Ojalá tuviéramos en cada lugar una Escuela Itinerante que ayude a los maestros a conectarse con sus sueños y llevarlos a la acción.

—Sólo es proponérselo y sería de gran ayuda para avanzar de a poco, sin grandes estructuras, en un cambio que conecte el corazón con la educación y los mantenga unidos, ya que esa es la base. Sin corazón, sin llevar a la práctica lo que él nos pide, no podremos transmitir nuestras aspiraciones más nobles.

LA ESCUELA COMO ESPACIO PARA LA FORMACIÓN DOCENTE

Extractos del documento *UNA EXPERIENCIA PEDAGÓGICA DEMOSTRATIVA: LA ESCUELA COMO ESPACIO PARA LA FORMACIÓN DOCENTE* presentado por Amparo Muriel Bejarano amparomuriel@hotmail.com

Llevo más de veinte años como profesora del Distrito. Mi trabajo lo he desarrollado principalmente en las áreas de sociales, ciencia política, filosofía, ética y religión. Desde que comencé mis labores docentes, se me despertó un gran interés por la educación, y por eso he cumplido con mis funciones siempre con un espíritu investigativo y exploratorio permanente. Nunca he sentido que mi labor se convierta en algo mecánico y rutinario; todo lo contrario: ha sido una actividad en la cual he encontrado diariamente nuevos desafíos que me mantienen en una permanente búsqueda de mejores formas de cumplir mis funciones.

Desde muy temprano en mi carrera como docente comencé a darme cuenta de la importancia de desarrollar con cada uno de mis estudiantes unas relaciones fundamentadas en la confianza mutua. Siempre sentí una resistencia interna muy fuerte a hacer uso del castigo como medio para lograr que mis estudiantes hicieran el trabajo que tenían que hacer para aprender.



Quizás por eso se me despertó tanto deseo por desarrollar formas positivas de promover en ellos el interés por aprender lo que me correspondía enseñarles.

En la primera parte de este documento presentaré las dos principales hipótesis de trabajo que han surgido de esta Experiencia Pedagógica Demostrativa, planteándolas de manera abstracta y general. En la segunda —que es la parte esencial del documento— presentaré ejemplos concretos que ilustran los resultados que esta experiencia ha arrojado, resultados que han sido, a su vez, los que han dado origen a las dos hipótesis planteadas en la primera parte.

HIPÓTESIS

Hipótesis #1

Todas las formas disfuncionales de comportamiento de los estudiantes son síntomas de una problemática mucho más profunda que como profesora tengo el deber de identificar y comprender.

Hipótesis #2

En las relaciones que establezco como profesora con cada uno/a de mis estudiantes es esencial mantener siempre una clara distinción entre la persona que es cada estudiante y los actos que él/ella despliega: la persona es siempre algo sagrado, que por consiguiente nunca debo juzgar; sólo sus actos pueden ser objetables. Mi principal responsabilidad como profesora es investigar solidariamente con cada estudiante qué dinámicas internas lo/la conducen a realizar actos que son socialmente nocivos.

—Sólo es proponérselo y sería de gran ayuda para avanzar de a poco, sin grandes estructuras en un cambio que conecte el corazón con la educación y los mantenga unidos.

EJEMPLOS ILUSTRATIVOS

Estos ejemplos son *textos testimoniales* escritos por mis estudiantes y por mí. Todos ellos corresponden a *experiencias concretas* que hemos vivido juntos en el desarrollo de nuestras propias relaciones docentes.

Ejemplo #1: Pablo*

En las interacciones de los estudiantes con los profesores es inevitable la presencia de las sensibilidades propias de la dimensión humana. Ellas siempre están ahí en todas y cada una de nuestras actividades cotidianas.

Estas sensibilidades en las relaciones docentes pueden tener efectos benéficos o dañinos, tanto en los estudiantes como en los profesores. En este escrito quiero ilustrar estos efectos en el caso de uno de mis estudiantes de grado séptimo. Pablo era un niño delgado, hiperactivo, todo el tiempo estaba hablando; era como si tuviera que expresar sus pensamientos a gritos. Cuando estaba en clase tenía que hacer chistes todo el tiempo para generar risas y romper con la rutina de la clase.

En las anotaciones del Observador del Alumno se leen apreciaciones como:

- Es un estudiante que se la pasa molestando en clase.
- Su indisciplina y grosería son continuas.
- No desarrolla ninguna actividad en clase.
- Llega tarde a clase y es displicente.
- El joven se fugó de clase de una forma irrespetuosa y desobediente.
- No realiza la evaluación. Todo el tiempo interrumpe con su indisciplina.
- Grita, canta, dice frases en voz alta que no van de acuerdo con el contenido de la clase. No da cuenta de lo que sucede. Su comportamiento afecta el desarrollo normal de la clase.
- No deja trabajar a los compañeros.
- Golpea a sus compañeros de clase.

La experiencia me ha enseñado que siempre que encontramos un niño con estas características quiere decir que algo serio está pasando en su vida. Por eso Pablo me llamó la atención desde el comienzo: **yo sabía que detrás de todo su comportamiento tenía que haber algo que yo debía descubrir para comprender sus acciones.**

No sé si mis compañeros maestros se han detenido a pensar en esto.

Es difícil hacerlo porque generalmente estamos inmersos en infinidad de cosas: los contenidos, los logros, las evaluaciones, la disciplina, las recuperaciones, que hay que salir corriendo del salón porque el coordinador lo está esperando para llamarle la atención (cosa que en ocasiones se hace públicamente, a gritos, invalidando al profesor como persona), etc. Entonces no hay tiempo para lo verdaderamente importante.

Al final de la jornada terminamos cansados, escribiendo comentarios en el Observador de los Estudiantes —como los transcritos más arriba— para poder justificar decisiones rápidas y radicales como expulsarlos de la escuela o convencer a los padres que la mejor opción para ellos es retirarlos, lo que en algunos casos resulta en la des-escolarización.

Todo esto se convierte en el centro de nuestra «actividad pedagógica», y por eso al final **terminamos por invisibilizar a los niños.**

Al comienzo las dificultades con Pablo para realizar los ejercicios de silencio eran notorias: se reía, hacía chistes, ruidos, cantaba, molestaba a los compañeros que estaban al lado. Yo pensaba que esto se debía a que él era nuevo en mi clase —la mayoría de los estudiantes del curso había trabajado conmigo el año anterior— por lo que decidí hablar con él para pedirle que se regalara este espacio y le pedí también que, si no podía calmar sus pensamientos, tratara de estar en silencio. Y los resultados fueron positivos: por un lado comenzó a respetar el silencio, y por el otro —¡para mi sorpresa!— cuando coloreamos unos dibujos especiales pude ver su empeño, su atención y su concentración en la actividad —hasta hizo uno en su casa, lo coloreó y me lo trajo a la siguiente clase.

Cuando noté sus cambios empecé a valorarlos públicamente. Lo abrazaba y lo felicitaba. Su actitud frente a lo académico cambió positivamente. Todo esto parecía ser para él el reconocimiento de su Ser, porque empezó a decirme que me quería. Así que decidí llevar a la siguiente clase una lectura sobre por qué la gente grita y decidí dedicársela a Pablo.

Le expliqué que quería que su corazón estuviera junto al mío y que así no tendría que estar gritando porque cuando los corazones de las personas están cerca no necesitan gritar: sólo con susurrar, o incluso sin palabras, se pueden comunicar.

En un ejercicio que hicimos en clase sobre nuestros sueños noté que Pablo no escribía nada. Entonces, de manera discreta, le pedí que me escribiera algo sobre su vida. Me dijo que no lo podía escribir en el cuaderno porque su familia lo podía leer. Le dije que lo escribiera entonces en una hoja sin escribir el nombre. Al finalizar la clase me la envió con uno de sus amigos, quien en voz baja me dijo:

—Acá le envía Pablo esto.

De manera cómplice lo guardé en mi carpeta para leerlo luego en privado. Mi corazón latía fuertemente porque intuía que algo muy importante de su vida me lo estaba confiando en aquel trozo de papel.

Este fue su escrito:

Todo empezó cuando yo tenía dos meses de edad. Mi papá le daba muchos lujos a mi mamá y me compraba mucha ropa y cosas, ya que él era cheff.

Cuando cumplí dos años mi papá llegó borracho a la casa y en un acto de celos mató a mi mamá. Yo estaba muy pequeño, pero todavía me acuerdo. Mi papá duró tres años fugitivo, pero después lo capturaron. Me fui a vivir con mis abuelitos, los cuales me criaron y me dieron estudio. Un día un tío mío se encontró con el hermano menor de mi papá, que también es cheff, y él le dijo que mi papá ya había salido de la cárcel. Lo conocí y lo perdoné. Hoy tengo 14 años y me aparecieron dos hermanos, uno de 10 años y una niña de tres meses. Hoy no quiero despegarme ni un momento de mi papá. Él a veces me acompaña a visitar a mi mamá al cementerio; cuando él llora yo le digo que ya lo perdoné.

Al terminar de leer su escrito quedé partida en dos. De esto hace más de doce días. Decidí escribir esta experiencia para poder exorcizar este dolor de alguna manera, ya que no es la primera vez que me sucede. **Siempre siento miedo de indagar más sobre mis niños porque sé que cada vez que abro mi corazón encuentro uno lleno de tragedia. Y lo peor es que el mío no se ha endurecido a pesar de estarlas escuchando desde hace ya más de diecisiete años. Por el contrario, cada vez se sensibiliza más.**

Espero que el haberlo escrito me permita aprender cada vez más de mis maestros: los niños. Y que escribiendo estas experiencias podamos realmente ser cada vez mejores docentes en el campo de los valores humanos.

Ejemplo #2: Sanchez*

En este grado se sentía un ambiente de confrontación entre diversos grupos que se han conformado al interior del curso. Quise indagar sobre los conflictos que se presentaban con mayor frecuencia y la mayoría de los estudiantes se quejaron de uno de sus compañeros: Sanchez. Sanchez tiene 13 años. Es un niño inquieto, vive molestando a sus compañeros permanentemente y las niñas se quejan que es muy 'metido'.

En una indagación que hice muchos quisieron aprovechar la ocasión para desquitarse públicamente de sus compañeros, buscando que los demás los enjuiciaran, lo cual me dio la oportunidad de hacer un ejercicio que nos ayudara a todos a darnos cuenta de las equivocaciones tan dañinas en que podemos incurrir cuando juzgamos a los otros. Cada estudiante escribió sobre una situación en la que hubiera juzgado equivocadamente a otra persona y luego hicimos un ejercicio sobre el perdón, haciendo especial énfasis en que el perdón no es olvidar sino recordar sin dolor. Aunque en muchas ocasiones los resultados de este tipo de ejercicios los hemos compartido públicamente,

en este caso muchos decidieron compartirlos únicamente conmigo.

A varios estudiantes se les resquebrajó el alma con este ejercicio. Uno de ellos fue Sanchez.

Este fue el testimonio que escribió:

Todos los problemas comenzaron cuando yo nací. Por eso he creído siempre que mi nacimiento fue un problema para casi toda mi familia. Pero no lo fue para mi papá.

En una ocasión mi papá, por defender a mi hermano, produjo un conflicto en medio del cual un señor sacó una sierra y le cortó los dedos a otro y cuando llegó la policía le echaron la culpa a mi papá. Lo más difícil para mí fue ver cómo se llevaban a mi papá para una cárcel. Se lo llevaron para Puerto Boyacá, y eso nos destruyó el corazón a mis hermanos y a mí. Mi mamá se consiguió a otro señor y nos mandaba al parque siempre que se iba a ver con él. Pero un día, cuando mi hermana estaba durmiendo, mi mamá llegó con el señor y le dijo a mi hermana que se corriera pal rincón, que había llegado con el señor.

Después de unos largos años mi papá salió de la cárcel. Ese día todos nos sentimos felices. Pero él no sabía que mi hermano y yo habíamos encontrado a mi mamá con otro señor. Lo supo a los cinco meses y desde ahí me comencé a ir con mi papá.

Mi mamá demandó a mi papá frente a la fiscalía: declaró que yo era un enfermo mental y que si algo me pasaba la culpa sería de él. Ella siempre le sacaba cuchillo a mi papá y cuando supe esto me comencé a desvelar sentado en el sofá en que mi mamá comenzaba a pelear.

De todos modos hoy vivo con mi papá feliz y contento.

Durante las lecturas colectivas que hacemos frecuentemente con mis estudiantes se comparten muchas confidencias que generan dolor y llanto. Esas experiencias tan duras probablemente nos revelan el origen de sus comportamientos. Pero cuando evaluamos el comportamiento o el desempeño académico de cada uno no se tienen en cuenta esas experiencias que ellos han vivido: siempre fraccionamos a cada estudiante como ser humano para mirar únicamente las dimensiones cognoscitiva y disciplinaria. No miramos a cada estudiante como un ser integral.

El ejercicio de escribir las historias de nuestras molestias ha generado un mayor acercamiento con Sanchez por parte de quienes en el pasado lo habían juzgado tan duramente. Les he hecho saber que detrás de sus comportamientos visibles hay una historia muy difícil que hay que tratar de comprender. Y para él este ejercicio se ha convertido en un primer paso para hacer conciencia de sus molestias. Ya ha llegado a plantear que él no quiere repetir la misma historia cuando sea adulto, y también ha hablado de la posibilidad de llegar algún día a perdonar para poder recordar toda esa historia sin sentir ese gran dolor que ahora siente.

Cuando escuchamos a otros decir permanentemente cosas negativas sobre nosotros lo más probable es que terminemos creyéndonlas. Pero cuando resaltamos las buenas cualidades esenciales que todos tenemos como seres humanos y sacamos e irradiamos lo mejor de nosotros, el camino se ilumina y la vida recobra sentido.

Este testimonio deja dos grandes enseñanzas. La primera es sobre el poder sanador tan grande que tienen los ejercicios en los que cada estudiante tiene la *confianza* para, y la *oportunidad* de compartir sus experiencias más significativas y dolorosas con sus profesores y sus compañeros; y la segunda es cómo estos ejercicios les permiten a los estudiantes *comprender* que los comportamientos agresivos y perturbadores de algunos de sus compañeros no se producen por *la libre voluntad* de ellos sino como consecuencia de experiencias pasadas que han dejado en ellos heridas muy hondas.

Promover esta *comprensión* parece ser un poderoso recurso para romper en muy corto tiempo el *círculo vicioso* en el cual estudiantes que tienen comportamientos violentos como consecuencia de experiencias traumáticas que han vivido generan violencia de sus compañeros en contra suya, y esta a su vez induce al primero a comportarse en forma cada vez más violenta. Pero este es solamente un resultado de corto plazo. Lo más impactante cuando se dan estos procesos parece ser que, en el más largo plazo, les permite a niños y jóvenes *descubrir por sí mismos* la felicidad interior que conlleva para cada quien vivir en armonía con los demás.

Descubrimientos autónomos de esta naturaleza parecen ser los caminos más efectivos y poderosos para avanzar en la formación en valores de los estudiantes. Esto contrasta muy fuertemente con la impotencia que parecen haber demostrado las prácticas que buscan impartir entre los estudiantes conocimientos acerca de los valores que deben practicar.

Estos relatos permiten muy fácilmente comprender por qué la apatía de aquellos estudiantes frente a muchos de los conocimientos de las diferentes áreas que la escuela pretende que aprendan. Después de vivir un drama tan desgarrador, ¿qué sentido puede tener para una niña o un niño saber escribir, poder leer un texto, comprender otro idioma, hacer operaciones matemáticas y escuchar un discurso sobre moral? Se nos pide evaluar competencias, pero la principal incompetencia está en nosotros al no poder escuchar y sacar lo mejor de su ser. Los textos de sus autobiografías, que es lo que tiene sentido para ellos, nos muestran que son muy exitosos para poderse comunicar y que desde el punto de vista ético, pueden asumir una posición y reflexionar sobre su vida. Es esta conexión lo que verdaderamente tiene sentido.

CRONOGRAMA MAYO 2021



GRATIS



ONLINE



**VACANTES
LIMITADAS**



YOGA ADULTOS

TODOS LOS MARTES

[LINK DE ZOOM AQUÍ](#)

[PUEDES INGRESAR SIN INSCRIPCIÓN PREVIA](#)

07HS CHIHUAHUA

08HS MÉXICO DF, COLOMBIA, ECUADOR, PERÚ

09HS BOLIVIA, CHILE, VENEZUELA, PARAGUAY

10HS ARGENTINA, BRASIL, URUGUAY



YOGA NIÑOS

TODOS LOS VIERNES

INSCRIPCIÓN + INFO:

YOGABHAJAN@HOTMAIL.COM

14HS CHIHUAHUA

15HS MÉXICO DF, COLOMBIA, ECUADOR, PERÚ

16HS BOLIVIA, CHILE, VENEZUELA, PARAGUAY

17HS ARGENTINA, BRASIL, URUGUAY



FACILITADO POR RAMESHDEEP KAUR
CAPACITADORA INTERNACIONAL - KUNDALINI YOGA



FACILITADO POR MARILY RENDE



SABIDURÍA PRÁCTICA

MARTES

16HS CHIHUAHUA

17HS MÉXICO DF, COLOMBIA, ECUADOR, PERÚ

18HS BOLIVIA, CHILE, VENEZUELA, PARAGUAY

19HS ARGENTINA, BRASIL, URUGUAY

FACILITADO POR ALEJANDRA RODRIGUEZ Y SILVIA KONCKE



CAFÉS DE VALORES

SÁBADOS

INICIA 15/05

08HS CHIHUAHUA

09HS MÉXICO DF, COLOMBIA, ECUADOR, PERÚ

10HS BOLIVIA, CHILE, VENEZUELA, PARAGUAY

11HS ARGENTINA, BRASIL, URUGUAY



Consulta los eventos actualizados aquí
en nuestras historias destacadas de IG

PARTE 10 CURSO DOMINA LA MENTE

LA MUJER QUE ILUMINÓ UN REINO

Basado en el curso Master the Mind
brindado por Sri Madhusudan Sai
en Mayo 2020



Un rey, llamado Hemachuda, se enamoró de una joven, llamada Hemaleka, que andaba en el bosque. Ella había nacido de una doncella celestial y un rey, pero quedó al cuidado de un monje renunciante que había logrado la iluminación, y también ella se llegó a iluminar. Hacía lo que hace un monje en el bosque: cortar leña y sacar agua. El rey se perdió mientras estaba cazando y, como en los cuentos, encontró el monasterio en medio de una tormenta. Lo hospedaron, dándole frutas y alimento. Durante su estadía, se enamoró de Hemaleka y quiso casarse con ella.

Ella sabía lo que era ser renunciante, pero también sabía que había un plan superior. El monje comprendió que el matrimonio resultaría en una gran transformación en el reino y bendijo la unión.

El rey se llevó a la joven en su caballo. El padre del rey aprobó con alegría el matrimonio, la joven era hermosa y muy inteligente; había crecido junto a un monje sabio. ¿Qué más pedir? Una gran nuera. Se casaron con gran pompa.

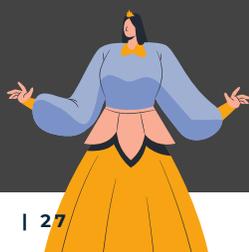
Enseguida el rey se dio cuenta de que Hemaleka no se interesaba por nada: ni por las comodidades del palacio, ni por la comida ni los lujos, ni siquiera le interesaba él. Trató de agradarle de muchas maneras, llevando más atracciones, demostrando más amor y afecto. Pero ella parecía estar en otra parte, aunque permanecía allí. Él se sentía frustrado y le dijo:

—Trato de entretenerte y hacerte feliz, pero parece que no me quieres ni te gusta nada de lo que hago.

—No estoy enojada contigo, ni me desagradan estas cosas. Simplemente estoy pensando... ¿Es esto la felicidad? —dijo ella— Estos placeres del mundo, estos placeres del matrimonio... ¿Es esto la felicidad? ¿Es esto lo que necesitamos aquí?

—Por supuesto, hasta un insecto sabe lo que es felicidad y lo que no lo es. ¿Una dama criada con un monje no sabe qué es la felicidad? ¡Ni siquiera disfrutas de tu propia vida! —respondió él.

Ella estaba comprobando cuán iluso era el hombre con el que se había casado. Comenzaron a debatir y ella le dijo:





—Si esto es la felicidad, ¿por qué se termina?
¿Por qué no dura para siempre? Hasta los
insectos y los animales ansían esta clase de
alegrías. ¿Acaso no somos mejores que los
insectos y animales?

Y le dio un discurso sobre cuán impuro es este
cuerpo :

—¿Y tú buscas este cuerpo y sus placeres? ¿No
somos mejores que un insecto sobre el
excremento que ansía las mismas alegrías?

El hombre quedó paralizado al escuchar estas
palabras.

«¡Esta mujer es algo especial!», se dijo.
Reflexionó acerca de todo esto y, dándose
cuenta, pensó: «¡Sí, qué tontería! ¿Por qué
tengo que correr tras estos placeres
temporarios? ¿Pero qué más voy a hacer? Eso
es todo lo que conozco». Pero aunque trató de
autocontrolarse, sus hábitos se lo impedían.
Entonces, volvió donde ella:

—Has hecho que mi vida sea miserable. Antes
era más feliz... ahora que me dijiste todo esto,
me siento culpable de todo lo que hago. Vacilo,
porque me hiciste sentir culpable. Realmente,
trastornaste mi ser. Estaba tranquilo y me
hiciste perder la paz. ¡Ahora dime más! ¿Cómo
me libero de esto? ¿Cómo lo supero?

**«Estaba tranquilo y me
hiciste perder la paz.
¡Ahora dime más!
¿Cómo me libero de esto?
¿Cómo lo supero?».»**



Ella le explicó que todo lo que vemos y da placer está solo en nuestra imaginación. Le contó la historia de una mujer casada con un príncipe a quien nunca le gustó su marido. Le daba una droga y metía a otra mujer en su dormitorio, mientras ella desaparecía con otro hombre. Drogado, él pensaba que estaba con su mujer. Hasta que un día olvidó darle la droga y él se dio cuenta de que no estaba con su esposa.

Hemaleka le dijo:

—En su imaginación, él estuvo siempre con su mujer y lo disfrutaba. Sin embargo, se dio cuenta de que siempre había estado con otra. ¿A quién disfrutaba todo el tiempo, entonces? En su imaginación estuvo siempre con su esposa.

Así le explicó que todos nuestros placeres son imaginarios. Lo que da placer a uno, da dolor a otro.

El fuego es agradable en el frío y terrible en el calor. Los objetos en sí, no dan placer ni dolor sino nuestra interacción con ellos, nuestra imaginación. Ella se lo explicó y él comprendió. Era un buen hombre. Finalmente lo entendió. Como resultado, él se dio cuenta de que tenía que hacer algo al respecto. Comprendió que todo nuestro mundo y las ideas de felicidad e infelicidad son todas imaginarias. Ella le dijo que se sentara a meditar en estas ideas. Y él meditó. Era un buen discípulo y meditando alcanzó un estado de gran serenidad. Vio una tremenda luz y pensó: «¿Qué pasará si alcanzo a tomar consciencia?». Vio una gran luz blanca y la disfrutaba. Después de abrir los ojos y comenzar a meditar de nuevo vio una oscuridad total. Pero igualmente tenía serenidad. La tercera vez que lo intentó se quedó dormido, como hacemos la mayoría.

Cuando despertó pensó: «¿Qué estoy experimentando? ¿Esto es *samadhi*, comunión con Dios? Una vez veo luz, otra vez oscuridad, otra vez duermo y sueño. ¿Qué está pasando?». Llamó a su mujer, ella se acercó para explicarle:



—Ni la luz, ni la oscuridad, ni los sueños son reales. Pero hay un momento entre la luz y la oscuridad y también entre la oscuridad y los sueños; ese momento es *samadhi*, la unión con Dios. Entre la inspiración y la espiración hay una pausa. Eso es *samadhi*. Enfócate en eso, en el momento entre dos acciones.

Entre dos percepciones hay una separación. En ese momento la mente está muy concentrada y se puede orientar a la contemplación divina, para alcanzar la divinidad. Así lo explicó ella y el rey se dedicó a la contemplación en ese mismo momento. Esta vez realmente se enfocó y disfrutó de ese espacio sin pensamientos. Serenidad absoluta. Comprendió que hay algo más, aparte de los pensamientos. Esta vez no vio luz, ni oscuridad, ni se quedó dormido. Estuvo alerta, despierto, y al mismo tiempo en un estado más allá de estos estados de la existencia. Cuando regresó de la meditación le dijo a su mujer:

—Ahora no me interesa el reino, no me interesas tú... no me interesa nada. ¿Cómo puedes saber todo esto y seguir viviendo como una mujer común? ¡Deberías estar todo el tiempo en *samadhi*! ¡Vete a meditar! Y déjame, quiero volver a ese estado.



Ella lo tomó de la mano y le dijo:

—¿Qué clase de *samadhi* es éste, que depende de los párpados abiertos o cerrados? ¿Qué es ese *samadhi*? Tiene que ser independiente de lo que hagas físicamente. Tu mente es la que debe estar absorta en ello.

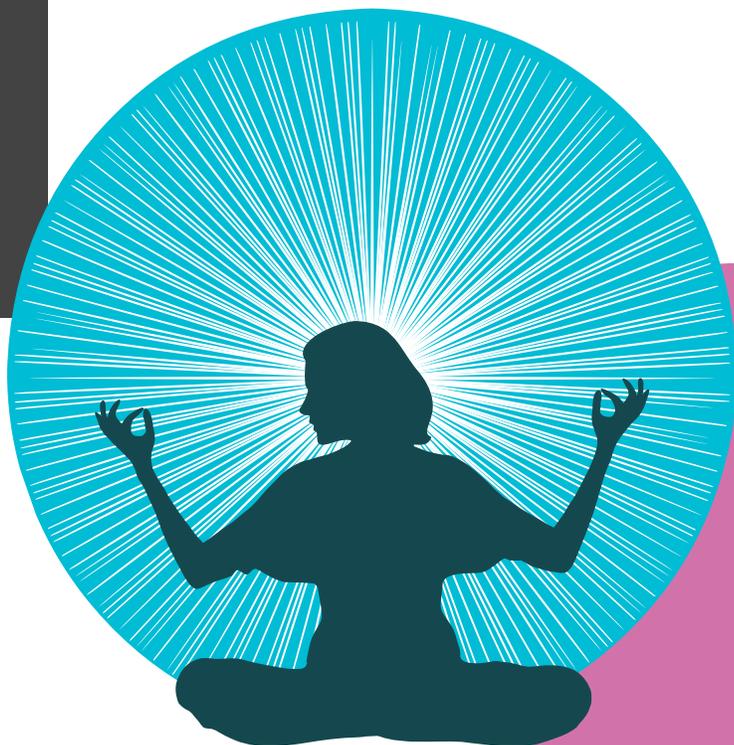
De esta manera, el rey llegó a tomar consciencia del Ser. Es decir que vivió y cumplió con sus deberes, pero estaba siempre consciente de quién era. Ganó muchas distinciones, dirigió muy bien el reino. Su padre pensaba: «¿Qué le pasa a mi hijo? Tiene algo diferente. Parece ebrio. Hace todo con eficiencia, pero no se involucra en nada. Parece que actuaran dos aspectos en él, al mismo tiempo». El padre también llegó a aprender esta disciplina y también el hermano del rey, alcanzando ambos la unión con lo supremo. Viéndolos, los ministros sintieron curiosidad y preguntaron. Ellos también se iluminaron y a partir de ellos la gente del reino, negociantes, limpiadores, todos alcanzaron la consciencia de la divinidad. Todo el lugar se iluminó. Hasta un loro cantaba versos sagrados. Los negociantes hacían negocios, los limpiadores limpiaban, los sacerdotes realizaban rituales, los reyes gobernaban el reino, todos cumplían con su deber y todos se iluminaron. Esa tierra se convirtió en la tierra de la iluminación.

¿Cómo ocurrió? Una mujer iluminada llegó a ese reino y lo transformó por completo. Hemaleka sacó de la ignorancia a su marido. Lo ayudó a que tomara consciencia y a través de él todos tomaron consciencia.

Tal vez piensen: «Al tomar conciencia del Ser ¿perderé interés por mi esposa e hijos? ¿Se irán de mi lado?». No, ustedes no harán eso si realmente han tomado consciencia. Si son pseudo iluminados, que creen estar iluminados, entonces podrían divertirse y fantasear. Pero si verdaderamente han tomado consciencia, se quedarán donde están. Cortando leña y sacando agua. Incluso con más interés y entusiasmo que nunca antes. Desarrollarán esa actitud y esa actitud es la liberación. Este estado de consciencia integrada constante es el estado de la persona que está consciente. Siempre consciente de lo que hace.

Por momentos, olvidará que está iluminada. Pero en lo profundo de su mente, la consciencia continúa como el reloj que sigue marchando aunque no lo miremos. Está cumpliendo con su deber. El tiempo se mueve. De la misma manera, todo sigue interiormente, sin ser observado.

Tiene la capacidad de involucrarse en una acción muy intensa pero siempre puede retirarse como una tortuga dentro de su caparazón y volver a ese estado. Allí los problemas desaparecen, los apegos desaparecen, el ego desaparece, todos sus problemas desaparecen. Se retira. Cierra las puertas a los sentidos y a la mente, diciéndoles: «No quiero saber nada; quiero estar conmigo mismo». Cierra con llave, desde dentro. «Vuelve más tarde». Si opera así, puede lograr el equilibrio. Eso es la comunión con Dios.



MATTHIEU RICARD

EL HOMBRE MÁS FELIZ DEL MUNDO

Hacia principios del siglo XXI el neurocientífico Richard Davidson, de la Universidad de Wisconsin, logró reclutar un grupo reducido de meditadores de larga data (más de 10.000 horas de meditación) para estudiar sus cerebros. Entre los primeros que se ofrecieron a tal fin estuvo el monje Matthieu Ricard, quien curiosamente no tiene los ojos rasgados como la mayoría de los monjes. En realidad, usa reloj y habla, además de su idioma materno (el francés), el idioma inglés.



Ricard es doctor en biología molecular e investigó con el premio Nobel Jacques Monod durante un tiempo, hasta que sintió el llamado del budismo y tomó los hábitos siendo aún joven. Su cerebro fue estudiado mediante distintas pruebas, entre las que destacan la resonancia magnética funcional y los potenciales evocados. Los resultados de esta investigación dejaron atónitos a los investigadores: Ricard generaba, mientras meditaba, una activación inusual del córtex prefrontal izquierdo, zona reconocida como la sede de las emociones positivas (compasión, felicidad). Las medidas tomadas excedían con creces las reportadas por otras personas en idénticos estudios. La práctica meditativa y el contexto contemplativo de la vida de Ricard incidieron notablemente en los cambios que experimentó su cerebro y que fueron registrados en estudios de diagnóstico por imágenes.

En California otro gran investigador, Paul Ekman, estudió sus reacciones a las emociones y descubrió que Ricard tenía una bajísima reactividad de alarma a sonidos intensos y podía reconocer emociones de manera rápida y acertada en tests visuales. Indudablemente la práctica meditativa y el contexto contemplativo de su vida incidieron notablemente en los cambios que su cerebro experimentó y es lo que alimenta su postura relajada y su inmensa bondad. En los últimos años, Ricard viaja por todo el mundo hablando de Ciencia y Felicidad y todo lo que recauda es donado a instituciones de beneficencia del Tíbet.



@VALORESHUMANOSINST

VIVOS EN DIRECTO POR INSTAGRAM

MAYO 2021

te esperamos



Accede a
nuestro
INSTAGRAM
aquí



**03/05/2021 Yoga & Bhajan - Yoga para Niñ@s
Visitando el Planeta Esmeralda**

Rameshdeep Kaur
(ARGENTINA)

17/05/2021 El Arte del Biscuit - Porcelana fría

Juliana Da Silva
(BRASIL)



LUNES

16hs Chihuahua México, El Salvador
17hs Colombia, CDMX México, Ecuador, Perú
18hs Bolivia, Chile, Paraguay, Venezuela
19hs Argentina, Brasil, Uruguay



Accede a
nuestro
INSTAGRAM
aquí

CARTUCHERA

DOCENTE



Un hombre entró en un local y vió a un señor en el mostrador. Maravillado con la belleza del lugar, preguntó:

–Señor, ¿qué se ofrece aquí?

–Los dones de los Valores Humanos –le respondió el señor.

–¿Cuánto cuestan? –volvió a preguntar.

–¡No cuestan nada, aquí todo es gratis!

El hombre contempló el local y vió que habían jarros de amor, frascos de paz, paquetes de rectitud, cajitas de humildad, mucha sabiduría, fardos de verdad, paquetes grandes de no violencia y muchos otros valores.

El hombre, maravillado con todo aquello, pidió:

–Por favor, quiero el mayor jarro de amor, todos los fardos de verdad y un frasco grande de paz, para mi, mis amigos y familia.

Entonces, el señor preparó todo y le entregó un pequeño paquete que cabía en la palma de su mano. Incrédulo, el hombre dijo:

–Pero, ¿cómo puede estar aquí todo lo que pedí?

Sonriendo, el señor le respondió:

–Es porque en este local no entregamos frutos, ¡solo semillas! ¡Siémbrelas!



ADAPTACIÓN DE UN CUENTO ANÓNIMO



REGÍSTRESE EN LA WEB PARA ACCEDER A LOS RECURSOS DEL ILAVH
WWW.CAMPUS.INSTITUTOVALORESHUMANOS.ORG
 ACCEDA AQUÍ A LOS RECURSOS ONLINE Y GRATUITOS



ALEGRÍA

VALORES PARA UNA NUEVA HUMANIDAD

NÚMERO 13
ABRIL 2021

INSTITUTO
VALORES
HUMANOS
.ORG

TIPS DE AUTO- CONOCIMIENTO

DÍA 1
REALIZO UNA ACCIÓN BONDADOSA CON UN
DESCONOCIDO.

DÍA 2
TODAS MIS PALABRAS SON VERDADERAS, NI
SIQUERA UNA PEQUEÑA MENTIRA.

DÍA 3
TODAS MIS PALABRAS DIRIGIDAS A OTROS Y A
MÍ CARECEN DE OFENSAS. SON AMOROSAS.

DÍA 4
AMPLÍO MI ESCUCHA, ME TOMO TIEMPO PARA
RESPONDER, SIN PRECIPITARME.

DÍA 5
ELIJO UN NUEVO PROPÓSITO DE ALEGRÍA
CADA NUEVO DÍA.



**PUBLICACIÓN COLECCIONABLE
DISTRIBUCIÓN GRATUITA**