



Miércoles, 2 de octubre

PARA CRECER HAY QUE RECORRER EL CAMINO DEL AUTOCONOCIMIENTO Y LA AUTOESTIMA

LECTURA: “¿Cómo crecer?” (Jorge Bucay)

Un rey fue hasta su jardín y descubrió que sus árboles, arbustos y flores se estaban muriendo. El Roble le dijo que se moría porque no podía ser tan alto como el Pino. Volviéndose al Pino, lo halló caído porque no podía dar uvas como la Vid. Y la Vid se moría porque no podía florecer como la Rosa. La Rosa lloraba porque no podía ser alta y sólida como el Roble. Entonces encontró una planta, una fresa, floreciendo y más fresca que nunca. El rey preguntó: “¿Cómo es que creces saludable en medio de este jardín mustio y sombrío?” La fresa respondió: “No lo sé. Quizás sea porque siempre supuse que cuando me plantaste, querías fresas. Si hubieras querido un Roble o una Rosa, los habrías plantado. En aquel momento me dije: «Intentaré ser fresa de la mejor manera que pueda».

REFLEXIÓN

Una persona con sana autoestima será una persona capaz de expresar sus emociones al resto, capaz de mantener buenas relaciones con otras personas, segura de sí misma, sin miedos a los cambios, sabrá poner metas realistas en su vida, no se comparará con otras personas...

En cambio, una persona con baja autoestima, tendrá todas las características opuestas a las que acabamos de mencionar.

No podemos desarrollar este tema sin vincularlo a las redes sociales.

¿Eres sincero con las imágenes que compartes? ¿Creéis que vuestra generación confunde tener una imagen ideal de uno mismo utilizando variedad de filtros con tener una buena autoestima y ser muy felices?

- ¿Qué importancia le das al autoconocimiento y la autoestima? ¿En qué te ayuda en tu crecimiento personal?

BBVA - Aprendemos juntos 2030: Cuatro pilares para una buena autoestima. A Mi Yo Adolescente. T2. Ep 5: La autoestima

<https://www.youtube.com/watch?v=mT8qVzEhiEA>

Dios te salve María María Auxiliadora de los cristianos, ruega por nosotros

Jueves, 3 de noviembre

PARA CRECER HAY QUE RECORRER EL CAMINO DEL SERVICIO

En nuestro día a día, se nos presentan infinidad de situaciones en las que podemos echar una mano a los demás, a veces, simplemente estando pendientes de lo que ocurre a nuestro alrededor.

Seguro que en tu colegio te han propuesto actividades de aprendizaje-servicio (echar una mano con alumnos nuevos que llegan a clase de otro centro, de otra ciudad, de otro país, participar en actividades solidarias, ayudar a decorar la clase o el colegio, visitar a niños, ancianos o familias con pocos recursos dedicando un ratito de nuestro tiempo de ocio, colaborar con la parroquia o asociaciones del barrio...).

Seguro que después de hacer algo de esto, has experimentado una grata sensación de bienestar, de estar en paz contigo mismo por hacer algo por los demás.

Como decía la Madre Teresa de Calcuta, *“Quien no vive para servir, no sirve para vivir”*.



REFLEXIÓN

- ¿Cómo crees que puedes poner en práctica esto de servir a los demás en tu camino de la vida?
- ¿Te has planteado alguna vez realizar un voluntariado? Y si ya lo realizas, ¿te has parado a pensar en por qué lo haces?

El poder del voluntariado. Joyce García TEDx Talks

<https://www.youtube.com/watch?v=DQks1J1zNwc>

Padre nuestro...María Auxiliadora de los cristianos, ruega por nosotros.



Viernes, 4 de noviembre

PARA CRECER HAY QUE RECORRER EL CAMINO DE LA REFLEXIÓN

LECTURA: “Darse cuenta” (Jorge Bucay)

Me levanto por la mañana.
Salgo de casa.
Hay un hoyo en la acera.
No lo veo y caigo dentro.

Al día siguiente salgo de casa,
olvido que hay un hoyo en la acera, y vuelvo a caer dentro.

El tercer día salgo de casa
tratando de recordarme que hay un socavón en la acera.
Sin embargo, no me acuerdo y caigo dentro.

El cuarto día salgo de casa
tratando de acordarme del hoyo de la acera.
Me acuerdo y, sin embargo, no veo el hoyo y me caigo dentro.

El quinto día salgo de casa.
Recuerdo que debo tener presente el hoyo de la acera y camino mirando hacia el suelo. Y lo
veo y, a pesar de verlo, caigo dentro.

El sexto día salgo de casa.
Veo el hoyo. Cojo impulso. Salto, con la punta de los pies rozo el borde del otro lado,
pero no es suficiente y caigo dentro.

El octavo día, salgo de casa,
veo el hoyo, cojo impulso, salto, illevo al otro lado!

Me siento tan orgulloso de haberlo conseguido que lo celebro dando saltos de alegría... Y,
al hacerlo, caigo otra vez en el hoyo.

El noveno día, salgo de casa,
veo el hoyo, cojo impulso, lo salto y sigo mi camino.

El décimo día, justo hoy, me doy cuenta que es más cómodo caminar... por la acera de
enfrente.



REFLEXIÓN

- A veces caminamos por la vida por inercia, de forma rutinaria, sin fijarnos en las posibilidades de hacer cambios que nos ayuden a mejorar. ¿Con qué actitud vives tu día a día?
- Existe el peligro de vivir en una “burbuja”, aislado y ausente del mundo que me rodea... ¿Tengo una mirada suficientemente atenta a las situaciones y problemas de mi alrededor y del mundo en general?
- Es importante saber discernir los “signos de los tiempos” en la época que nos ha tocado vivir. ¿Soy capaz de ver la “huella” de Dios en los acontecimientos y las personas que me rodean?

Dos preguntas para tomar buenas decisiones. José Carlos Ruiz, filósofo y profesor

<https://www.youtube.com/watch?v=dbtyoNPFfp0>

Dios te salve María...María Auxiliadora de los cristianos, ruega por nosotros.