



## «¡Que siga sonando tu voz durante el verano!»

Buenos días de la ESO del 17 al 21 de junio de 2019

### Lunes 17: La actitud multiplica, no lo olvides estas vacaciones

Comenzamos este momento con la invitación a la oración: En el nombre del Padre, del Hijo...



En este momento de oración además de la reflexión te invitamos durante esta semana a dar las gracias a Dios por haber aprobado el curso o bien a pedirle que los exámenes de esta convocatoria extraordinaria reflejen tu esfuerzo.

Suponemos que ya te has dado cuenta de que la felicidad se construye día a día, eres consciente de que tu felicidad es responsabilidad tuya y es la obra más importante de tu vida. Para construir nuestra felicidad, hay que tener una actitud

positiva ante todo: ante la vida, el aprendizaje, los amigos...

Victor Kupperts escribió en su libro, *El efecto actitud*, que la actitud ante la vida multiplica tus conocimientos y habilidades. Así:

$$\text{Valor} = (\text{Conocimientos} + \text{Habilidades}) \times \text{Actitud}$$

Esta fórmula no se aplica solamente a la esfera profesional, sino a todas las áreas de tu vida. Todos conocemos a personas exitosas y luchadoras que logran ser felices pese a todas las dificultades que tienen en su vida.

Voy a enumerar a continuación a algunas de esas personas increíbles e inspiradoras que todos deberíamos conocer para quitarnos tonterías de encima y aprender a ser más positivos. *(Voluntariamente, un alumno lee en voz alta la historia de una de estas personas)*

#### Ramón Arroyo (Bilbao, 1971):

Hace 13 años le diagnosticaron esclerosis múltiple y su médico le advirtió de que en breve no podría correr ni 100 metros. Ramón no se lo creyó, se puso a entrenar y, a día de hoy y contra todo pronóstico, termina triatlones que quitan la respiración (4 km nadando, 180 en bici y 42 km corriendo).

Tiene varios libros publicados e incluso una película de su vida titulada “100 metros” protagonizada por Dani Rovira.

#### Albert Casals (Barcelona, 1990):





A este chico una enfermedad le dejó en silla de ruedas cuando era niño. Lejos de empequeñecerse, y con solo 15 años, escogió viajar solo por el mundo en su silla de ruedas, actividad que ha seguido haciendo desde entonces. Su libro más conocido es “el mundo sobre ruedas”.

**Nick Vujicic (Melbourne, 1982):**

Orador motivacional y director de “Life without limbs”, organización para personas con discapacidades físicas.

Este hombre nació sin brazos y sin piernas, (lo que se conoce como tetra amelia) y eso no le ha impedido luchar por su felicidad, formar una familia y dedicarse a inspirar a otros con su ejemplo a través de multitud de libros, charlas y videos motivacionales.

**Victor Frankl (Viena, 1905-1997):**

Psiquiatra austríaco de origen judío. Logró sobrevivir a 3 años en campos de concentración, y a raíz de esta experiencia se dio cuenta de que las personas que sobrevivieron a las durísimas condiciones de los campos no eran los más fuertes físicamente, sino los que tenían una actitud positiva y luchadora.

En 1945 escribió *El hombre en busca de sentido*, donde cuenta su experiencia y la motivación que le permitió sobrevivir. Actualmente es un libro de referencia de la psicología del siglo XX.

Estos son solo algunos ejemplos de gente valiosa por su actitud y su motivación. **(Podemos compartir otros casos que conozcamos)**

Por suerte, hay muchas más. En realidad, todos podemos ser ejemplos motivadores para otros si nos lo proponemos.

**Entra en ti:**

- ¿Cuál es tu actitud en la vida? ¿Es hora de hacer que esta variable aumente en mi vida?
- Recordamos un momento en el que nuestra actitud nos ha hecho superar una dificultad en nuestra vida.
- ¿Siento cada mañana como Dios me cuida y me anima a aumentar esta variable?

**Oración**

**Padre Nuestro....**

**María Auxilio de los cristianos...**





## «¡Que siga sonando tu voz durante el verano!»

Buenos días de la ESO del 17 al 21 de junio de 2019

### Martes 18: Gracias Señor.

En el nombre del Padre...

**Ambientación**



Hoy os invitamos a Dar Gracias al Señor por todo lo que hemos vivido durante este curso.

Relájate, olvida todo lo que te rodea y da gracias mientras escuchas esta oración:

**(Invitamos a un alumno a leerla)**

Señor, te damos gracias por el curso que concluye.

Gracias por los amigos y amigas con quienes hemos pasado tantos trabajos, dificultades en tantos días.

Gracias por la amistad que ha brotado de los trabajos compartidos, de las esperanzas, proyectos compartidos, juegos y alegrías.

Gracias porque no he caminado solo. Gracias porque he sentido el afecto de amigos, amigas y de mi familia.

Gracias por los libros que he leído, por los profesores que me han ayudado, por los trabajos que he hecho, por los esfuerzos que me han enseñado la importancia del trabajo.

Gracias porque Tú me has acompañado para enseñarme el camino que conduce al bien, a la búsqueda del bien común y a la bondad.

Señor, hoy te pido que las cosas buenas que hemos aprendido a lo largo de este curso permanezcan siempre en todos nosotros.



EL ESPÍRITU DEL SEÑOR ESTÁ SOBRE MÍ,  
PORQUE ÉL ME HA UNGIDO. (LC 4,18<sup>a</sup>)

QUE SUENE TU VOZ



Amén.

**REFLEXIÓN:**

- Que pongas en práctica muchas de las cosas que a lo largo de este año has aprendido.
- Que seas repartidor de alegría y paz, allí por donde vayas.

**Ahora piensa en todo aquello por lo que darías GRACIAS.**

**Oración**

**Padre Nuestro....**

**María Auxilio de los cristianos...**





## «¡Que siga sonando tu voz durante el verano!»

Buenos días de la ESO del 17 al 21 de junio de 2019

### Miércoles 19:

#### EL MENDIGO



Dicen que en un pequeño pueblo del norte, en mitad del frío invierno, llegó un anciano mendigo venido de cualquier lugar. El frágil hombre dormía al raso, con apenas una roída manta, y no conseguía muchas limosnas en una comunidad en la que los extraños no eran bien recibidos. Y sin embargo, qué sonrisa mostraba siempre. Su educación, su sincera preocupación por quien necesitaba una mano para cruzar la carretera, o llevar las bolsas con la compra, su mirada alegre y penetrante, su cariño al fingir indignarse con los niños que le chinchaban en la plaza, su profunda humildad y gratitud... No pedía dinero, sólo un ratillo de conversación, sólo un amigo.

No pasó mucho tiempo hasta que el mendigo cambió los corazones de los cerrados vecinos y poco a poco fueron ayudándole a él, ayudándose entre sí, acercándose a recibir los consejos sabios que él ofrecía a quien se abriera y compartiéndolos con los demás, descubriendo que nada guardaba para sí y todo lo que recibía en limosnas lo daba antes a quien lo necesitara, sin importar que fuera una pobre viuda o un pícaro delincuente callejero.

Un día se fue. Lo echaron de menos al principio, se preguntaban en el pueblo qué habría sido de él. Más adelante se dieron cuenta de que su amor, su cariño, sus consejos, su *modo*, habían quedado en el pueblo impregnados de tal modo que sabían que, realmente, nunca se iría.

Y es que Dios se presenta muchas veces en nuestra vida como un mendigo.

**Padre nuestro...**

**María auxilio de los cristianos...**





## «¡Que siga sonando tu voz durante el verano!»

Buenos días de la ESO del 17 al 21 de junio de 2019

### Jueves 20: Día mundial de las personas refugiadas



En un mundo donde la violencia obliga a miles de familias a abandonar sus hogares para salvar sus vidas, es el momento de demostrar que todos estamos de parte de los refugiados.

Los **refugiados** son personas que huyen del conflicto y la persecución. Su condición y su protección están definidas por el derecho internacional, y no deben ser expulsadas o devueltas a situaciones en las que sus vidas y sus libertades corran riesgo.

En la actualidad, en todo el mundo, cada dos segundos una persona se ve obligada a desplazarse como resultado de los conflictos y la persecución.

En el Día Mundial de los Refugiados, que se celebra cada 20 de junio, conmemoramos su fuerza, valor y perseverancia. Esta celebración nos brinda la oportunidad de mostrar nuestro apoyo a las familias que se han visto obligadas a huir.

#### Oración

Dios de Misericordia,  
te pedimos por todos los hombres, mujeres y niños que han muerto después de haber dejado su tierra,  
buscando una vida mejor.

Aunque muchas de sus tumbas no tienen nombre, para ti cada uno es conocido, amado y predilecto.

Que jamás los olvidemos, sino que honremos su sacrificio con obras más que con palabras.

Te confiamos a quienes han realizado este viaje,  
afrontando el miedo, la incertidumbre y la humillación,  
para alcanzar un lugar de seguridad y de esperanza.



EL ESPÍRITU DEL SEÑOR ESTÁ SOBRE MÍ,  
PORQUE ÉL ME HA UNGIDO. (LC 4,18<sup>a</sup>)

QUE SUENE TU VOZ



Así como tú no abandonaste a tu Hijo  
cuando José y María lo llevaron a un lugar seguro,  
muéstrate cercano a estos hijos tuyos  
a través de nuestra ternura y protección.

Haz que, con nuestra atención hacia ellos,  
promovamos un mundo en el que nadie se vea forzado a dejar su propia casa  
y todos puedan vivir en libertad, dignidad y paz.

Dios de misericordia y Padre de todos,  
despiértanos del sopor de la indiferencia,  
abre nuestros ojos a sus sufrimientos  
y libranos de la insensibilidad, fruto del bienestar mundano  
y del encerrarnos en nosotros mismos.

Ilumina a todos, a las naciones, comunidades y a cada uno de nosotros,  
para que reconozcamos como nuestros hermanos y hermanas  
a quienes llegan a nuestras costas.

Ayúdanos a compartir con ellos las bendiciones  
que hemos recibido de tus manos y a reconocer que juntos,  
como una única familia humana,  
somos todos emigrantes, viajeros de esperanza hacia ti,  
que eres nuestra verdadera casa,  
allí donde toda lágrima será enjugada,  
donde estaremos en la paz y seguros en tu abrazo.

Papa Francisco

**María Auxiliadora de los Cristianos...**





## «¡Que siga sonando tu voz durante el verano!»

Buenos días de la ESO del 17 al 21 de junio de 2019

### Viernes 21: “Aprovechemos el tiempo”

En el nombre del Padre...



#### Ambientación

Las vacaciones se acercan. Es tiempo de reflexionar en qué hemos empleado nuestro tiempo durante el curso, de recordar, de dar gracias, de planificarme el tiempo de las vacaciones, etc....

#### Para comprender mejor:

Veamos el siguiente vídeo sobre el aprovechamiento del tiempo:

<https://www.youtube.com/watch?v=Mgkg-bRQhNU>

#### Reflexión

- Y tú, ¿dedicas tiempo a lo que es importante: familia, amigos, estudios,....?
- ¿Eres agradecido con las cosas cotidianas de las que dispones?
- En breve, vas a tener más tiempo para ti, ¿cómo lo vas a planificar?

#### Oración

Rezamos a María Auxiliadora para que nos ayude a gestionarnos el tiempo durante estas vacaciones....

Dios te Salve María

María Auxiliadora de los Cristianos...

