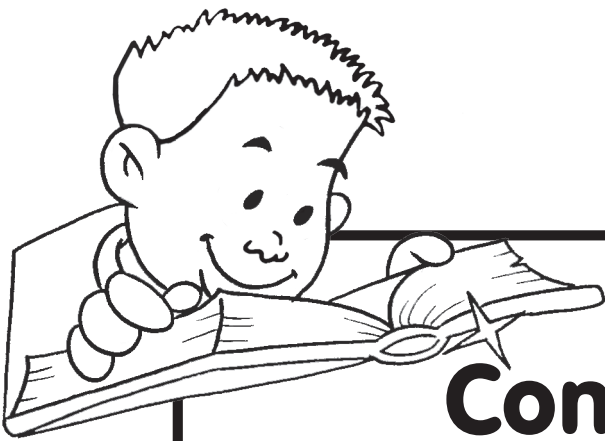


Formación en valores



**SÉ LO MEJOR
QUE PUEDES**



Contenido:

Beltrán, el payaso haragán.	4
Piccolo	6
Haz lo mejor que puedas	8
La gotita de Tita	9
La gallina y el pavo.	12
Ejercita la memoria	14
Mensaje secreto	15
Laberinto de letras	16
Mi mejor mariposa.	17
Piensen en lo siguiente	19



Haz todo el bien que puedas,
de todas las maneras que puedas,
en todos los lugares que puedas,
en todos los momentos que puedas,
para todas las personas que puedas,
y hasta que puedas.

Beltrán, el payaso haragán

Había una vez un payaso llamado Beltrán. Al parecer, Beltrán nunca conseguía dedicarle suficiente tiempo a una misma cosa para llegar a dominarla del todo. Un día quería ser acróbata, al día siguiente, ilusionista, y a las pocas horas pensaba que mejor le iría haciendo acrobacias. Un día decidió ser malabarista, pero ni bien lo intentó llegó a la conclusión de que a lo mejor no contaba con la rapidez necesaria para el oficio, así que optó por la cuerda floja. No obstante, a la primera caída sobre la red de contención cambió de parecer. Y así se la pasó, de intento en desganado intento. Cierta día, al ver la inconstancia de Beltrán, que acababa de abandonar la pista de entrenamiento de caballos tras un flojísimo intento de poner sus nuevos conocimientos a prueba, el director del circo lo llamó a un lado. Lo invitó a sentarse en las gradas mientras observaba a los acróbatas, que hacían sus piruetas en lo alto, sobre la pista principal del circo. Beltrán se sentó a su lado.

–Beltrán, me han dicho que te está costando decidir a qué vas a dedicarte en el circo. Sé que eres buen payaso y es genial contar con buenos payasos en el equipo, pero cada uno de nosotros debe escoger una especialidad de modo que podamos ofrecer al público un espectáculo más completo. ¿Ya has decidido qué te gustaría hacer? ¿Has comenzado a practicar?

–Ufff –suspiró Beltrán–, lo que pasa es que no destaco en ninguno en particular. He probado de todo un poco, pero creo que no tengo talento para nada en particular. Por eso, todavía estoy verificando todas las opciones... aunque me parece que no me quedan muchas por probar.

–¿Y cómo sabes que no eres bueno para algo? A ver... ¿podrías decir de todo corazón que le has dedicado el tiempo necesario a una especialidad en particular, que te has esforzado y has practicado lo suficiente como para saber si es o no lo tuyo?

–Mmmmmmm –respondió Beltrán–. La verdad es que no me lo había planteado de esa manera. Probé casi todas las especialidades cuando menos una vez, y como por lo visto no me iba bien en ninguna, desistí.

El director del circo esbozó una sonrisa. –Creo que hemos dado con el problema. ¿Sabes una cosa? Para llegar a destacar en algo tienes que ponerle el corazón. Todo toma tiempo y esfuerzo. Si te pones una meta y trabajas para alcanzarla, estoy seguro de que serás muy bueno en lo que sea que decidas hacer. A decir verdad, me contaron por ahí que para ser principiante, en realidad no te va nada mal como malabarista. A lo mejor lo único que te falta es comprometerte a practicar hasta dominar el arte.

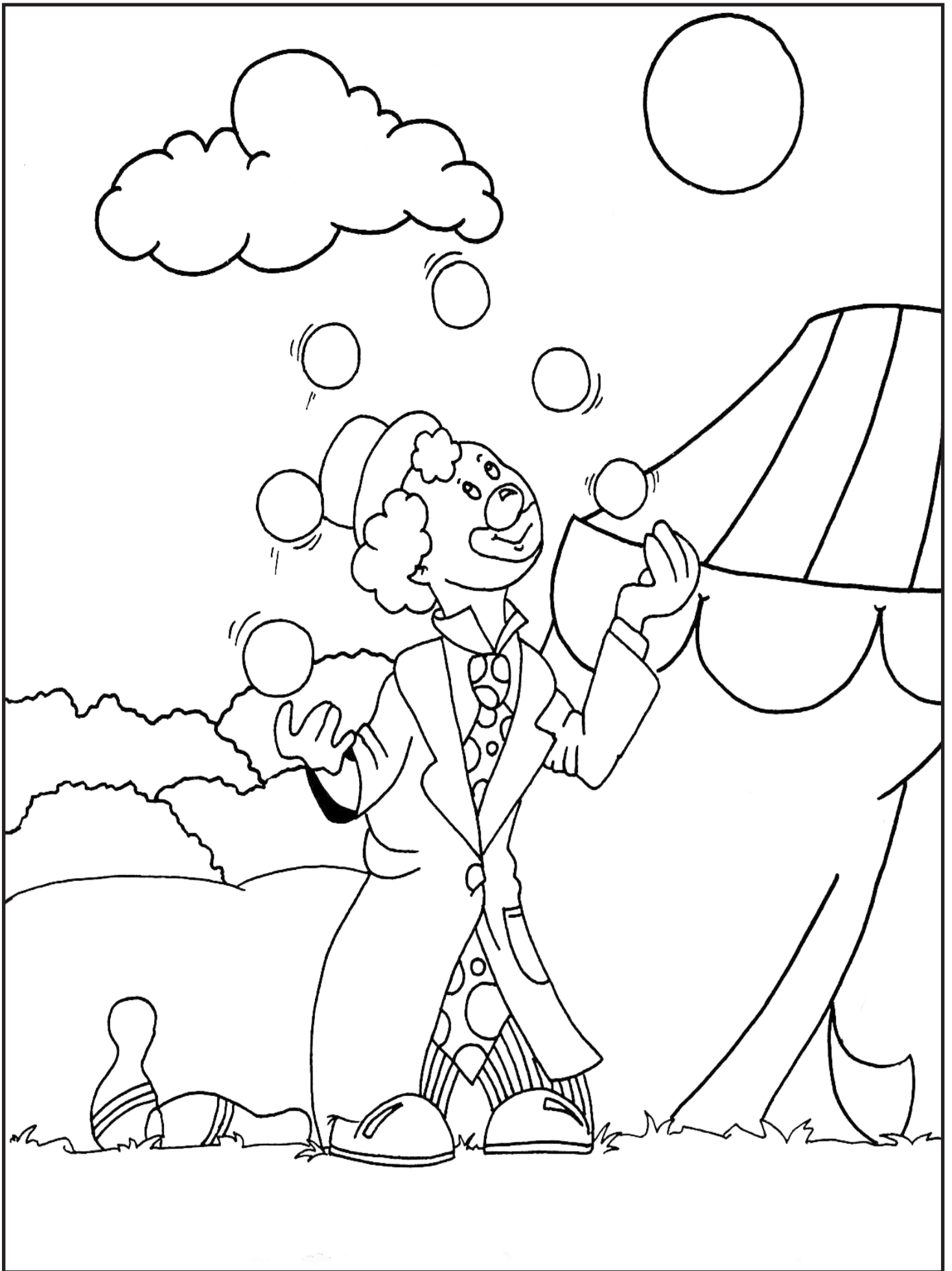
Quien sonrió esta vez fue Beltrán. –Puede que tenga usted razón. Pues bien, lo intentaré de nuevo. ¡Haré mi mejor esfuerzo para convertirme en un buen malabarista, en lugar de abordarlo como un haragán!

Beltrán cumplió lo prometido. Primero aprendió a manejar dos pelotas, luego tres, y al poco tiempo ya sabía hacer malabares con seis. Cuando se le caían al suelo, en lugar de dejarlas ahí tiradas, se negaba a abandonar la meta que se había propuesto. Hasta que por fin llegó el día en que se convirtió en el mejor malabarista del circo. Pero no se contentó con eso y decidió incorporar a su acto una nueva especialidad: ¡hacer malabares mientras caminaba por la cuerda floja! Al poco tiempo se dio cuenta de que podía destacar prácticamente en todo lo que se proponía, siempre y cuando le dedicara tiempo y esfuerzo.



- Qué impedía que Haragán destacara en las distintas habilidades que intentaba aprender?
- ¿Qué fue lo que marcó la diferencia en su segundo intento de aprender malabarismo?
- ¿Hay algo que estés intentando aprender o hacer, para lo cual necesites esfuerzo y determinación?





Piccolo

Había una vez una diminuta flauta de sonido muy agudo que vivía en un pequeño estuche. El estuche pertenecía a un niño y el peculiar flautín se llamaba Piccolo. El niño lo sacaba de su estuche y lo tocaba un rato todos los días, en su casa o camino a la escuela, o para que su hermanita menor se riera y bailara. A Piccolo le encantaba brindar alegría al niño y su familia, y se esforzaba al máximo por emitir notas claras y alegres con todo el entusiasmo de su alma.

A medida que el niño se iba haciendo mayor seguía tocando el piccolo, con lo que él se sentía de lo más especial. A veces el muchacho y sus amigos se reunían a hacer música, y a menudo a Piccolo le tocaba hacer un solo o incluso le asignaban la parte principal de muchas de las piezas que tocaban. Para colmo, las muchachas se ponían a bailar mientras ellos tocaban. Ya se imaginarán lo contento que se ponía él por la parte que le tocaba en esas alegrías sencillas de la gente.

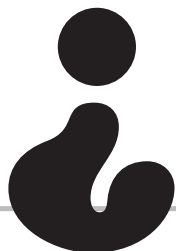
Poco después, el dueño de Piccolo comenzó a frecuentar el conservatorio de música, donde practicaba con él varias horas al día. Hacían muchas escalas y ensayaban obras importantes, y las repañaban una y otra vez. Allí, Piccolo conoció los diversos instrumentos que constituían una orquesta. Había otros instrumentos de viento parecidos a él, como la flauta y el clarinete, por ejemplo. Luego estaba la sección de las cuerdas: violines, cellos y arpas. Y claro, los instrumentos de percusión y los demás de vientos o «metales», sin mencionar a muchos otros de los que nunca había oído hablar.

Cuando el muchacho perfeccionó sus conocimientos, él y su querido piccolo ingresaron a la orquesta del conservatorio a tocar con todos los demás instrumentos. Esperaban con ansia el día de su primer concierto, pero cuando llegó el tan ansiado día, Piccolo comenzó a sentirse algo abrumado. Cada quien ocupó su puesto, y el maestro miró con orgullo a todos sus alumnos. Entonces, levantó la batuta y comenzó la sinfonía. Apenas habían tocado unos compases, cuando el pobre Piccolo empezó a sentir pánico. Se puso a mirar a su alrededor y en lugar de disfrutar del concierto lo invadió la desesperación. ¡Los otros instrumentos tocaban tan fuerte...! Con tanta música flotando en el ambiente, ¡nadie escucharía su pequeña melodía! Cuanto más se convencía de que su aporte pasaría inadvertido, más débil se hacía su sonido. El conductor arqueó las cejas. No sabía qué, pero algo andaba mal. Algo faltaba para que la sinfonía estuviera completa. Piccolo tocó unas cuantas notas más, pero lo hizo con tan poco entusiasmo, que por fin optó por callarse. Estaba convencido de que en ese bullicio nadie notaría qué tal había ejecutado su parte, o incluso si la había tocado. No cabía duda: sus notitas insignificantes no aportaban gran cosa a la sinfonía.

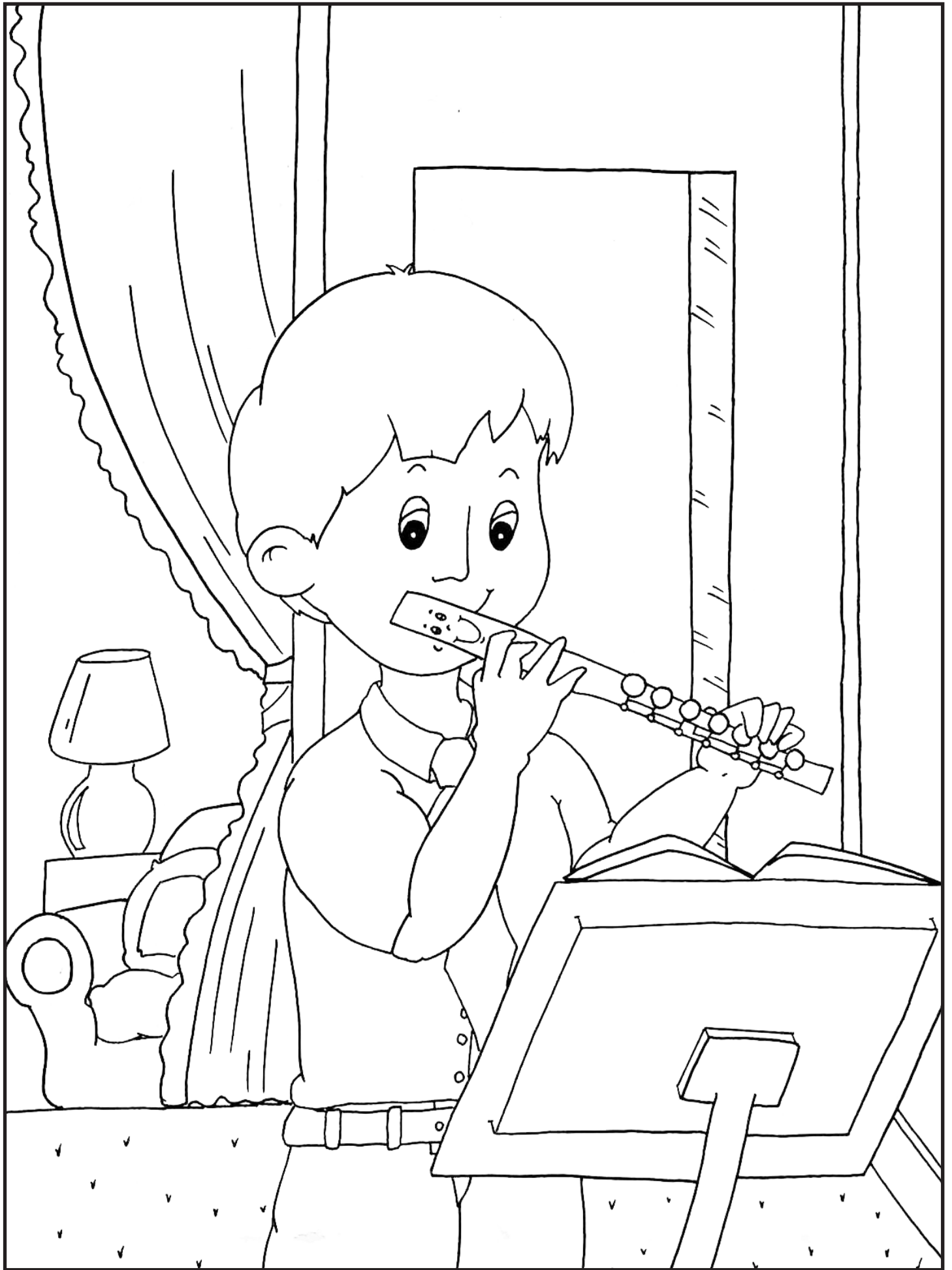
De repente el director detuvo la música.

—¿Dónde está el piccolo? ¡Sin él, esta sinfonía está incompleta! —exclamó, mortificado.

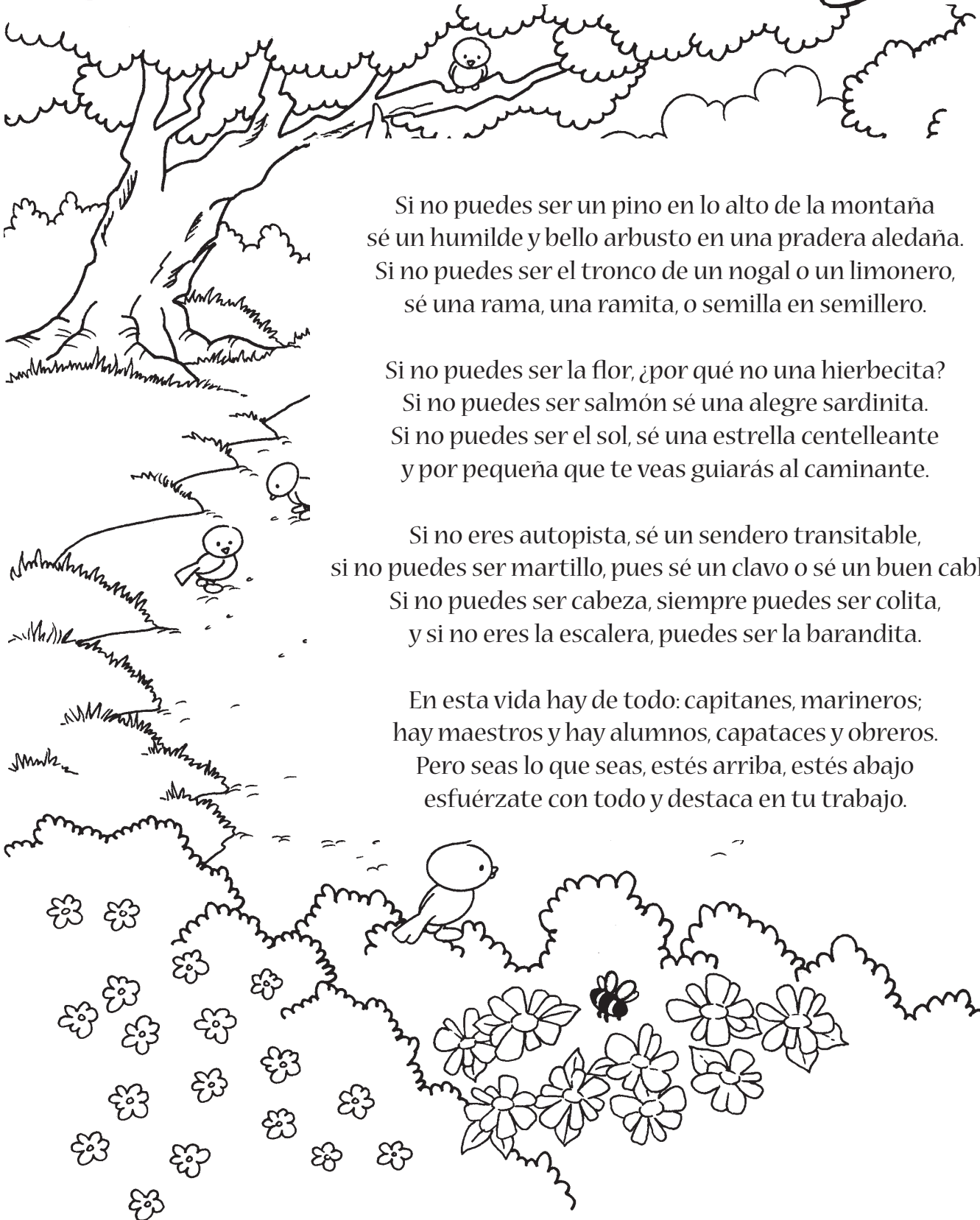
El sonido de un solo instrumento, por pequeñito que fuera, era necesario para completar la armonía, y el oído del maestro se había percatado de su ausencia. Cuando volvió a resonar la música, el piccolo vibró con entusiasmo y alegría. Posiblemente nunca tocaría muy alto ni destacaría, pero —eso sí— intentaría con toda el alma ser el mejor piccolo de la sinfonía.



- ¿Alguna vez has sentido que ocupas un lugar demasiado modesto o hasta imperceptible en la gran sinfonía de la vida? ¿Por qué?
- Analiza qué puedes hacer para marcar la diferencia dondequiera que estés.



Haz lo mejor que puedas



Si no puedes ser un pino en lo alto de la montaña
sé un humilde y bello arbusto en una pradera aledaña.
Si no puedes ser el tronco de un nogal o un limonero,
sé una rama, una ramita, o semilla en semillero.

Si no puedes ser la flor, ¿por qué no una hierbecita?
Si no puedes ser salmón sé una alegre sardinita.
Si no puedes ser el sol, sé una estrella centelleante
y por pequeña que te veas guiarás al caminante.

Si no eres autopista, sé un sendero transitable,
si no puedes ser martillo, pues sé un clavo o sé un buen cable.
Si no puedes ser cabeza, siempre puedes ser colita,
y si no eres la escalera, puedes ser la barandita.

En esta vida hay de todo: capitanes, marineros;
hay maestros y hay alumnos, capataces y obreros.
Pero seas lo que seas, estés arriba, estés abajo
esfuérazate con todo y destaca en tu trabajo.

La gotita de Tita

Había una vez una gotita que vivía en una gran nube junto con millones de gotitas más. Pero esa en particular se llamaba Tita. Tita era una gota chiquita y alegre, llena de vida y energía. Pero era muy pequeñita, ¡diminuta! Aunque casi siempre estaba alegre, por momentos se ponía triste pues le daba por pensar en lo minúscula que era. Tan pequeña era, que pensaba que nunca le sería útil a nadie. Felizmente, Tita pensaba en eso muy de vez en cuando, y la mayor parte del tiempo se sentía feliz pues sabía que podía reír y jugar libremente en la nube donde vivía. A veces, mientras jugaba, la punta del ala de un avión atravesaba su barrio. Pasaba tan rápido que Tita quedaba dando vueltas como un trompo.

Al igual que las demás gotitas que vivían con ella, Tita esperaba que le llegara su turno para descender sobre la tierra. A veces Tita y sus amigas se reunían a conversar y fantasear sobre el lugar de la tierra donde les gustaría caer. Algunas soñaban con caer en un lago y hacerse amigas de las gotitas que habían llegado antes que ellas. Otras querían que las usaran para regar un jardín o un campo sediento. Era entonces que Tita se ponía triste.

–Soy una gotita tan pequeña –pensaba– que mi presencia no se notará en absoluto. Y aunque tenga la posibilidad de caer sobre la tierra, una gotita pequeñita como yo no le va a ser de gran ayuda a nadie.

Tita miraba a sus amigas, que seguían cotorreando sobre sus futuras aventuras. Al observarlas se daba cuenta de que eran mucho más grandes que ella.

–Todas tienen más que yo para ofrecer al mundo sediento– volvió a pensar Tita. Y enseguida se puso a recordar la vez en que una de sus amigas la había provocado diciéndole que era mucho más grande y fuerte que ella, y lo triste que la habían puesto aquellas palabras tan hirientes.

En ese preciso instante a Tita le pareció escuchar un susurro. Era Suave Brisa, una ráfaga amiga de Tita con la que a veces jugaba y que justo soplaba por allí.

–¡Ánimo, Tita! –le dijo cariñosamente–. A lo mejor tú solita no seas muy grande... ¿y qué? ¡Tampoco lo son las otras! A que tú no sabes que en todas partes del mundo los niños se pasan horas contemplando el cielo, tratando de descubrir imágenes en las formas de las nubes. ¿Sabías que la gente se queda maravillada con las formas fabulosas que ustedes crean? Los científicos estudian las nubes y les ponen unos apodos muy interesantes, como «cúmulo», «cúmulo-nimbo», «cirro», y otros nombres divertidos por el estilo. Recuerda siempre que cuando miran hacia arriba, no ven cada gota de lluvia por separado, ni reparan en si una es más grande o más pequeña que otra: las ven a todas juntas. Si cada una de ustedes flotara por su cuenta, no se vería absolutamente nada, pues por separado serían demasiado chiquitas como para que las percibieran. Pero cuando están todas juntas, ¡es algo esplendoroso!

¿Y sabes cuándo lucen más bellas que nunca? Cuando el sol se pone al atardecer y las cubre con un brillo maravilloso de tonos rojos, naranjas, rosados y violetas. ¡Es una cosa impresionante! Cuando el sol está fuerte y brillante, ustedes lucen blancas, ligeras y tenues: es porque reflejan la luz del sol. Así que, recuerda siempre que ninguno de nosotros podría lograr nada sin la ayuda de los demás. Y a fin de cuentas, ¿a quién le interesa ser grande y autosuficiente, y no necesitar de nadie más? ¿No crees que sería muy aburrido? Bueno, Tita, ahora vete a jugar y ya no te preocupes más. Tita comprendió que Suave Brisa tenía razón.

–Mírala –pensó Tita, y se puso a hablar con otra compañera–. Nadie puede ver a Suave Brisa, solo nosotras. Sin embargo, siempre está contenta y satisfecha porque sabe que tiene un papel importante que desempeñar en nuestra vida, aunque no la veamos ni sepamos a ciencia cierta quién es. Fíjate que si no fuera por ella, la forma de nuestra nube nunca cambiaría. De ahora en adelante intentaré hacer lo que me aconseja: ya no pensaré tanto en lo que soy individualmente, sino que recordaré esas nubes preciosas de las que formo parte.

El tiempo cambió y se levantó un fuerte viento. Tita y sus amigas descubrieron que lo que las arrastraba era la corriente de Vito Viento, que las alejaba del mar y las acercaba cada vez más a la tierra. Tita vio como las pasaba otra nube, impulsada por una corriente de aire un poco más rápida que la que movía a su nube.

–Esas gotitas llegarán a la tierra antes que nosotras –pensó–. Cuando por fin llegue yo, ya no me sé lo mejor que puedas

necesitarán... Pero se contuvo, recordando lo que le había enseñado Suave Brisa. Le había llegado el momento.

–Oigan, lindas gotitas. Adivinen lo que está a punto de pasar –les anunció Vito Viento de lo más contento. Estoy a punto de soltarlas sobre el que será su destino final. Entre muchas otras cosas, alegrarán a los demás, regarán la tierra sedienta y darán nueva vida a las plantas que están desfalleciendo. ¡Disfruten del viaje y nunca se olviden de los que nos quedamos aquí arriba!

Dicho eso, sopló sobre la nube con todas sus fuerzas para que las gotitas de lluvia cayeran sobre la tierra.

–¡Uuyyyy, qué divertido! –pensó Tita, mientras flotaba cuesta abajo por los aires con los ojos bien cerrados–. Esta será una misión muy importante.

Tita se estremeció al ver que la tierra se acercaba cada vez más.

–No tengo mucho que ofrecer, pero haré lo mejor que pueda. Voy a ser la gotita de lluvia más feliz que haya salpicado el planeta, aunque nadie me vea ni se dé cuenta de mi existencia.

–¡¡¡Plas!!!! –Tita levantó la cabeza y echó un vistazo a su alrededor. No era tierra, ni siquiera era un campo. Tampoco era un lago. Y se obligó a medio sonreír cuando se dio cuenta de que había aterrizado en un patio de cemento. Ahora lo único que le quedaba era estarse tranquila y esperar, mientras se recordaba interiormente que había decidido ser la gotita de lluvia más feliz que hubiera existido jamás.

Al rato oyó el chirrido de una puerta y una cantidad de voces alegres que se le iban acercando.

Cantidad de botas pequeñas e impermeables de alegres colores invadían el patio, y enseguida vio cómo un grupo de niños se divertía chapoteando en los charcos que había dejado la lluvia. Tita escuchó sus gorjeos y sus risas, y vio como uno a uno pisaban y chapoteaban en los charcos.

–Ellos no saben quién soy, pero me hace feliz saber que hoy he podido alegrar a estos niños – pensó Tita.

Poco duró su felicidad, pues un señor que se había sentado a un costado mientras los niños chapoteaban, se levantó y les ordenó que volvieran a entrar. Tita se vio recogida en el último par de botitas, mientras los niños corrían hacia la puerta. En cuanto entraron, se quitaron las botas y las pusieron en un escalón que había junto a la puerta. Tita se dio cuenta de que estaba resbalando por el costado de la bota, resbalando a través de las tablas de madera, y que estaba aterrizando sobre algo que parecía ser tierra.

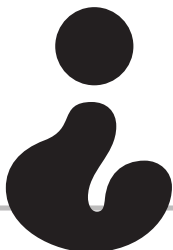
–¡Caramba! ¡He aterrizado en tierra! ¿Habrán algo sembrado por aquí?–. Se fue acomodando hasta sentirse muy a gusto entre los terrones de tierra, y con ese movimiento fue hundiéndose cada vez más. De repente sintió que una raíz la succionaba hacia una flor que crecía solita, protegida de la lluvia por un alero del portal.

–¡Gracias, gracias, gracias por haber venido! –le dijo contenta la flor–. ¡No te imaginas la sed que tenía! ¡Justo estaba deseando que cayera por aquí una gotita como tú!

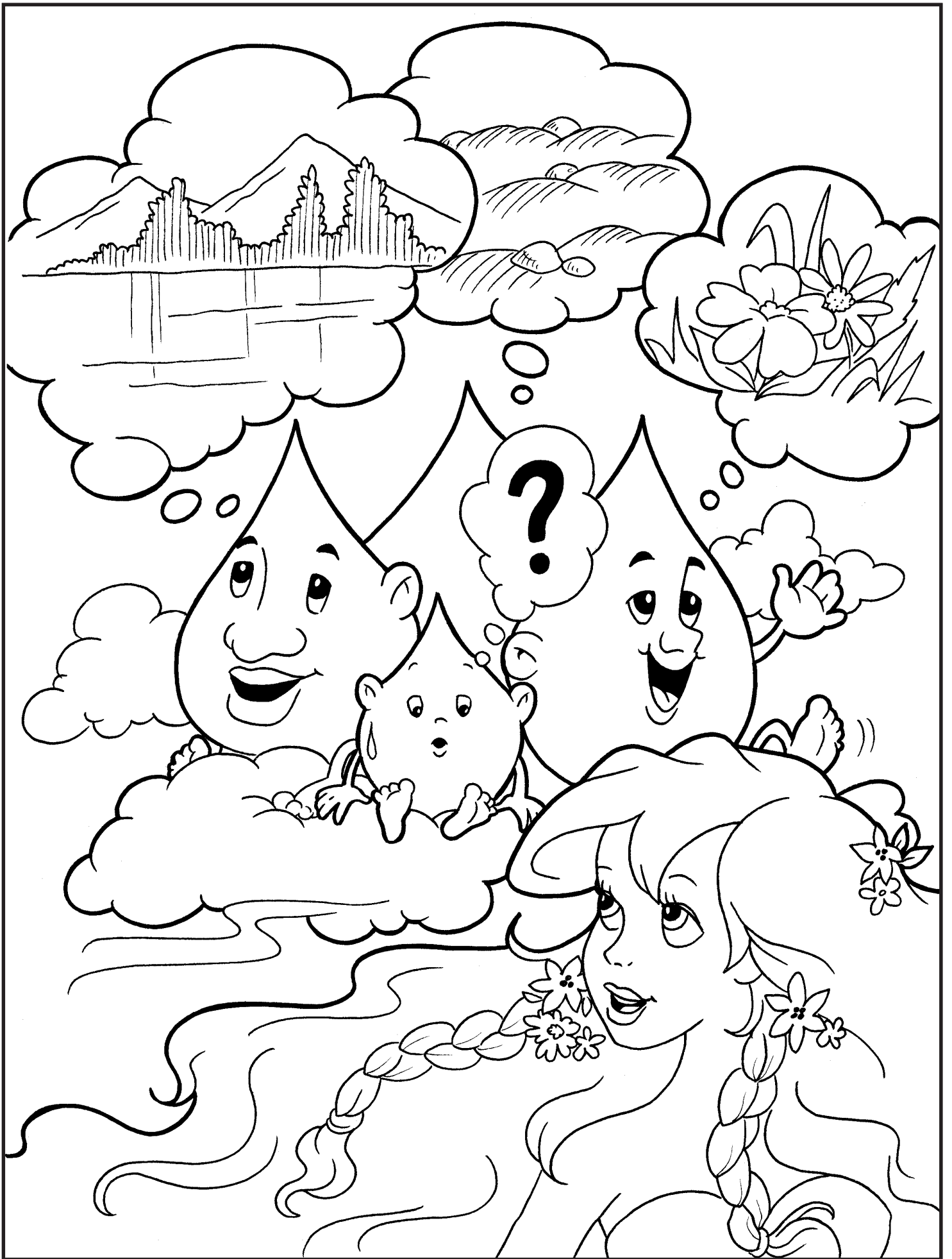
Tita se sonrió. Se sentía feliz porque había podido ayudar a tantos seres. Nunca sabría a cuántos niños había hecho felices ese día. Y mientras pensaba en cosas tan hermosas, se quedó profundamente dormida.

Soñó con Suave Brisa y sus viajes locos e interminables; con Vito Viento, los niños y la flor. No pensó ni una sola vez en lo pequeña que había creído ser hacía tan poco tiempo.

Nuestro cuento se acaba aquí, pero ése no fue el fin de Tita. Hizo muchos viajes más hacia el cielo para volver a convertirse en nube, y luego hacia abajo otra vez como gota de lluvia. ¡Qué gotita más aventurera!



- ¿Cómo se sentía Tita por su cuenta? ¿Por qué en realidad no tenía importancia su tamaño?
- ¿Qué podía hacer para destacar a pesar de ser tan pequeña?
- ¿Te parece que Tita era necesaria?
- Cuéntale al grupo qué podrías hacer para destacar aunque seas pequeño.



La gallina y el pavo

–¡Churúuuu! ¡Aaakkkkk! –, alardeaba el pavo real mientras se paseaba orgulloso por el jardín de su amo, abriendo en abanico todas las plumas de su majestuosa cola–. Vengan todos a verme, habitantes de la granja. Tendrán la suerte de admirar mis plumas tan hermosas.

Todos los animales de la granja lo observaban maravillados. Todos menos la humilde gallina, que permanecía sentada a la sombra de un arbusto.

–Pero miren a esa gallina tonta, que ni siquiera se da cuenta de que estoy aquí. ¿Por qué será? Me divertiré un rato provocándola. El pavo real se acercó a la gallina contoneándose, con su cortejo de admiradores.

–¿Qué tenemos por aquí? –chilló, mirando por encima del hombro a la humilde gallina–. ¡Cloc, cloc, cloc! Una simple gallinita de gallinero.

–Para tu información, pavo fanfarrón, solo hago lo que se supone que debemos hacer todas las gallinas: estoy empollando mis huevos.

–Para eso sirves, y nada más. Eres el ave más fea que he visto en toda mi vida. Mira esas plumas: no tienen brillo, y tienes la cara arrugada y pálida –la provocaba el pavo real, y hacía toda clase de muecas feas procurando imitar a la gallina. Los animales se reían del espectáculo. Entonces desplegó nuevamente sus hermosas plumas, y le dio la espalda a la gallina para provocarla aún más, enseñándoles al resto de los animales de la granja que lo observaban admirados.



Pero aún no había acabado su provocación. Para rematar, le lanzó a la gallinita una mirada airada y le dijo:

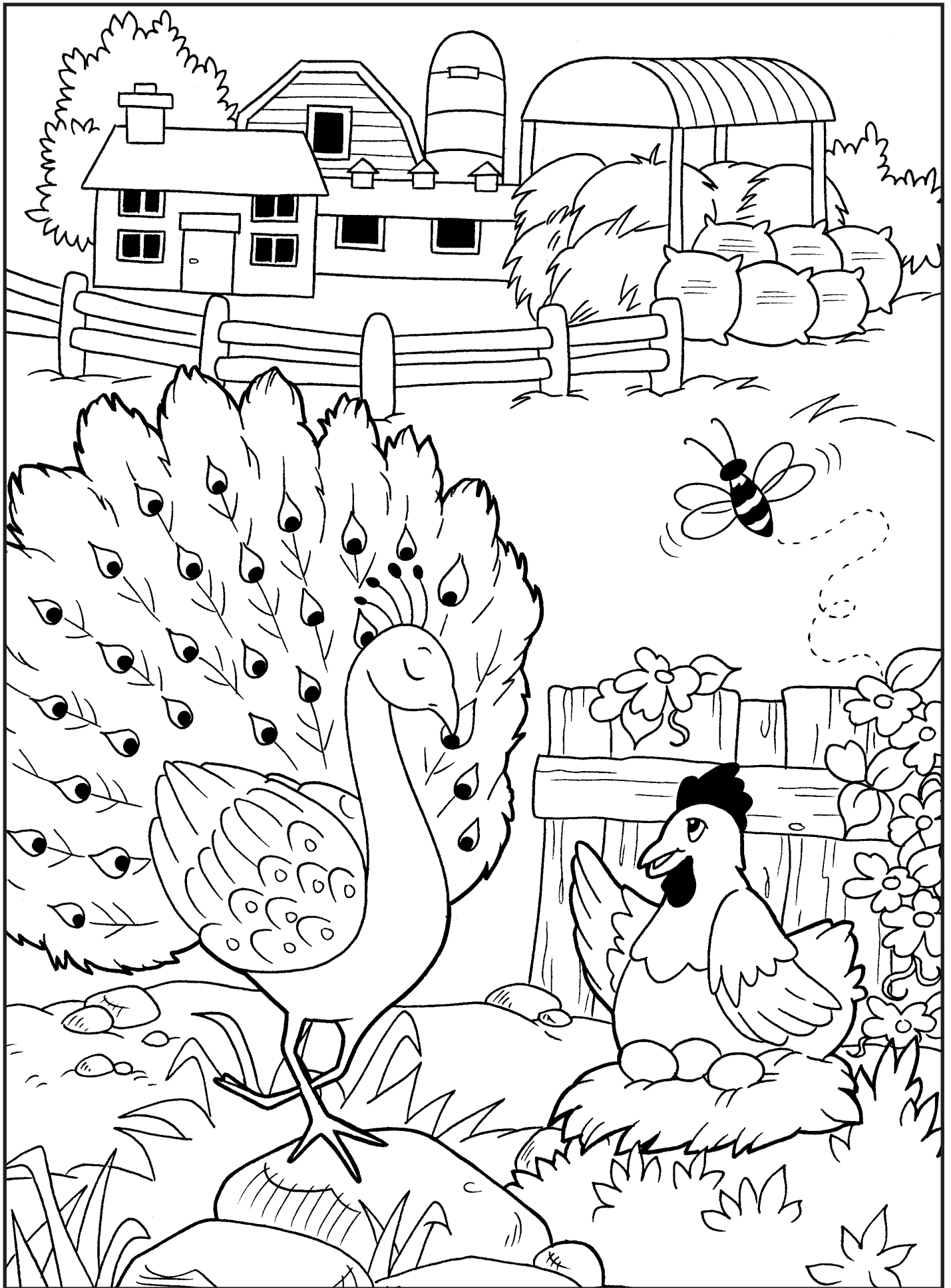
–¿Qué bicho habrá picado a mi amo como para haber traído a su granja un animalucho como tú? No me entra en la cabeza. Eso sí: no me cabe duda de que si tuviera que escoger entre tú y yo, me escogería a mí sin pensárselo dos veces.

La gallina seguía agachada sin decir nada. Sabía que no era hermosa; eso era evidente. Pero por mucho que el pavo real alardeara y la provocara, ella permanecía tranquila y satisfecha. Cuando el pavo real concluyó su paseo majestuoso, irritado porque ella no reaccionaba, le echó una última mirada llena de desdén y dijo:

–¿Acaso estás muda? ¿O es que no sabes defenderte?

Mis plumas no serán tan hermosas como las tuyas –le respondió la gallina– pero sé que nuestro granjero me quiere igual. Me alegra saber que depende de mí, porque todos los días yo le pongo tres huevos blancos que contienen mucho alimento. Tú serás hermoso, pero yo soy útil, y eso me basta para sentirme feliz.

-
- 
- ¿De qué manera podía la gallina serle útil a su amo?
 - ¿De qué manera podía serle útil el pavo real?
 - ¿Servía de algo que el pavo real se creyera superior? ¿Era superior en realidad?
 - ¿Hay justificación alguna para no ser de utilidad para los demás?
 - Compara los animales (su velocidad, color, medios para sobrevivir, etc.)
- ¿Qué aporta cada uno?
- 
-



Ejercita la memoria

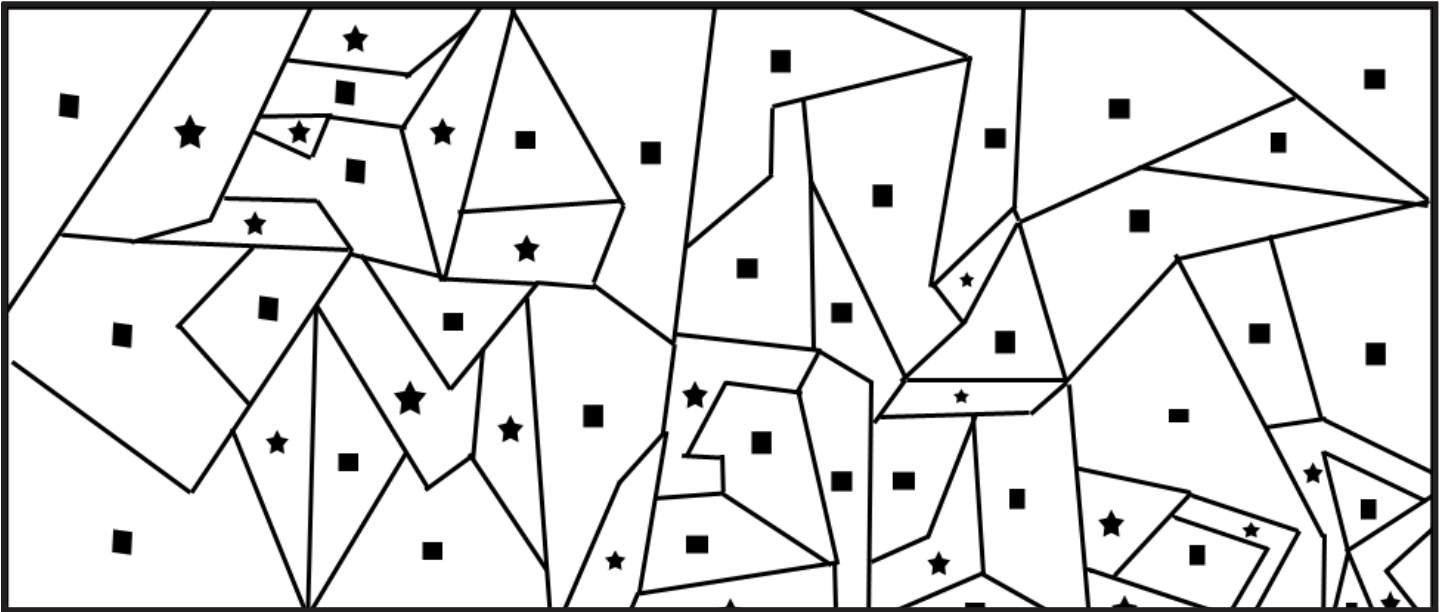


Trataré una y otra vez, trataré hasta
que lo haga bien.

¡Saca el lápiz!

Mensaje secreto

Colorea de rojo las secciones que tienen estrellas y de azul las que tienen cuadrados para descifrar el mensaje secreto.



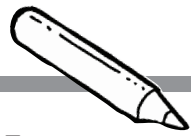
Mira y empata

Escribe en los globos que aparecen más abajo la palabra de la siguiente lista que encaje mejor en cada ilustración:

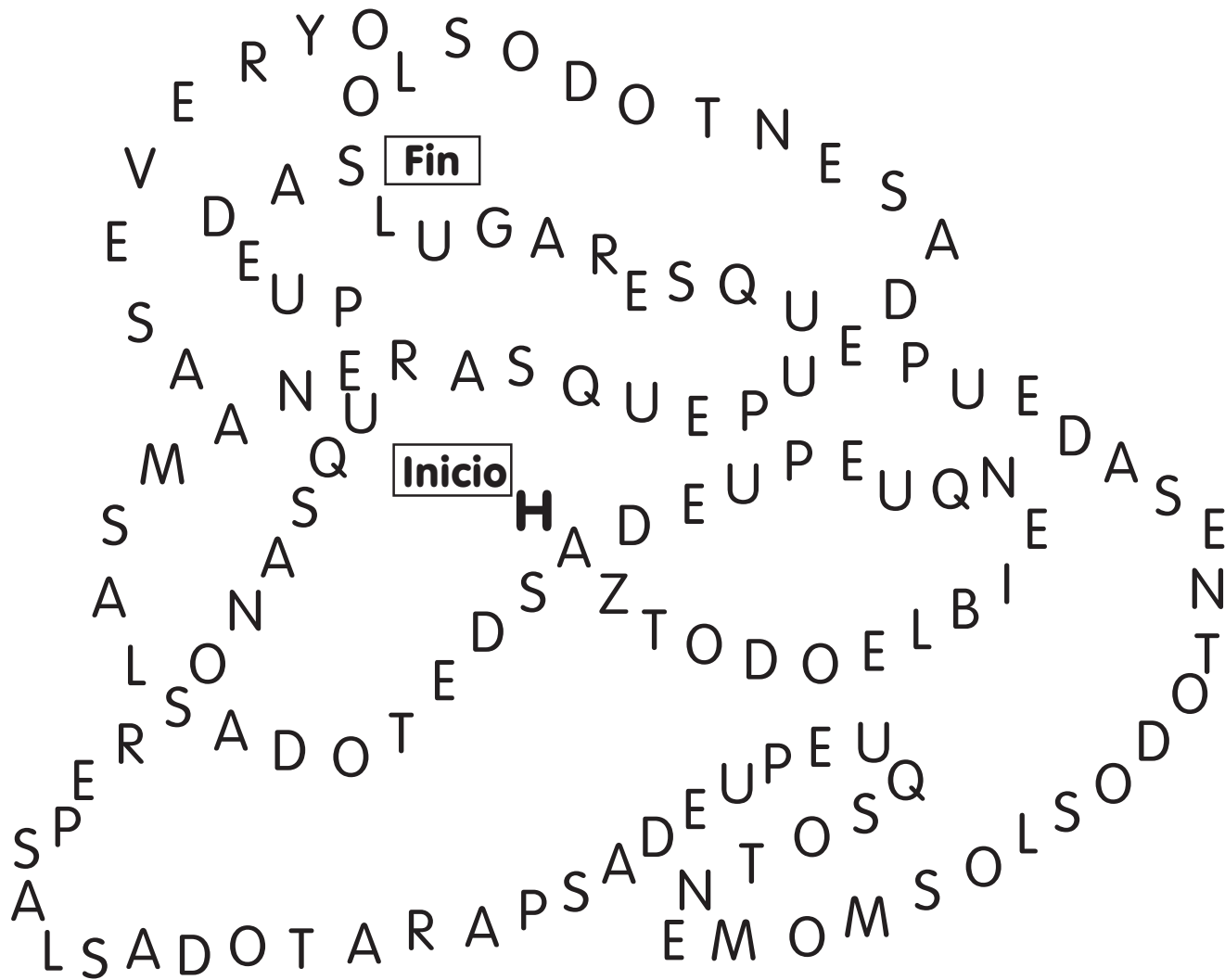


¡Saca el lápiz!

Laberinto de letras



Encuentra el mensaje escondido siguiendo las letras y llenando los espacios que aparecen más abajo. Comienza donde dice «inicio» y da toda la vuelta, tratando de que tengan sentido según vas avanzando.



H _ _ _ _ _ B _ _ _ _ _ ,
_ _ _ _ _ M _ _ _ _ _ P _ _ _ _ _ ,
_ _ O _ _ _ _ L _ _ _ _ _ D _ _ _ _ _ ,
_ _ _ _ _ O _ _ M _ _ _ _ S _ _ U _ _ _ _ ,
_ A _ T _ _ _ _ _ E _ _ N _ _ _ U _ _ _ _ A _ _ .

Algo que puedes hacer

Mi mejor mariposa

Cómo hacerlo:

- Escribe en negro dentro de las alas de las mariposas cosas que puedas hacer para destacar conforme a tus posibilidades.
- Colorea las mariposas.
- Recorta las mariposas y pégalas por el dorso.
- Ponle un cordel a la cabeza da la mariposa y cuélgala del techo de tu cuarto. ¡Esta mariposa te ayudará a recordar todo lo que puedes hacer para sobresalir!

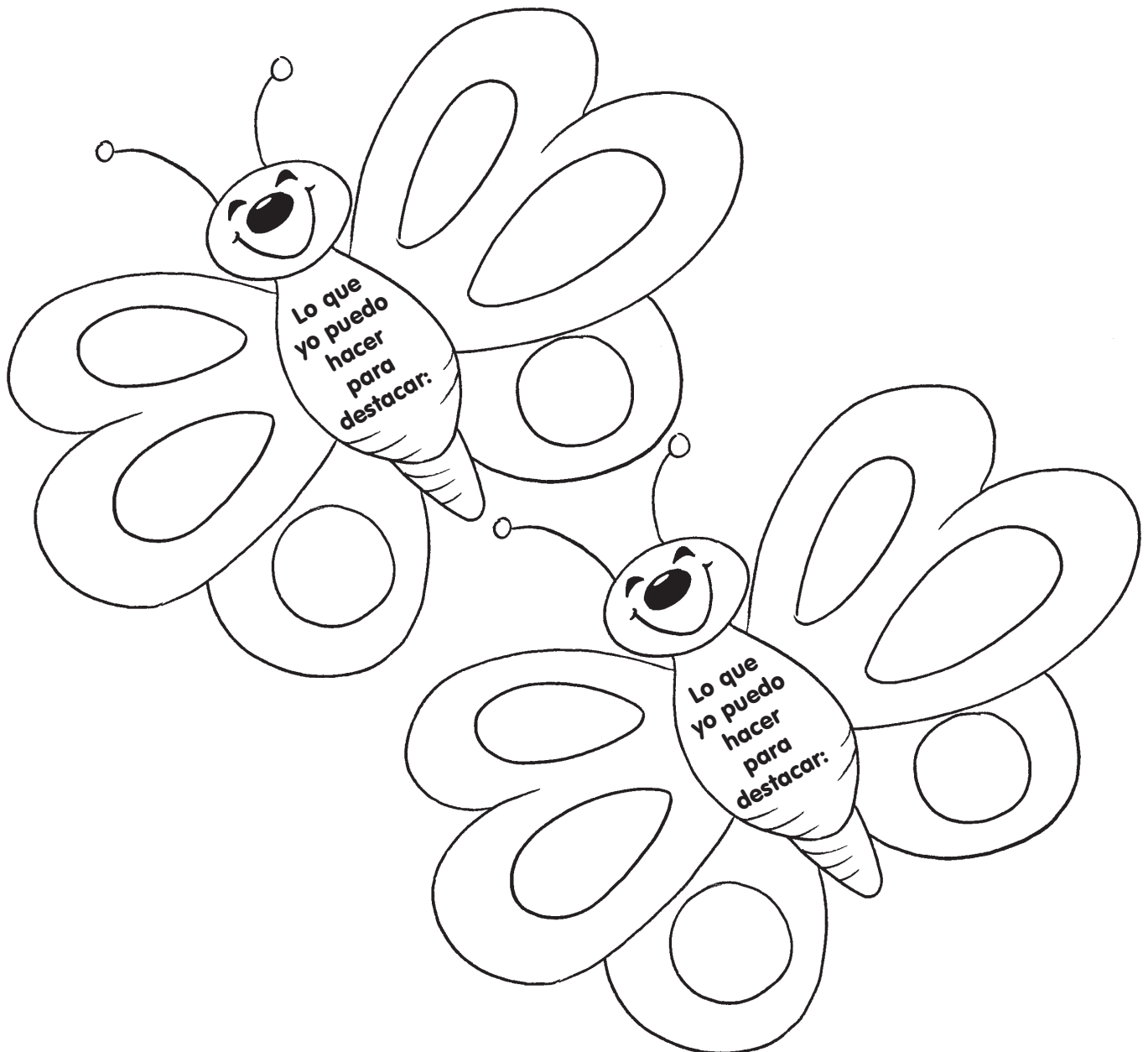
Vas a necesitar:

lápices de colores
marcador negro

hilo y aguja

tijeras

pegamento blanco



Piensa...

Sé que a veces te sientes tan insignificante que piensas que no es mucho lo que puedes hacer. Sin embargo, ¿sabes que todo lo que te corresponde hacer, tienes que hacerlo lo mejor que puedas? A lo mejor dibujes bien pero no sepas escribir bonito, o seas buen cantante pero no tan buen bailarín. Pero no te desalientes. ¡Haz lo mejor que puedas con los talentos que tienes! No importa quién eres o qué puedes o no puedes hacer. ¡Siempre puedes hacer lo mejor posible! Los demás se sienten felices cuando ven que te esfuerzas al máximo.

Quizás tu hermano o tu hermana sean capaces de cargar muchos juguetes a la vez, y tú solo puedas llevar unos pocos porque tus brazos todavía no son tan fuertes como los de ellos... ¡qué importa! No importa en absoluto: lo que importa es que todos se esfuerzan por hacer lo mejor que pueden. Así que, no te desanimes ni te pongas triste si crees que no sirves para todo lo que hay que hacer. Lo único que tienes que hacer es esforzarte y hacer las cosas lo mejor que puedas.

Si te enteras de que un amigo tuyo que vive lejos está muy enfermo, pero no puedes ir a visitarlo, podrías escribirle una carta y darle aliento. ¿Ves? Siempre se puede hacer algo en cualquier situación. De modo que, hagas lo que hagas, hazlo lo mejor que puedas. Eso te hará muy feliz y además brindará alegría a los que te rodean.



Formación en valores

Curso para la formación de valores y el desarrollo de la inteligencia emocional y social de los niños, en 20 módulos.

Enseña habilidades para encarar eficazmente las exigencias y desafíos de la vida diaria. Pueden impartirlo indistintamente padres de familia, orientadores, monitores y maestros, en casa, en el aula, en campamentos educativos, colonias de vacaciones, etc. Cada módulo se centra en una virtud, cualidad personal, habilidad social o destreza comunicacional de gran

importancia para adquirir una sana autoestima y disfrutar de una vida gratificante en paz y armonía con los demás.



SBA-KS-S18 - Sé lo mejor que puedas

Hecho en México



Distribuido por Prodidsa
Tel. (52-81) 8123-0605 ó 01-800-714-4790
E-mail: prodidsa@prodidsa.com
www.prodidsa.com

