

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 2 al 6 de Octubre de 2017**

### **CAMINABA CON MI PADRE...**

Buenos días, hoy comenzamos un mes nuevo, el mes de octubre. No podemos olvidar que seguimos

"Caminaba con mi padre cuando nos detuvimos en una curva y después de un pequeño silencio me preguntó:

- Además del cantar de los pájaros, ¿Escuchas algo más? Agudicé mis oídos y algunos segundos después le respondí: Estoy escuchando el ruido de una carreta, eso es -dijo mi padre-. Es una carreta vacía.

Pregunté a mi padre: ¿Cómo sabes que es una carreta vacía, si aún no la vemos?

Entonces mi padre respondió: Es muy fácil saber cuándo una carreta está vacía, por causa del ruido. Cuanto más vacía está la carreta, mayor es el ruido que hace."

Creo que no merece mayor comentario. Cuando vemos personas que hablan sin parar, que interrumpen a los demás, que no saben escuchar, que sólo presumen de lo que tienen o de lo que saben, recuerdo la sabiduría de ese hombre diciendo "Cuanto más vacía está la carreta, mayor es el ruido que hace."

Y para terminar, y como el día va de frases célebres, ahí va una de Hector Álvarez que creo que no tiene desperdicio: "La humildad consiste en callar nuestras virtudes y permitirle a los demás descubrirlas".

---

### **Avisos**

### **Oración**

Pedimos a María Auxiliadora que nos ayude a escuchar a los demás.

DIOS TE SALVE...

María Auxiliadora de los cristianos...

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 2 al 6 de Octubre de 2017**

## **ESCUCHA**

Ocurre a veces que cuando estamos hablando con otra persona tenemos tanto el otro como nosotros dificultades para escuchar, pasando de escuchar a oír en muchas ocasiones, mientras elaboramos qué vamos a decir cuando el otro acabe, en vez de intentar prestar atención a lo que nos dicen, quedando el dialogo bloqueado por incontinencias. Un proverbio oriental dice: “Nadie pone más en evidencia su torpeza y verbales; ya que si todos queremos hablar a la vez y no se escuchan las razones de los otros, no habrá dialogo como tal sino monólogos yuxtaponiéndose.

Saber escuchar es una actitud difícil, ya que exige dominio de uno mismo e implica atención, comprensión y esfuerzo por captar el mensaje del otro. Significa dirigir nuestra atención hacia el otro, adentrando en su ámbito de interés y su marco de referencia.

El dialogo exige una actitud silenciosa de escucha atenta “Escuchar es un acto de silencio”. Mientras no callemos nuestro dialogo interno y prestemos atención a nuestro interlocutor, no aprenderemos a escuchar. Solo una actitud de escucha atenta hace fecunda la palabra que podemos dar a nuestro interlocutor. Es difícil poder decir al otro algo que resulte válido si no abrimos de par en par nuestros oídos para escucharlo. Así la persona escuchada sentirá que le están dando la importancia que merece, quedando agradecida y creándose a su vez un clima de respeto, estima y confianza.

La escucha es una habilidad que exige apertura, transparencia y ganas de comprender. El justo equilibrio entre saber escuchar y saber hablar produce el dialogo.

¡Ejercitemos la habilidad de saber escuchar!.

Es un ejercicio saludable, enriquecedor y solidario, sobre todo en una sociedad en la que hay muchas personas que necesitan ser escuchadas.

Únicamente cuando somos capaces de escuchar al otro, abrimos la puerta para que éste se comuniqué con nosotros.

---

### **Avisos**

### **Oración**

Empezamos en mes de Octubre, mes de nuestra señora del Rosario y La virgen del Pilar, nos acordamos de nuestra madre y le pedimos para que nos regale un buen mes.

DIOS TE SALVE...

María Auxiliadora de los cristianos...

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 2 al 6 de Octubre de 2017**

### **QUÉ ES SABER ESCUCHAR**

Saber escuchar es una habilidad, aunque también se la describe como un arte. Aprender a escuchar a los demás es esencial para llevar a cabo una comunicación eficaz. Es importante distinguir escuchar de oír; como fue explicado anteriormente al oír no prestas una atención profunda, es decir que no escuchas activamente, sólo prestas captas los sonidos que se producen a tu alrededor. Al escuchar activamente no sólo escuchas los sonidos sino que comprendes el mensaje que otra persona quiere enviarte.

Beneficios de saber escuchar;

- 1) Escuchar con atención no sólo te hace una persona más atenta y empática, sino trae otros beneficios que quizás ni te imaginas.
- 2) Aquel que es buen oyente se destaca sobre lo demás. Es que, además de escuchar y dejar hablar a los otros, demuestra que tiene apertura mental.
- 3) Se reducen los conflictos. Al reducirse las malas interpretaciones y conocer mejor a las otras personas, comprender sus intereses y necesidades las discusiones y conflictos se reducen significativamente.
- 4) Sabes tolerar las críticas y las voces disidentes. Por eso mismo, cuando le toca dar su opinión, lo hace sin ser agresivo y exponiendo claramente sus ideas. Quien sabe hablar también sabe escuchar. Y viceversa. Todo parte del respeto, el entendimiento y la serenidad mental.

Saber escuchar y dejar hablar a los demás es un síntoma de madurez. Sólo aquel que está preparado para ello sabe aceptar a los demás, incluso sus prejuicios, exageraciones y otras cosas que mucha gente no toleraría.

---

#### **Avisos**

#### **Oración**

DIOS TE SALVE...  
María Auxiliadora de los cristianos...

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 2 al 6 de Octubre de 2017**

### **LA ESCUCHA VERDADERA**

Aunque la tecnología es, sobre todo el uso de los móviles, uno de los grandes obstáculos que hacen que no puedas mantener una comunicación activa, no es el único. El problema de no escuchar activamente no es nuevo y muchos pensadores, autores y artistas han hablado al respecto, dejando interesantes frases de escuchar y relacionadas al tema en cuestión.

“Aprende a escuchar y sonríe al hablar si quieres agradar”. (Anónimo)

“Lo importante no es escuchar lo que se dice, sino averiguar lo que se piensa”. (Juan Donoso Cortés)

“Escuchar es más importante que hablar. Si esto no fuera cierto, Dios no nos hubiera dado dos oídos y una boca. Demasiadas personas piensan con su boca en vez de escuchar para absorber nuevas ideas y posibilidades. Discuten, en lugar de preguntar”. (Robert Kiyosaki)

“Del escuchar procede la sabiduría, y del hablar el arrepentimiento”. (Proverbio italiano)

“Tu verdad aumentará en la medida que sepas escuchar la verdad de los otros”. (Martin Luther King)

“No hay peor sordo que el que no puede oír; pero hay otro peor, aquél que por una oreja le entra y por otra se le va”. (Baltasar Gracián)

“Nada es fácil ni tan útil como escuchar mucho”. (Juan Luis Vives)

“Oír es precioso para el que escucha”. (Proverbio griego)

“Para saber hablar es preciso saber escuchar”. (Plutarco)

“Saber escuchar es el mejor remedio contra la soledad, la locuacidad y la laringitis”. (William George Ward)

---

#### **Avisos**

#### **Oración**

DIOS TE SALVE...  
María Auxiliadora de los cristianos...

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

Semana del 2 al 6 de Octubre de 2017

### **ESCUCHAR A LOS DEMÁS**

<https://www.youtube.com/watch?v=Vdbwtm1VNSw>

En este video se nos explica la importancia de escuchar a los demás, se nos invita a abrir los oídos a los problemas de los demás, en nuestro propio entorno puede haber personas que necesiten de ser escuchados.

---

#### **Avisos**

#### **Oración**

DIOS TE SALVE...  
María Auxiliadora de los cristianos...

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 9 al 13 de Octubre de 2017**

### **"NO DEBES ACERCARTE A LA COCINA. ¿ME ESCUCHASTE?"**

Eso le dice una madre a su hijo o hija, hasta varias veces al día. Pero cuando le pregunta "¿me escuchaste?", evidentemente no se refiere a si el sonido de su voz llegó a los oídos del niño o la niña. Lo que quiere decir es si quedó bien claro el mensaje de no acercarse a la cocina.

Con Dios sucede algo similar. Para Él es importante que le escuchemos, pues hasta Su Hijo expresó que "el que procede de Dios, escucha los dichos de Dios" (Juan 8:47). Tenemos capacidad de escuchar, puesto que tenemos el sentido de la audición. Nuestras orejas, con su pabellón auricular, fueron estructuradas para captar las ondas sonoras y dirigir las a través del conducto auditivo, para direccionarlas al tímpano. Allí, la vibración de las ondas hacen que el tímpano vibre, y este a su vez, hace vibrar los tres huesecillos del oído medio (martillo, yunque y estribo). Luego, las vibraciones pasan al oído interno.

Y luego, en este oído interno, las ondas sonoras se desplazan a través de un fluido, hasta que (¡al fin!) las vibraciones se convierten en impulsos nerviosos. Estos se transmiten al cerebro, donde se descodifican e interpretan como sonidos.

Así que nuestros oídos captan las vibraciones de las ondas sonoras, pero en definitiva, es nuestro cerebro, el que procesa la información de lo que oímos. Podemos decir que nuestro oído capta, pero el cerebro es el que escucha, debido a que es nuestro sistema límbico el que ayuda al cerebro a elegir a qué sonidos prestar atención y a cuáles no.

Debemos de querer escuchar a Dios, Dios nos habla diariamente, a través de hechos, de personas que hacen de intermediarios... ¡Abramos los oídos a Dios!

---

#### **Avisos**

#### **Oración**

DIOS TE SALVE...  
María Auxiliadora de los cristianos...

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 9 al 13 de Octubre de 2017**

### **ESCUCHAR A DIOS**

Hoy día, es importante diferenciar entre escuchar a Dios y saber escucharle. Tenemos la gran necesidad de “prestar más de la acostumbrada atención a las cosas oídas”. Por ejemplo, vemos las noticias, en las que se hace referencia a guerras, rumores de guerras, epidemias, atentados terroristas, grandes terremotos, hambre, miles de niños que mueren diariamente...

Es innegable que “algo” está pasando en el mundo, “algo” que nos dice que tenemos que actuar, no podemos permanecer quietos ante tantas injusticias y desgracias en nuestro mundo, en nuestro día a día. Es como si todos estuviéramos escuchando lo mismo, pero, en líneas generales, ¿Estamos haciendo oídos sordos a las llamadas de Dios? Es importante hacernos la pregunta, pues el Hijo de Dios dijo que en tiempos de la Presencia del Hijo del Hombre, la gente estaría absorta en sus cosas, en su vida “cotidiana”, parece que estamos demasiado ocupados como para escuchar lo que Dios nos quiere decir. Es como la situación de la madre con sus hijos, diciéndole “no te acerques a la cocina”, su intención es que los hijos o hijas hagan caso y efectivamente no se acerquen a la cocina, la madre quiere el bien para sus hijos, igual que Dios quiere que nosotros, sus hijos, seamos felices, y tiene para cada uno de nosotros un plan, pero tenemos que querer escucharlo...

---

#### **Avisos**

#### **Oración**

Pedimos a María Auxiliadora que nos ayude a ser honrados ciudadanos y buenos cristianos, utilicemos las palabras para hacer el bien y generar amor.

DIOS TE SALVE...

María Auxiliadora de los cristianos...



Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 9 al 13 de Octubre de 2017**

### **LA IMPORTANCIA DE REZAR**

En el siguiente video nos habla de la importancia de rezar, de hablar con Dios, que aunque creamos que no nos escucha, El siempre nos escucha y nos ayuda, el Señor conoce nuestras necesidades y nuestro corazón.

<https://www.youtube.com/watch?v=SxY64Iy5mMU&feature=youtu.be>

---

#### **Avisos**

#### **Oración**

Oh Virgen del Pilar, Reina y Madre. España y todas las naciones hispanas reconocen con gratitud tu protección constante y esperan seguir contando con ella. Obténnos de tu Hijo fortaleza en la fe, seguridad en la esperanza y constancia en el amor. Queremos que en todos los instantes de nuestra vida sintamos que tu eres nuestra Madre.

**415**

[www.ven-y-veras.com](http://www.ven-y-veras.com)  
[venyveras@salesianos.edu](mailto:venyveras@salesianos.edu)





Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 9 al 13 de Octubre de 2017**

### **EL PODER DE LA ORACIÓN**

Para Dios, es más importante escuchar su voz que verle. Sabemos escuchar la voz en estos tiempos si dejamos de lado nuestras ideas personales, prejuicios, conceptos que traemos adheridos por la cultura, o la formación religiosa que se haya tenido, y se presta más atención a lo que está sucediendo aquí y ahora. No para tener miedo o pavor por lo que sucede, sino para reflexionar con atención en lo que está desarrollándose a nuestros ojos, que vemos día a día en las noticias o en nuestro entorno, para luchar por un mundo mejor, para creer en un Dios resucitado que nos trae vida y esperanza.

El poder en la oración, la fe, la confianza en Dios, la guía de Su santo espíritu, nos ayudan a estar alertas y a enfocarnos en lo que sucede con atención. Con una actitud de estar abiertos y abiertas a la guía de Dios, Él, como Gran Pastor, nos conduce por prados herbosos, nos unta con aceite, y refresca nuestra alma (Salmo 23). No hay razón para temer. El Pastor, ese Padre amado, el Abba, nos acoge en sus brazos eternos, y le pone un "mute" a nuestra mente, ante tanto bombardeo de pensamientos difíciles, inquietantes y angustiosos. En Dios, tenemos paz. Si le sabemos escuchar con el corazón.

Debemos de rezar, hablar con Dios, pedirle por nuestras necesidades y darle gracias, de esta forma, hablando con Dios, aprenderemos a escucharlo mejor...

---

#### **Avisos**

#### **Oración**

DIOS TE SALVE...  
María Auxiliadora de los cristianos...



Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 16 al 20 de Octubre de 2017**

**APRENDER A ESCUCHAR:**

El profesor comenta la importancia de aprender a escuchar en nuestro día a día.

Escuchar es uno de los artes más difíciles que conozco. Aprender a escuchar bien exige paciencia y práctica; es como leer y escribir: no se improvisa, se aprende a lo largo del tiempo. Es un hábito que se cuida y desarrolla, una técnica que se pule y perfecciona. Escuchar requiere liberar tiempos y crear hábitos: tiempos para desentrañar significados y desmontar prejuicios; hábitos para hacer silencio y reflexionar sobre lo escuchado.

En una ocasión le escuché decir a un educador: "lo más difícil no es aprender algo nuevo, sino desaprender algo antiguo." Al escuchar le sucede algo similar: lo difícil no es oír, sino vaciarse lo suficiente para que la palabra escuchada entre, resuene y permanezca. Escuchar es un arte que implica todos los sentidos, no sólo los oídos: pide atención a palabras, gestos, reacciones, omisiones y silencios. Pide saber interpretar y leer entre líneas; pide meditar y digerir lo visto y oído.

Si muchas de nuestras conversaciones (y de nuestros debates parlamentarios) nos suenan vacías y, a menudo, no conducen a ninguna parte, ¿no será porque no nos ejercitamos para ser oyentes? Si los niños tardan varios años para poder balbucir, torpes, sus primeras palabras, ¿por qué los adultos –charlatanes y prepotentes– olvidamos tan pronto nuestros humildes orígenes de oyentes, para lanzarnos a hablar sin escuchar?

---

**Avisos**

**Oración**

DIOS TE SALVE...  
María Auxiliadora de los cristianos...



Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 16 al 20 de Octubre de 2017**

En un mundo en el que hay tanto ruido no es sencillo prestar atención a algo en especial.

No sé si es porque entre tanta cantinela de todo tipo la mejor solución es desconectar; o si es por pereza, o por impotencia, o por la tentación de hablar, sin parar. No sé si es el batiburrillo de problemas, inquietudes, proyectos, ideas que se me mueven por dentro. O tal vez porque en el mundo hay tantísimos discursos huecos y estúpidos, tantas canciones, que si de verdad atiendo a las bobadas que dicen me dan ganas de cometer un crimen, que me he vuelto un poco escéptico.

El hecho es que a veces temo vivir en una burbuja, en la que rara vez entran voces que me conmuevan de verdad. Y sin embargo el caso es que, debajo de la cacofonía de gritos, ruidos, músicas, anuncios, soniquetes variados, cuñas publicitarias y frases hechas que suenan a topicazo, sigue habiendo palabras llenas de verdad. Palabras que merece la pena escuchar.

Y nosotros, ¿estamos dispuestos a escuchar esas palabras? O, por el contrario, ¿ponemos una barrera y preferimos no escuchar a los de nuestro alrededor?

---

## Avisos

## Oración

DIOS TE SALVE...  
María Auxiliadora de los cristianos...

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 16 al 20 de Octubre de 2017**

Hoy en día todos somos conscientes de la importancia de saber escuchar. El problema es que esa palabra ha perdido gran parte de su significado.

Existe un "escuchar" con minúsculas y otro con mayúsculas. La primera escucha es la que hacemos porque es más fácil quedarse callado que opinar, porque lo que de verdad deseamos es que nos escuchen cuando el otro calle, porque tenemos la cabeza en otro sitio y no nos apetece conversar, porque así el otro se siente importante y apreciado. La escucha con mayúsculas es en cambio un proceso activo y crítico, tan difícil como comunicar bien. Implica conocer al otro para saber lo que busca al abrirse a nosotros, esforzarse por comprender y vivir lo que estamos oyendo, desarrollar empatía con quien nos habla, aunque esto nos haga implicarnos más y nos complique la vida, dividir las desdichas, multiplicar las alegrías y sobre todo, encontrar la respuesta adecuada: una palabra, un silencio, un abrazo, una sonrisa o todo a la vez.

---

## Avisos

## Oración

DIOS TE SALVE...  
María Auxiliadora de los cristianos...



Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 16 al 20 de Octubre de 2017**

En busca de la felicidad, ¿esperamos a ser felices? ¿Somos felices?

<https://www.youtube.com/watch?v=mB4ItrJldig>

---

### Avisos

### Oración

Pedimos a María Auxiliadora que nos ayude a  
llegar lejos en nuestra tarea estudiantil.  
DIOS TE SALVE...  
María Auxiliadora de los cristianos...

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**

**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**

**...desde la escucha**

**Semana del 16 al 20 de Octubre de 2017**

Como bien dijo el primer día un profesor de universidad los hombres siempre vamos con prisa a todos lados y nunca tenemos tiempo. No sé cuántas veces a lo largo de la semana podemos llegar a decir no tengo tiempo. ¿Quedamos a tomar un café? No tengo tiempo, pero a ver cuándo quedamos. ¿Podría ir a verte ahora? Mira ahora no tengo tiempo, pero llámame luego para ver cómo estoy de libre; o mejor, ya te llamo yo cuando esté libre.

Y la pregunta que me surge es ¿desde cuándo el hombre ha tenido el tiempo en sus manos? ¿Desde cuándo somos capaces de manejar el tiempo? El tiempo no lo tenemos, es lo que somos, pues cuando no somos, ya no hay tiempo que valga pues estaremos en el infinito. Nuestro ser habrá dejado de ser para pasar al infinito. Nuestro ser finito deja el tiempo para pasar a lo eterno.

Somos tiempo y, creo que por muchos avances tecnológicos y de pensamiento que se produzcan en la historia, eso no cambiará. Es lo más valioso de nosotros. Es el mayor regalo que nos podemos hacer unos a otros: nuestro tiempo. Solemos regalarnos en fechas importantes, en momentos bonitos o para arreglar mal entendidos objetos que compramos en tiendas. Pero ¿no será mejor regalo una hora de nuestra vida con el otro? ¿No es sino el encuentro con un amigo el mejor regalo? ¿No sucede que el tiempo con otro es luz en la noche?

Nos cuesta más organizarnos la semana dejando horas libres para pasarlo con lo demás, que llenar la agenda de mil y una tareas que pueden ser muy importantes, pero que nos gastan por dentro. Organizamos encuentros semanales, encuentros mensuales, o trimestrales e incluso anuales con familiares y amigos porque nos parecen importantes, pero en nuestra vida cotidiana nos cuesta sentarnos junto a otro y escuchar. Porque esa es otra, si nos juntamos para vernos nos gusta más hablar y que se nos oiga, que escuchar y esperar. Cuando Jesucristo nos dijo que cuando dos o más se reúnen en su nombre Él está en medio de nosotros, ¿no sería una llamada a vivir desde los encuentros con los otros? Cuando nos dijo que al rezar entrásemos en nuestro cuarto, ¿no sería para que en ese encuentro no nos distrayésemos con otras "cosas importantes"? Gastemos la vida en ese encuentro sagrado que es tu amigo, que es tu familia, que es tu compañero de enfrente, que es el Otro.

---

## Avisos

## Oración

DIOS TE SALVE...  
María Auxiliadora de los cristianos...

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 23 al 27 de Octubre de 2017**

### **LA FELICIDAD RESIDE EN LA VIDA COTIDIANA**

La felicidad reside en las cosas cotidianas, pero ¿lo valoramos como tal?

En el siguiente vídeo vemos una serie de cosas que vivimos y no valoramos como cosas que nos hacen felices:

<https://www.youtube.com/watch?v=oooJ42w-OD0>

---

#### **Avisos**

#### **Oración**

Pedimos a María Auxiliadora a vivir con intensidad cada momento.

DIOS TE SALVE...

María Auxiliadora de los cristianos...

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 23 al 27 de Octubre de 2017**

### **ELEGIR HOY PARA BUSCAR LA FELICIDAD**

Cuando andamos con el deseo de que las cosas de Dios sean algo importante en nuestra vida, la pregunta surge inevitablemente: ¿Qué querrá Dios de mí? ¿Cuál es mi vocación? ¿Qué vida me hará feliz?

Y esto pasa cuando alguna vez nos planteamos qué hacer en la vida, pero también cuando ésta nos lleva a encrucijadas en las que toca elegir.

Pensar que Dios tiene un sueño para mí es algo que a la vez ilusiona y asusta. El miedo surge al pensar que yo tengo mis planes, y puede que éstos y los suyos no vayan de la mano. Y la ilusión viene porque si Dios tiene un sueño para mí sólo puede ser un sueño de felicidad, y es que cuando hemos sentido a Dios cerca en nuestras vidas la felicidad que lo acompaña es de una hondura que nos sobrecoge.

El reto es cómo ir descubriendo, discerniendo a qué soy llamado. La faena es que para esto no hay recetas, pues Dios no acostumbra a mandarnos un sms, ni un whatsapp, ni ángeles mensajeros. Pero es un camino que tú y Él recorréis juntos, en el que si te fías sabes que todo irá bien.

Podemos irnos de retiro al Tibet, apuntarnos a yoga o leernos libros enormes de espiritualidad para tratar de averiguar por dónde nos llama el Señor. Pero también podemos mirar nuestra vida con otros ojos, con una sensibilidad nueva que atraviese la superficialidad en la que se nos empuja a vivir. Y así, en nuestros encuentros cotidianos, en nuestros enfados y alegrías, en la injusticia que palpamos, en la rutina de nuestro trabajo o en nuestros éxitos y frustraciones iremos descubriendo una Presencia callada que nos llama, que nos invita a salir de nosotros mismos, a darnos, a anunciar que el Señor está vivo porque la muerte no tiene la última palabra, y que tiene algo que decirnos.

Para mirar de esa manera tenemos que aprender de los ojos de Jesús. Esos ratos de silencio, solos tú y Él, durante los que la relación, casi sin darnos cuenta, va creciendo y el cariño fluye. En los que pasaremos momentos de muchas emociones, cuando toda nuestra persona vibra; y otros muy secos, que nos cuestionan, nos aburren y en los que nos jugamos la fidelidad de la amistad. Además, tenemos la suerte de andar este camino en comunidad, con amigos y amigas, que nos ayudan a que los miedos no nos vengzan, en los que vemos testigos del paso del Señor y que nos animan a seguir buscando y encontrando la voluntad de Dios.

---

#### **Avisos**

#### **Oración**

DIOS TE SALVE...  
María Auxiliadora de los cristianos...



Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 23 al 27 de Octubre de 2017**

### **VIVIR A TOPE, VIVIR FELICES**

La sabiduría popular dice que el deporte es sano, se refieren a una salud fisiológica y corporal. También se habla del deporte como lugar para educar en valores, para favorecer la integración social, como opción favorable de ocio para jóvenes, para aprender a vivir la frustración y el fracaso. El deporte enseña de la vida, cierto, pero si algo se aprende al hacer deporte en sus diversas modalidades es algo más profundo, el cómo enfrentarse a la vida. Uno puede pasar por la vida con muy diversas actitudes, y una puede venir marcada por esa frase tan repetida en los vestuarios antes de salir a competir: “¡¡¡A TOPE CHAVALES!!!” Es decir, que se puede vivir intentando “Darlo Todo Siempre”.

Así puede ser nuestra existencia: vivida a tope o a medias; y lo que hace que uno pueda disfrutarla hondamente es el vivir a tope: en los estudios, en la familia, en las celebraciones, en las amistades, etc. El Evangelio nos invita a entregarnos, a dar la vida por los demás. Y la vida es la vida, no sólo un trocito de ella. Es evidente que el fruto de nuestro esfuerzo no depende sólo de nosotros, pero en nuestra mano sí que está el intentarlo como si así fuese.

La vida es como un gran partido en el que se puede acabar perdiendo pero contento de haber hecho todo lo posible, y en el que se puede ganar pero tener el vacío y desasosiego de haberse reservado energías y de haber podido hacerlo mejor. En la vida hay muchas cosas que están cuesta arriba: acabar unos estudios, conseguir un buen empleo, tener una personalidad propia, llevar a cabo una vocación, incluso alcanzar la propia felicidad. Decía José Luis Martín Descalzo que “ninguna felicidad verdadera es barata”, por ello creo que todo lo que merece la pena en la vida supone algún tipo de esfuerzo, y aquí es donde el deporte nos enseña a luchar y a desgastarnos por aquello que merece la pena.

El vivir a medias es un modo de no vivir. Darlo todo a tope, siempre, eso es vivir... pero claro está que cuesta, y que es difícil. Por eso es necesario entrenar, ir esforzándose en pequeñas cosas que nos van haciendo crecer en entrega. Y, por supuesto, confiar en que el trabajo dará su fruto y que el Señor obrará en nosotros. Nadie ha dicho que no suponga un esfuerzo (pregúntenselo a cualquier deportista que pasa horas y horas entrenando para mejorar una minucia), pero vale la pena arriesgar y gastar el tiempo en ello. La vida merece ser amada y, por ello, merece la pena ir desgastándose por crear vida alrededor, merece la pena vivir a tope.

---

#### **Avisos**

#### **Oración**

DIOS TE SALVE...  
María Auxiliadora de los cristianos...

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 23 al 27 de Octubre de 2017**

### **CON LO FELICES QUE VIVIMOS ¿CON O SIN? DIOS**

A menudo escuchamos, o nosotros mismos pronunciamos discursos sobre la fe que afirman que necesitamos creer en Jesús para alcanzar la felicidad más plena. Sin embargo, dichas proclamaciones muchas veces chocan contra una realidad bien diferente. Por un lado, la de aquellos cristianos que parecen vivir la vida con un carácter entristecido, agobiado y apesadumbrado. Y por otra la de muchos ateos y agnósticos que, lejos de dar la impresión de faltarles una pieza clave en su vida, parecen vivirla de una manera totalmente feliz, siendo además en muchos casos muy buenas personas.

Delante de esa realidad puede que nos hagamos la siguiente pregunta: «¿necesita la gente a Jesús?» o tal vez puede que sea mejor que vivan su vida felices sin él. Creo que dicha pregunta es en realidad una trampa, si nos quedamos tan solo en ella y no somos capaces de darle la vuelta. Es decir, tal vez la cuestión no sea tanto preguntarse si la gente necesita a Jesús, cuanto hacerme a mí mismo la pregunta: «¿necesito yo a Jesús?».

Y es que, muchas veces convertimos a Jesús y el Evangelio en una pesada carga en nuestra vida. En una especie de losa que nos aplasta, en un arma arrojadiza o en un producto que tenemos que vender si queremos evitar que la Iglesia desaparezca... Y sin embargo Jesús no pretende ser nada de eso. Él quiere ser nuestra felicidad, llenar nuestro corazón y movernos hacia actitudes que nos saquen de nosotros mismos y nos hagan constructores de su Reino. Él no pretende ser una carga ni una amargura, sino más bien aquel que nos ayuda a llevar nuestra carga y amargura.

Si no lo vivimos así, puede que nos estemos engañando, puesto que no estaremos viviendo desde la felicidad que él nos promete y puede que ni siquiera hayamos conocido al verdadero Jesús. Y ciertamente entonces no seremos capaces de contagiar alegría, sino más bien todo lo contrario. Pero si vivimos habiendo descubierto de verdad que Jesús llena nuestro corazón y que su proyecto merece la pena y hace vivir de la esperanza (incluso contra toda esperanza), entonces ciertamente contagiaremos un "algo más", una semilla que posiblemente germinará entre la gente de nuestro alrededor, cuando haya llegado su momento.

---

#### **Avisos**

#### **Oración**

DIOS TE SALVE...  
María Auxiliadora de los cristianos...

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 23 al 27 de Octubre de 2017**

### **LO QUE VIVO**

Le planteamos a los alumnos la siguiente reflexión personal:

Hay días en que miro atrás y descubro que voy acumulando recuerdos. Y si esto pasa cuando uno es joven, qué no será a los ochenta... Supongo que en cierta medida empezamos a ser adultos cuando podemos mirar atrás, y vamos teniendo memorias; empezamos a sentir que hay heridas (unas bien cicatrizadas, otras que aún escuecen); que hay situaciones joviales que, al evocarse, no pueden menos que suscitar una sonrisa; que hay rostros que en algún momento fueron tan cercanos y ahora se desdibujan un poco, pero aún me hacen vibrar. Entonces palabras como gratitud, arrepentimiento, olvido, nostalgia, madurez, historia, empiezan a cobrar sentido...

Es hermoso este tiempo en el que los recuerdos aún no pesan, pero ya son reales. Es muy hermoso el saber que uno va cargando las "maletas" con un equipaje que incluye nombres, abrazos, errores, lecciones, perdones, fracasos y éxitos, caricias, opciones, luchas, oraciones, dudas, pequeñas historias que van entretejiendo una historia grande. Es hermoso saber que en mi vida hay todavía tanto por escribir, y al tiempo empieza a haber algo ya escrito, que me convierte en quien soy, una persona única, distinta, especial, con mis virtudes y mis defectos, mis manías y mis encantos, parte de mi mundo grande.

---

#### **Avisos**

#### **Oración**

DIOS TE SALVE...  
María Auxiliadora de los cristianos...

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 30 al 31 de Octubre de 2017**

### **REGLAS DE LA BUENA ESCUCHA**

Hoy vemos las “10 Reglas de la Buena Escucha de Keith Davis”, que son las siguientes:

1- Deja de hablar.

No puedes escuchar si está hablando.

2- Hacer que el que habla se sienta cómodo.

Ayúdela a sentirse que es libre de hablar.

3- Demuéstrale que desea escucharlo.

Actúa como si estuviera sinceramente interesado. No lea la correspondencia mientras le hablan.

4- Elimina y evita las distracciones.

No te distraigas jugando con el móvil, escribiendo, etc.

5- Trata de ser empático con el otro.

Trata de ponerse en su lugar, de manera que puedas comprender su punto de vista.

6- Se paciente.

Dedícale el tiempo necesario, no interrumpa.

7- Mantén la calma y el humor.

Una persona colérica toma el peor sentido de las palabras.

8- Evita discusiones y críticas, se prudente con tus argumentos.

Esto pone al otro “a la defensiva”, tiende a predisponerlo.

9- Haz preguntas.

Esto estimula al otro y muestra que estas escuchando, además de ayudar a desarrollar otros temas. (Esta es otra de las características de los negociadores exitosos, preguntar mucho).

10- Para de hablar.

Esto es lo primero y lo último. Todas las otras reglas dependen de esto. Ud. no puede ser un buen escucha mientras esté hablando.

---

#### **Avisos**

#### **Oración**

DIOS TE SALVE...

María Auxiliadora de los cristianos...

Buenos días. **Bachillerato y CFGM**

**ESCUCHA:**  
**En busca de la felicidad...**

**OCTUBRE:**  
**...desde la escucha**

**Semana del 30 al 31 de Octubre de 2017**

### **ESCUCHA A TU CORAZÓN**

Llevamos todo el mes hablando sobre la importancia de la escucha, de escuchar a los demás, de escuchar a Dios, y no debemos de olvidar que lo más importante es escucharnos a nosotros mismos, olvidar los prejuicios o el qué dirán y actuar de la manera que creamos que nos va a acercar a la Felicidad.

Y Esta felicidad sola la podemos encontrar en Dios, la felicidad plena es una vida entregada a Dios, vivir nuestra vocación, escuchar la llamada que Dios nos hace para ser felices.

Seamos valientes, escuchemos con los oídos bien abiertos a nuestro corazón, vivamos una vida de servicio al prójimo, sobre todo a los más necesitados, solo de esta forma, encontraremos la verdadera felicidad que sale del corazón y nos acerca a Dios.

¡Vive, se feliz y escucha a tu corazón!

---

#### **Avisos**

#### **Oración**

En esta mañana os invito a rezar por todas las personas que han formado parte de nuestra casa y que ya gozan del descanso eterno.

DIOS TE SALVE...

María Auxiliadora de los cristianos...