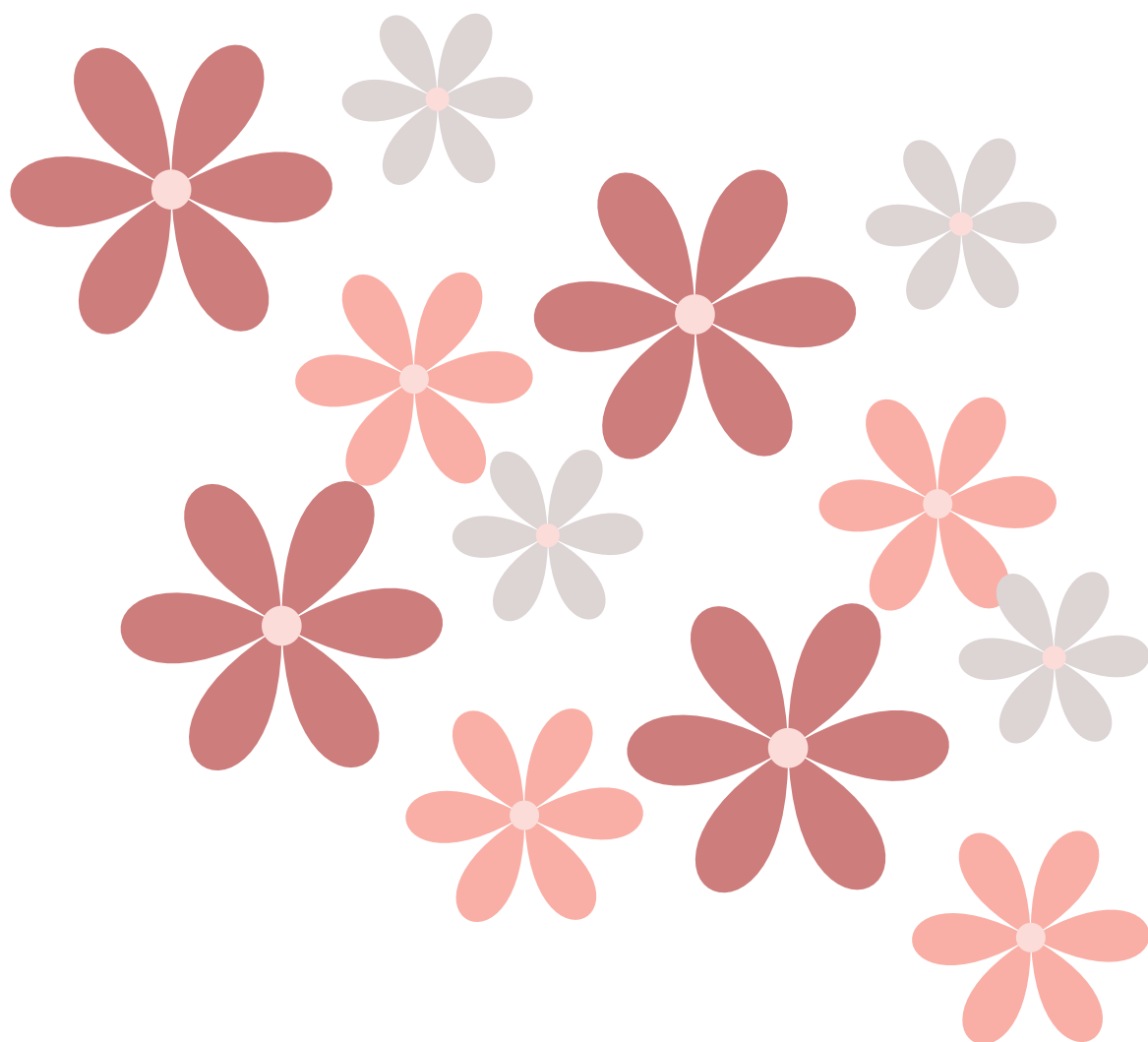


El rincón de espiritualidad

MAYO 2024



ENSEÑANZA Y PASTORAL EDUCATIVA
ARCHIDIÓCESIS DE VALENCIA

INTRODUCCIÓN	2
ORACIÓN	2
MEDITACIÓN	3
Palabras del Papa Francisco	9
Signos educativos	14

INTRODUCCIÓN

MARIA: EVANGELIO VIVO

Iniciamos el Mes de Mayo, un periodo en que la figura de María la Madre por excelencia toma especial protagonismo para toda persona. Pues en cada uno de nosotros hay un hueco de sensibilidad y ternura maternal que Dios ha querido regalarnos para ser portadores de las actitudes tan exquisitas que nos dejó en el evangelio vivido por la Madre de Jesús

No dejemos que los avatares del mundo impidan que afloren en nosotros las actitudes más hermosas que al igual que en María, Dios sembró en nuestro corazón.

M^{ra} Carmen Cervera

ORACIÓN



Oh María, oh dulcísima, oh dueña mía!
Vengo a entregarte lo poco que poseo yo,
pues sólo tuyo soy para que lo pongas en
oblación ante el Trono de nuestro Señor. Te
doy mi voluntad, para que no exista más y
sea siempre la Voluntad del Padre Celestial.

MEDITACIÓN

María, compendió del Evangelio

Admiramos en esta meditación a María, la mujer perfecta, la primera cristiana, el primer fruto de la redención de Cristo. En Ella el Padre Celestial plasmó su pensamiento de lo que Él quería del ser humano. Por eso, todos tenemos el orgullo y la satisfacción de contemplar en María lo mejor de la humanidad.

Admiramos en María, por los datos evangélicos de que disponemos, su pureza virginal, su humildad profunda, su sentido exquisito de la Voluntad de Dios, su fe y confianza plenas en Dios, su fortaleza ante el dolor, su caridad sin límites, su condición de mujer de oración, su espíritu de servicio silencioso, su sencillez de vida, su desapego de las cosas materiales, su amor entrañable por su Hijo, su ejemplo de mujer, de madre y de esposa, y otras muchas cosas.

En María se realiza de una forma perfecta el plan de Dios sobre el ser humano en esta vida. María es una criatura salida de las manos de Dios. A partir de ese momento se empieza a realizar la obra de la redención, encarnándose Cristo en su seno virginal. Son muchas cosas las que María nos puede enseñar para esta vida cristiana nuestra de todos los días. Sólo vamos a escoger algunas.

María, ejemplo de obediencia a Dios. Por el diálogo entre María y el Ángel se deduce que la propuesta de Dios a María chocaba frontalmente con los planes de María misma sobre su vida. He aquí la esclava del Señor; hágase en mí según tu Palabra".(Lc 1, 38)..

María, ejemplo de oración. Varias veces a lo largo de su vida, los Evangelistas nos dicen aquella expresión: "María conservaba cuidadosamente todas las cosas en su corazón" (Lc 2, 51). Era en la oración, en el silencio, en la reflexión en donde María crecía en paz, en armonía, en gozo por las cosas de Dios. Sin la oración también es difícil que nosotros entendamos la vida, el mundo, los acontecimientos.

María, ejemplo de sencillez de vida y de desapego de las cosas materiales. Impresiona, sobre todo con una mentalidad de hoy, el ver a María camino de la montaña para ayudar a su prima Isabel que estaba embarazada, el ver a María misma camino de Belén con Dios en su seno, o el contemplar su presencia siempre en segunda línea durante la vida de Cristo. Y era la Madre de Dios. (Qué lección

para la vanidad humana tan necesitada de reconocimientos, de títulos, de primeras filas! María jamás reclamó nada para sí. Cuando intervino fue para ayudar a otros, como en las bodas de Caná (Jn 2, 1-11).

María, ejemplo de mujer, madre y esposa. Es tan bello contemplar a María en estas facetas que tal vez tendríamos que dejar que la imaginación corriera por aquel hogar de Nazaret, en donde todo era paz, armonía, gozo, servicio. Y ¿María?, allí en el medio, siendo una mujer cabal, equilibrada, serena, digna; siendo una esposa ejemplar, atenta, bondadosa, servicial; siendo una madre entregada, cariñosa, exigente, comprensiva, amorosa. Un ejemplo muy moderno para la mujer de hoy que se debate entre tantas dudas y dificultades.

María también tenía ya su Corazón en el cielo. Es el ejemplo del ser humano que vive en este mundo, pero no se siente de este mundo, porque su verdadera patria está más allá, junto a Dios.

María era una mujer llena de gracia. Así se lo dijo el Ángel al saludarla: "Alégrate, llena de gracia, el Señor está contigo" (Lc 1,28). Para Ella, desde su infancia la amistad con Dios constituía lo más bello, lo más deseado, lo más defendido, lo más soñado que le

podía acontecer. Dios era todo para Ella. Esta es la realidad del salvado. Dios lo será todo para nosotros, cuando lo veamos cara a cara.

María era una mujer alegre. La alegría es la virtud de los resucitados, de los que tienen a Dios, de los que han puesto su corazón en el cielo. Vemos esta alegría en María Magdalena cuando descubre al Resucitado, en los discípulos de Emaús cuando reconocen a Cristo en la fracción del pan, en los apóstoles cuando Cristo resucitado se les presenta en el Cenáculo. La alegría no puede abandonar nunca a quien cree en Dios. Y éste debería ser el rostro de nosotros los cristianos que ya vivimos de alguna forma nuestra fe en la resurrección. Por el contrario, la tristeza, como vivencia habitual y permanente, no entra nunca, pase lo que pase, en la vida de quien cree en Cristo.

María era una mujer con el corazón en el cielo. María veía todo a través del cielo. ¿Qué importancia tenían el sufrimiento, las carencias, las luchas, los sacrificios, los esfuerzos, las renunciaciones, los momentos difíciles, cuando todo eso se ve desde el cielo? Ninguna. Todo es parte de ese camino hacia el cielo, ese camino estrecho que tanto asusta al ser humano, que conduce a Dios. Ella ha sido nuestra precursora

en este camino, dándonos ejemplo. Sigamos a María en esta vida que sin duda es para todos. Aun valle de lágrimas, pero tengamos siempre el corazón arriba, junto a Dios, con espíritu de resucitados.

El amor tierno y filial a María. María debe convertirse en la vida de un cristiano en objeto de ternura, de cariño, de afecto.. No puede pasar un día en nuestra vida que no nos dirijamos a Ella con la sencillez de un niño a contarle a nuestra Madre del Cielo nuestros problemas, nuestras alegrías, nuestras luchas, nuestros planes.

Pero la devoción a María no debe quedarse sólo en un afecto y amor, porque entonces se empobrecería. Su mayor deseo es que amemos a su Hijo, que seamos como Él, que vivamos su Evangelio. (Qué María sea nuestra guía en este camino

Y no olvidemos esas formas de oración particular centradas en María como pueden ser el Santo Rosario. Una devoción que hay que llegar a gustar y gozar, metiendo el corazón en cada Avemaría, en cada invocación, en cada recuerdo de María. En casa en familia, ante el Santísimo, en los viajes, el rosario debe ser nuestro acompañante.

P Juan J. Ferrán y M^a Carmen Cervera

MAGISTERIO DE LA IGLESIA

REDEMPTORIS MATER (Juan Pablo II 25 de Marzo 1987)

El plan divino de la salvación, que nos ha sido revelado plenamente con la venida de Cristo, es eterno. Está también según la enseñanza contenida en aquella Carta y en otras Cartas paulina eternamente unido a Cristo. (n.7)

Las tradiciones coptas y etiópicas han sido introducidas en esta contemplación del misterio de María por san Cirilo de Alejandría y, a su vez, la han celebrado con abundante producción poética.

El genio poético de san Efrén el Sirio, llamado « la cítara del Espíritu Santo », ha cantado incansablemente a María, dejando una impronta todavía presente en toda la tradición de la Iglesia siríaca.

En su panegírico sobre la Theotókos, san Gregorio de Narek, una de las glorias más brillantes de Armenia, con fuerte inspiración poética, profundiza en los diversos aspectos del misterio de la Encarnación, y cada uno de los mismos es para él ocasión de cantar y exaltar la dignidad extraordinaria y la magnífica belleza de la Virgen María, Madre del Verbo encarnado (n. 31)

La maternidad de María, impregnada profundamente por la actitud esponsal de « esclava del

Señor », constituye la dimensión primera y fundamental de aquella mediación que la Iglesia confiesa y proclama respecto a ella (n.39)

Ante esta ejemplaridad, la Iglesia se encuentra con María e intenta asemejarse a ella: « Imitando a la Madre de su Señor, por la virtud del Espíritu Santo conserva virginalmente la fe íntegra, la sólida esperanza, la sincera caridad » (n.44)

Esta es la invocación dirigida a María, « santa Madre del Redentor », es la invocación dirigida a Cristo, que por medio de María ha entrado en la historia de la humanidad. » (n.52)

C I C

"Alégrate, llena de gracia"

María, la Santísima Madre de Dios, la siempre Virgen, es la obra maestra de la Misión del Hijo y del Espíritu Santo en la Plenitud de los tiempos. Por primera vez en el designio de Salvación y porque su Espíritu la ha preparado, el Padre encuentra la Morada en donde su Hijo y su Espíritu pueden habitar entre los hombres. **(CIC 721)**

En María el Espíritu Santo realiza el designio benevolente del Padre. La Virgen concibe y da a luz al Hijo de Dios por obra del Espíritu Santo. Su virginidad se convierte en fecundidad única por medio del poder del Espíritu y de la fe. **(CIC 723)**

Después de haber hablado de la función de la Virgen María en el Misterio de Cristo y del Espíritu, conviene considerar ahora su lugar en el Misterio de la Iglesia. "Se la reconoce y se la venera como verdadera Madre de Dios y del Redentor... más aún, 'es verdaderamente la madre de los miembros (de Cristo) porque colaboró con su amor a que nacieran en la Iglesia los creyentes, miembros de aquella cabeza'" "...María, Madre de Cristo, Madre de la Iglesia". **(CIC 963)**

La función de María con relación a la Iglesia es inseparable de su unión con Cristo, deriva directamente de ella. "Esta unión de la Madre con el Hijo en la obra de la salvación se manifiesta desde el momento de la concepción virginal de Cristo hasta su muerte". **(CIC 964)**

Después de la Ascensión de su Hijo, María "estuvo presente en los comienzos de la Iglesia con sus oraciones". Reunida con los apóstoles y algunas mujeres, "María pedía con sus oraciones el don del Espíritu, que en la Anunciación la había cubierto con su sombra.... también en su Asunción..." **(CIC 965)**

Por su total adhesión a la voluntad del Padre, a la obra redentora de su Hijo, a toda moción del Espíritu Santo, la Virgen María es para la Iglesia el modelo de la fe y de la

caridad. Por eso es "miembro muy eminente y del todo singular de la Iglesia", incluso constituye "la figura" ("typus") de la Iglesia. **(CIC 967)**

"Colaboró de manera totalmente singular a la obra del Salvador por su fe, esperanza y ardiente amor, para restablecer la vida sobrenatural de los hombres. Por esta razón es nuestra Madre en el orden de la gracia" **(CIC 968)**

"Esta maternidad de María perdura sin cesar en la economía de la gracia, desde el consentimiento que dio fielmente en la Anunciación, y que mantuvo sin vacilar al pie de la cruz, hasta la realización plena y definitiva de todos los escogidos". **(CIC 969)**

"Se venera a la Santísima Virgen con el título de 'Madre de Dios', bajo cuya protección se acogen los fieles suplicantes en todos sus peligros y necesidades... Este culto... aunque del todo singular, es esencialmente diferente del culto de adoración que se da al Verbo encarnado." **(CIC 971)**

LOS PADRES DE LA IGLESIA

"Así como todas las madres, en cuyo seno se engendra nuestro cuerpo, pero no el alma racional, se llaman y son verdaderamente madres, así también María por la unidad de persona de su Hijo, es verdaderamente Madre de Dios"»

Pío XI (siglo XX), **Carta encíclica Lux veritatis, 25-XII-1931. n. 11.**

¡Verdaderamente el Señor es contigo, puesto que ha hecho que toda criatura te debiera tanto como le debe a Él!»

San Anselmo (siglo XI), Discurso 52

Pero si aquel Adán fue tomado de la tierra y plasmado por el Verbo divino, era necesario que el mismo Verbo, para recapitular en sí mismo a Adán, mantuviese la semejanza de una generación idéntica».

San Ireneo de Lyon (siglo III), Contra las herejías, III, 21, 9-10

La virtud del Altísimo cubrió con su sombra e hizo Madre a la Virgen que no conocía varón: aquel seno, hecho fecundo desde lo alto, se convirtió en campo ubérrimo para todos los que quieren alcanzar la salvación.

Himno Akatistos, 1-4 (Anónimo de la liturgia bizantina. Siglo V)

Podemos decir bien alto a la Virgen Santa, como la mejor alabanza, esas palabras que expresan su más alta dignidad:

Madre de Dios».

**San Josemaría Escrivá (siglo XX),
Amigos de Dios, n. 274**

«Tu diste a luz al Principio que no tiene principio, un niño anterior a todas las edades, el Hijo de la Virgen, el Eterno que se nutre en tu seno; a Aquel que es mas antiguo que su Madre...»

P. Felix López, SHM

“¡Bella puerta, María, que siempre se mantuvo cerrada y no se abrió! Pasó Cristo a través de Ella, pero no la abrió”. **S. Ambrosio de Milán**

«Virgen al concebir, virgen al dar a luz, virgen con el niño, virgen y madre, virgen para siempre. ¿Por qué te admiras de esto, oh hombre? Dios tenía que nacer de esta manera cuando se dignó hacerse hombre» **(Serm. 186, 1). San Agustín**

CONCILIO VATICANO II

El CV II presenta en su magisterio a la Madre de Dios en el misterio de Cristo y de la Iglesia. En efecto, si es verdad que « el misterio del hombre sólo se esclarece en el misterio del Verbo encarnado »

El misterio de la Encarnación le ha permitido penetrar y esclarecer cada vez mejor el misterio de la Madre del Verbo encarnado.

En este profundizar tuvo particular importancia el Concilio de Éfeso (a. 431) durante el cual, con gran gozo de los cristianos, la verdad sobre la maternidad divina de María fue confirmada solemnemente como verdad de fe de la Iglesia. María es la Madre de Dios (Theotókos), ya que por obra del Espíritu Santo concibió en su seno virginal y dio al mundo a Jesucristo, el Hijo de Dios consubstancial al Padre.(Redentoris Mater n.4)

La verdad de la Asunción, definida por Pío XII, ha sido reafirmada por el Concilio Vaticano II. (n.41)

El Concilio Vaticano II, siguiendo la Tradición, ha dado nueva luz sobre el papel de la Madre de Cristo en la vida de la Iglesia. « La Bienaventurada Virgen, por el don ... de la maternidad divina, con la que está unida al Hijo Redentor, y por sus singulares gracias y dones, está unida también íntimamente a la Iglesia. La Madre de Dios es tipo de la Iglesia, a saber: en el orden de la fe, de la caridad y de la perfecta unión con Cristo » (n.42)



Palabras del Papa Francisco en su Pontificado

"Una paz negociada es mejor que una guerra sin fin" - 26 Abril 2024

En una entrevista concedida a la CBS, Francisco pide que cesen las guerras en Ucrania, Gaza y en todo el mundo.

"Es mejor una paz negociada que una guerra sin fin"

"Rezo mucho" por el alto el fuego en Gaza, situación "es muy dura, muy dura", dijo, entre otras cosas porque la gente tiene que luchar por la comida.

Los niños de la invasión rusa en Ucrania, "Esos niños no saben sonreír. Yo les digo algo, pero han olvidado cómo sonreír. Y cuando un niño se olvida de sonreír, es muy grave".

Los pequeños "siempre llevan un mensaje": nos dan "la manera" de tener un corazón más joven". A una pregunta sobre su salud, respondió con una sonrisa: "Está bien".

"Yo diría que siempre hay un sitio. Si en una parroquia el párroco no parece acogedor, lo comprendo, pero vayan y busquen en otra parte, siempre hay un lugar, siempre. No huyan de la Iglesia. La Iglesia es muy grande. Es más que un templo... no deben escapar de ella".

Hagan crecer la cultura del abrazo 25 Abril 2024

Les agradezco "este abrazo tan intenso y hermoso, que desde aquí quiere extenderse a toda la humanidad, especialmente a los que sufren". Y añadió una petición recurrente en su Pontificado: "No debemos olvidar nunca a las personas que sufren".

El abrazo, "una de las expresiones más espontáneas de la experiencia humana". "la vida del hombre se abre con un abrazo, el de sus padres, que es el primer gesto de acogida, al que siguen muchos otros, que dan sentido y valor a los días y a los años, hasta el último, el de dejar el camino terrenal.

"¿Qué sería de nuestra vida y cómo podría realizarse la misión de la Iglesia sin estos abrazos?". Por dicho motivo, propuso tres tipos de abrazo: el abrazo no dado, el abrazo que salva y el abrazo que cambia la vida.

Cuando el abrazo se transforma en un puño, es muy peligroso

El entusiasmo "de manera tan festiva no siempre es bien acogido en nuestro mundo: a veces se encuentra con cerrazones y resistencias, de modo que los brazos se vuelven rígidos y las manos se aprietan amenazadoramente, convirtiéndose ya no en vehículos de fraternidad, sino de rechazo, de oposición, incluso violenta, tantas veces, incluso de desconfianza hacia los demás, cercanos y lejanos, hasta llegar al conflicto".

"En el origen de las guerras hay a menudo abrazos no dados o rechazados, a los que siguen prejuicios, incomprendiones y sospechas, hasta el punto de ver en el otro a un enemigo. Y todo esto, por desgracia, está ante nuestros ojos estos días"

Dejémonos abrazar por el Padre como niños

En el segundo tipo de abrazo ("que salva") "en el centro de nuestra existencia está el abrazo misericordioso del Dios que salva, y cuyo descubrimiento alcanza su culmen en la Eucaristía y en la Cruz, cuando Cristo ofrece su vida por la salvación del mundo, por el bien de quien lo acoge con corazón sincero, perdonando incluso a quienes lo crucificaron (cf. Lc 23, 34)".

Se nos muestra para que también nosotros aprendamos a hacer lo mismo. Asimismo, dejémonos abrazar por el Padre como niños.

"Cada uno de nosotros tiene algo de niño en su corazón que necesita un abrazo. Dejémonos abrazar por el Señor. Así, en el abrazo del Señor aprendemos a abrazar a los demás."

El abrazo, signo distintivo del verdadero discípulo de Cristo

"Son muchos los santos en cuya existencia un abrazo marcó un giro decisivo, como san Francisco, que lo dejó todo para seguir al Señor después de haber abrazado a un leproso, como él mismo recuerda en su testamento".

"Serán tanto más presencia de Cristo cuanto más sepan sostener y apoyar con brazos misericordiosos y compasivos a cada hermano necesitado" y podrán dar signos concretos de cambio según el Evangelio a nivel social, cultural, político y económico en los contextos en los que actúa.

Fe, esperanza y caridad, el antídoto cristiano contra la autosuficiencia **24 de Abril 2024**

Las tres virtudes teologales, "las actitudes fundamentales" que caracterizan la vida de los discípulos de Jesús. "El cristiano nunca está solo", es necesario "despojarse de esa presencia a veces demasiado voluminosa que es nuestro ego".

Fe, esperanza y caridad, que "caracterizan la vida de los cristianos" "prenda de la presencia y de la acción del Espíritu Santo" en ellos. El discípulo de Jesús, por tanto, no es un héroe y "nunca está solo".

Las virtudes cardinales, fundamento de una vida buena

Las virtudes cardinales, ya patrimonio del pensamiento antiguo, son las piedras angulares de la vida moral, es decir, de "una vida buena". Ya antes de Cristo, existían valores como la honestidad, la sabiduría, la valentía, la moderación. "Este patrimonio de la humanidad no ha sido sustituido por el cristianismo, sino focalizado, valorizado, purificado e integrado".

Hay, pues, en el corazón de cada hombre y de cada mujer la capacidad de buscar el bien. El Espíritu Santo se dona para que quien lo recibe pueda distinguir claramente el bien del mal, tenga la fuerza de adherirse al bien rehusando el mal y, al hacerlo, alcance la plena realización de sí mismo.

Las virtudes teologales, don del Espíritu

El cristiano, por tanto, posee una marcha más, "una asistencia especial del Espíritu de Jesucristo", afirmó el Papa, a través del don de las tres virtudes: fe, esperanza y caridad, llamadas teologales "en cuanto que se reciben y se viven en relación con Dios". Y citó la definición que de ellas da el Catecismo de la Iglesia Católica:

«Las virtudes teologales fundan, animan y caracterizan el obrar moral del cristiano. Informan y vivifican todas las virtudes morales. Son infundidas por Dios en el alma de los fieles para hacerlos capaces de obrar como hijos suyos y merecer la vida eterna. Son la garantía de la presencia y la acción del Espíritu Santo en las facultades del ser humano» (n. 1813).

No héroes, sino discípulos

La presencia del Espíritu introduce una diferencia radical,: mientras que la observancia de las virtudes cardinales podría generar personas heroicas en su esfuerzo por hacer el bien, "el cristiano nunca está solo". "Hacen el bien -dice el Papa- no por un esfuerzo titánico de compromiso personal, sino porque, como humilde discípulo, camina detrás del Maestro Jesús".

El cristiano tiene las virtudes teologales que son el gran antídoto contra la autosuficiencia. ¡Cuántas veces ciertos hombres y mujeres moralmente irreprochables corren el riesgo de volverse engreídos y arrogantes a los ojos de quienes los conocen! (...) La soberbia es un veneno poderoso: basta una gota para echar a perder toda una vida marcada por la bondad.

Una ayuda para superar los momentos difíciles

El bien, tiene características precisas, "no es sólo un fin, sino también un modo".

Si hemos perdido la confianza, Dios nos reabre a la fe; si estamos desalentados, Dios despierta en nosotros la esperanza; si nuestro corazón está endurecido, Dios lo ablanda con su amor.

Acojamos a María cuando llama a nuestra puerta - 24 de Abril 2024

"Estén atentos cuando la Virgen llama a la puerta", la de la Virgen. Se puede decir "adelante" o también "hoy no puedo".

La Virgen entra en las parroquias, en las casas, en las familias, pero "es muy educada, la Virgen, no irrumpe, no; pum-pum, llama a la puerta. Cada uno de ustedes debe responder". Y es posible decirle: "¡Adelante, adelante, adelante!" o: "Pero, hoy no puedo, vuelve mañana", y repetir lo mismo al día siguiente.

Es necesario prestar atención, y cuando ella llame "abrir la puerta a la Virgen", y decir: "Adelante, Madre: Tú sabes mejor que yo las cosas que he hecho, los problemas que tengo...".

Ánimo, Dios lo perdona todo

Piensen todos ustedes: "Hoy la Virgen está con nosotros. Está llamando a muchas puertas, incluso a la puerta de mi corazón. ¿Cómo respondo?". Ánimo: Dios lo perdona todo. Adelante y ánimo.

La templanza da madurez y equilibrio 17 de Abril 2024

"Con la templanza se concluyó la reflexión sobre las cuatro virtudes cardinales y la práctica de la virtud tiene como meta la felicidad".

"No es verdad que la templanza vuelva a uno gris y sin alegría", dijo el Pontífice al describir la templanza y quién es la persona que la posee, inspirándose de nuevo en el pensamiento de los antiguos y refiriéndose al Catecismo de la Iglesia Católica.

"No sigas tu instinto y tu fuerza complaciendo las pasiones de tu corazón. (...) Una mala pasión arruina a quien la posee y lo convierte en objeto de burla para sus enemigos"

Capacidad de autodomínio y justa medida

Para los filósofos griegos, la templanza significa "poder sobre uno mismo".

"La templanza, es la virtud de la justa medida. En cualquier situación, uno se comporta con prudencia, porque las personas que actúan siempre movidas por el ímpetu o la exuberancia son, en última instancia, poco fiables. En un mundo en el que tanta gente presume de decir lo que piensa, la persona templada prefiere, en cambio, pensar lo que dice"

La importancia de frenar los impulsos y las palabras

Ante los placeres de la vida, la templanza nos enseña a actuar con juicio. "El libre curso de las pulsiones y la licencia total concedida a los placeres acaban volviéndose contra nosotros mismos, sumiéndonos en un estado de aburrimiento", Sabiendo cuánto cuentan en las relaciones humanas, la persona que posee la templanza también sopesa bien sus palabras.

"No permite que un momento de rabia arruine relaciones y amistades que luego sólo pueden reconstruirse con dificultad. Especialmente en la vida familiar, donde las inhibiciones son menores, todos corremos el riesgo de no mantener bajo control las tensiones, irritaciones y enojos. Hay un tiempo para hablar y otro para callar, pero ambos requieren la justa medida"

Reprender, si es necesario, pero con comprensión y empatía

Quien tiene templanza sabe que no hay nada más incómodo que corregir a otro, pero también sabe que es necesario: de lo contrario, se ofrecería campo abierto al mal. En ciertos casos, el que tiene templanza consigue mantener unidos los extremos: afirma principios absolutos, reivindica valores innegociables, pero también sabe comprender a las personas y muestra empatía por ellas.

SIGNOS EDUCATIVOS

Ejemplos de buenos modales

Decir “por favor” y Ayudar a las personas mayores.

Saludar a los demás cuando se llega a un lugar y Ser puntual.

Taparse la boca cuando se va a estornudar. Ofrecer disculpas cuando se ha cometido un error.

Sentarse de forma correcta. Tocar la puerta antes de entrar a un lugar.

No decir grosería y lavarse las manos antes de comer.

No hablar con la boca llena y utilizar adecuadamente los cubiertos.

Escuchar atentamente cuando otra persona habla y responder mensajes o llamadas

Llamar a los demás por su nombre y abrir la puerta a otras personas.

Escuchar música a un volumen moderado para no incomodar a los vecinos.

Masticar con la boca cerrada y no burlarse de los demás.

Mirar a los ojos cuando se habla con alguien y despedirse antes de abandonar un lugar.

Decir cumplidos a otros y no hablar mal de otras personas.

Tener las piernas y los brazos juntos en el transporte público para no invadir el espacio de quien está al lado.

No hablar de temas como política o religión en reuniones con personas desconocidas.

Vestirse apropiadamente en eventos formales y comer una cantidad moderada de comida en una cena.

Dar el pésame ante la muerte de otra persona y felicitar a alguien que ha sido padre.

No preguntar cuánto dinero gana alguien. Ofrecerse a pagar la cuenta en una cafetería.

Ofrecer una bebida a quien viene a hacer una visita.

Llevar un regalo cuando se es invitado a otra casa. Elogiar la vestimenta de los demás.

Ser una persona optimista. Mantener limpia la casa



ENSEÑANZA Y PASTORAL EDUCATIVA
ARCHIDIOCESIS DE VALENCIA