



TI
FUNDACIÓN
CREO EN TI

Revista

pelaos

Conociendo
las Leyes

Trinchera
Social
Embarazo Precoz

Junto al
Maestro
San Vicente de Paúl

SALUD
Lavado de Manos

**Fortaleciendo Nuestras
Familias** - Noviazgo Sano

DEPORTES
Cosechando Éxitos

**Templando
el Acero**
Bullying

**Guardianes
de la Naturaleza**
Sendero Ecológico

Órgano oficial de la Fundación Creo En Ti

Año 1 | Edición 01
Septiembre - Diciembre 2015

Fundación Creo En Ti 

@fundacreonti 

www.fundacreonti.com

INDICE

Editorial	2
Noviazgo Sano	3
¿Por qué el Matrimonio?	4
Bullying	5
Cuéntale a Tía Mary	6
Leidy Entrevista Henry	7
Toma tu Cinco	8
Equipos Exitosos	9
Pensando en Ti	10
Sendero Ecológico	11
Retrato en Blanco y Negro	12
San Vicente de Paúl	13
Embarazo Precoz	14
¿En Serio?	15
El Rincón de la Poesía	16
¡Hay Esperanza!	17
La Ley del Menor Esfuerzo	18
Lavado de Manos	19
Tacones Altos Tatuajes	20
Deportes	21

CONSEJO EDITORIAL

Director y editor:

R. P. Francisco Javier Bárcenas.

Información y fotografía :

Lic. Roger Miranda.

Editores:

Lic. Sandy Lou.

Lic. Eyda de Valdés.

Dr. Roberto Valdés Mata.

Lic. Ernesto Lou.

Diseño y diagramación:

Lic. Carmen S. Ledezma.



EDITORIAL

No hay día en que los seres humanos no seamos sorprendidos por la diversidad de noticias que nos invaden desde los medios de comunicación social: conflictos bélicos, violencia intrafamiliar, corrupción en todos los estratos sociales, homicidios, narcotráfico. Lamentablemente, este es el mundo que nos toca vivir y lo más lamentable sería que nos cruzáramos de brazos y vivir como espectadores ante esta problemática social que nos atañe a todos.

Nosotros como parte de la Fundación Creo En Ti, tenemos una clara convicción de comunicar desde nuestra Obra una buena noticia, un llamado al cambio y a la vida, un invitarnos a asumir el reto de renovar nuestras mentes y nuestros corazones; esta es la razón primera por la que desde este medio informativo y formativo nos queremos hacer presente en sus ambientes escolares; que nos permitan entrar en sus hogares; que podamos hacer más amigos de sus amigos, a quienes ustedes le presentarán esta revista y a sentirnos todos invitados a trabajar por un Mundo Nuevo donde reine la justicia la paz y la fraternidad. Un mundo en el que todos, trabajemos por la globalización del amor.

R.P. Francisco Javier Bárcenas cm
Director de la Fundación Creo En Ti

Para colaboración a la revista puedes escribirnos a: revistapelaos@gmail.com e indicarnos en qué sección te gustaría participar: Testimonios, ¿En Serio?, Poemas, Cuéntale a Tía Mary, Opiniones, etc.

Un Noviazgo Sano



Esteban y Erika Lam Mattez
Encuentro Católico para Novios de Panamá
www.ecnp Panama.com
@ecnp Panama

Es completamente normal que como seres humanos estemos buscando constantemente sentirnos amados, aceptados y poder compartir nuestros sueños y anhelos con alguien especial.

Esto lo vivimos de manera única y maravillosa en el noviazgo y es en la adolescencia donde experimentamos las primeras relaciones amorosas, que llevadas de manera adecuada, nos ayudarán a desarrollar habilidades emocionales para el futuro. Es una etapa que se vive intensamente, pero no hay que olvidar que es un momento pasajero, aunque algunas decisiones que tomemos en esta etapa, tendrán impacto y repercusiones por el resto de nuestras vidas.

En nuestro trabajo pastoral y de acompañamiento hemos conocido muchos jóvenes y matrimonios, quienes a través de sus experiencias nos han enriquecido grandemente. Fruto de este compartir, queremos presentarles algunos consejos para llevar un noviazgo sano que sea de crecimiento para ambos como personas y como pareja:

1. RECONOCER EL VALOR QUE HAY EN TI Y EN LA OTRA PERSONA.

Eres único, irrepetible, dotado de dones y habilidades que te hacen una persona importante. Más allá de las realidades que vives, posees un gran valor y un potencial que apenas comienza a florecer y que seguirá creciendo con el paso del tiempo. El que reconozcas esto en ti y en la otra persona, les llevará a cuidar sus sentimientos y a tratarse con respeto.

2. BASAR SU RELACIÓN EN LA AMISTAD.

El noviazgo surge de la atracción física, pero principalmente del compartir cotidiano con la otra persona. En una relación el ser primero amigos y luego novios, les ayudará a conocerse aún más y a valorarse como una persona total y no solamente en el aspecto físico.

Amar es considerar de manera completa a la otra persona, apreciarla, cuidarla, estar pendiente de ella, alegrarse en sus alegrías y compartir sus tristezas para disminuirlas. Al que ama le gusta ayudar al otro y recibir ayuda de esa persona. Amar es conocer de una manera realista a la otra

persona sin idealizarla, aceptándola como es y procurando ayudarla a mejorar. Pero también amar es darse a conocer, abrir la propia interioridad y compartirla con sinceridad.

3. ESTABLECER LÍMITES.

Cuando somos jóvenes vivimos intensamente y estamos en búsqueda de nuevas experiencias; el saber hasta dónde podemos y debemos llegar en una relación de noviazgo, nos mantendrá alertas cuando tratemos de cruzar esos límites para los cuales no estamos preparados, como puede ser una relación íntima que además de abrir la posibilidad a un embarazo, tiene un impacto emocional y psicológico en ambos. Ya no serán los mismos.

Es importante que no confundas una atracción inicial con el amor de tu vida. Por eso debes ser prudente frente a tus impulsos y tus sentimientos para poder ofrecer tu sexualidad cuando puedas de verdad entregarla a alguien que compartirá contigo su vida. No decidas salir con alguien solamente porque te atrae. Intenta conocer un poco más a esa persona. Ten paciencia. Si él o ella son el amor de tu vida lo seguirán siendo aunque pase el tiempo.

4. NO IMITAR MOD ELOS COMERCIALES.

En la sociedad actual se muestran estereotipos de relaciones amorosas dañinas, conflictivas y hasta trágicas. El noviazgo en el momento que vives es una época para conocerse, compartir, formarse y crecer juntos. Prepararse emocional y académicamente para cumplir sus metas. Disfrutar al máximo y sanamente cada momento con la mirada puesta en el futuro que les espera.

5. PONER DE MANIFIESTO SUS VALORES, ESPECIALMENTE LA FE.

En una relación de noviazgo no debemos dejar de lado nuestras creencias, valores familiares y sobre todo nuestra fe. Escucha esa voz interior que nos habla, cuando sabemos que algo está mal, que guía nuestros pasos cada día, la voz de Dios. Nunca debes olvidar que Él te ama y quiere lo mejor para ti. Escucha esa voz, todo lo demás, está de más!



¿Por Qué el Matrimonio?

Por: Dr. Carlos e Hildegard Vásquez
Foto: cortesía Ana K. Ledezma

Hoy vamos a conversar un poco acerca del matrimonio como tal, ya que se habla tanto del mismo que se tergiversa su significado. Se escucha por allí que se "casan en matrimonio" dos personas del mismo sexo, esto produce indignación como cuando te pagan con un billete falso.

Nos referiremos al matrimonio tal como lo define el diccionario de la lengua española: "Unión de hombre y mujer, concertada de por vida mediante determinado rito o formalidad legal".

Desgraciadamente en el matrimonio en boga hoy, priva más lo sentimental que la alianza de amor. Este tipo de matrimonio preocupa, por la prevalencia de los sentimientos que como parte de la afectividad humana, son volubles por naturaleza. Por lo que pronto esta relación fracasa, una vez que ha desaparecido el sentimiento que los unió.

Esta forma de casarse que predomina entre los famosos, artistas, etc., más que un matrimonio, es una unión de compañeros sentimentales. Donde tan pronto desaparece el sentimiento, se descubre la persona real; la que el sentimiento opacaba. Percibe que es un simple objeto sexual y no hay amor, respeto

ni responsabilidad. Entonces se separan, con la excusa de que ya no siento nada por ti. Me siento desilusionado de ti. Lo nuestro "se acabó". Ubican al amor como un sentimiento, y el amor es mucho más que eso: involucra el perdón, renuncia y entrega.

El sacramento del matrimonio, además de ser una alianza de amor, basada en la diversa estructura sexual del ser humano necesita del amor, que es la fuerza que une y da sentido a sus vidas. Es una relación de dar y recibir, de donación y aceptación, entre personas complementarias: mujer y varón.

Este amor donación es muy diferente del "amor posesivo, y egoísta", que quiere al otro exclusivamente por la satisfacción que proporciona. Como el ser humano necesita ser querido por lo que es, se resiste a ser solo un objeto de placer. Este amor posesivo no dura. No es genuino y termina siempre en conflictos y en rupturas.

El darse al otro y aceptarlo como marido o mujer, es lo que crea pertenencia, donde lo dado pasa a ser parte del otro. Por lo tanto son marido y mujer, y su unión es un sacramento.



Fotógrafa: Argemary Bernal



Bullying

Lic. Eyda de Valdes
Profesora de Español



El Bullying, (anglicismo proveniente de la palabra **Bull = Toro** y la terminación del gerundio **Ing = Haciendo**. Se traduce como acoso, agresión, intimidación).

Esta palabra hace referencia al maltrato psicológico y físico que se ha entronizado en las diferentes esferas sociales de nuestra época como un grave problema, que aunque existe desde hace tiempo, en la actualidad ha adquirido proporciones gigantescas y cada vez más peligrosas, convirtiéndose en una de las mayores amenazas que enfrenta la comunidad educativa de numerosos planteles de nuestra República.

Las víctimas, niños, adolescentes y jóvenes son generalmente los más débiles y vulnerables del grupo: tímidos, con algún defecto físico, con problemas emocionales, psicológicos, familiares o de adaptación, que gracias a su agresor o agresores se convierten en la víctima callada, sometida o sumisa, que no se defiende por temor, pero que va acumulando en su interior sentimientos negativos, que cual volcán en erupción, pueden estallar en un momento dado, en una crisis emocional o en una respuesta defensiva, violenta e inesperada.

Como educadora pude prevenir muchas veces el posible acoso, conversando con los "potenciales agresores" y víctimas, llamando a sus respectivos padres, dándoles seguimiento mediante la ayuda psicológica y espiritual, organizando actividades en el aula, tendientes a mejorar las relaciones humanas y debates sobre valores y temas encaminados a respetar la dignidad de cada uno.

Los sobrenombres, anónimos, burlas, ataques en las redes sociales, calumnias, acoso en áreas sin vigilancia, agresión individual o en grupos y un sinnúmero de prácticas violentas, constituyen hoy parte de esa problemática, que bajo el nombre de Bullying, amenaza la sana convivencia, marcando al afectado para toda la vida.

¡Cuántas veces agobiados por la pena, el sufrimiento, la rabia contenida y la impotencia, pude alcanzar los

sentimientos de quienes eran objeto de la burla y el ataque de los agresores!

Una vez pude presenciar como un niño de escasos ocho años, Ernesto era su nombre, era burlado con sobrenombres ofensivos por un joven de XIIº grado, y pude evitar que Ernesto, lleno de rabia, le tirara una piedra al agresor.

Fui testigo del sufrimiento de una joven adolescente, pequeña, poco desarrollada y acomplejada, - Rosa - que sufría las burlas del grupo de los "más vivos".

También recuerdo como la tartamudez de una joven se convirtió en motivos de burlas de los "más vivos" del grupo, haciéndole la vida imposible... y así como estos, muchos ejemplos más.

A la inversa del agredido (personalidad débil y tímida), es el agresor quien ante el grupo, se muestra como alguien carismático, queriendo ganar liderazgo, pero en el fondo esconde serios problemas de personalidad, descargando en el más débil, su frustración y malquerencia, autoritarismo y complejos.

Recuerdo a un joven con estos rasgos; muy inteligente pero con la mente retorcida, que rechazaba la autoridad, atentando incluso contra sus profesores, entre ellos esta servidora.

Con gran dolor hemos visto a través de los medios, los extremos violentos a los que el "Bullying" ha llegado en algunos colegios, a través de la agresión con armas, ocasionando heridas graves a la víctima y en el peor de los casos, segando la vida, no solo de estudiantes, sino también de profesores.

Por esta razón, queridos muchach@s, tenemos que combatir este terrible flagelo, dando lo mejor de cada uno, tratando a los demás como quisieran que los trataran a ustedes, y de esta manera serán unos "Pelao's bien cool", "d'á lante", como ustedes dicen.



Cuéntale a Tía Mary

Hola! Sé que tienes un problema, pero aunque no lo creas sí tiene solución! Soy Tía Mary, tu amiga, tu oído y consejera, por favor, cuéntame todo, que juntos con la ayuda de Dios, resolveremos todas esas cosas que te quitan la paz. ¡Escríbeme!

Hola Tía, mi nombre es Pedro tengo 17 años de edad, estoy en sexto año, se supone que este año debo graduarme de secundaria, pero temo que no lo vaya a hacer, pues tengo cinco materias en las que estoy fracasando. En lo que va del año escolar, me la he pasado relajando y haciéndome el "cool"; todos dicen que soy el papi; aunque debo decir que mis profesores me miran mal y siempre me están regañando. Pero lo que nadie sabe es que en verdad estoy muy preocupado y triste, pues a mí sí me gustaría graduarme con mis compañeros; creo que ya es muy tarde para salvar el año, no sé qué hacer? Además estoy seguro de que mi papá me va a matar si no me gradúo, y se pondrá furioso con mi mamá también, dirá que ella me consiente demasiado.

Soy Diana y tengo un problema muy grande! Vine del interior a vivir con mi madrina para poder estudiar en una mejor escuela. Mi madrina es muy buena conmigo, ella no tiene hijos, siempre me dice que está feliz de que yo viva con ella, pues soy como su hijo! Yo también la quiero mucho, y estaría también muy feliz de vivir en su casa, si no fuera por el esposo de mi madrina. Al principio, él era muy callado y respetuoso, pero al poco tiempo empezó a mirarme fijamente y a tirarme besos, cuando mi madrina no veía. Últimamente, ha sido muy atrevido, me dice que yo estoy bonita y joven, que mi madrina está haciendo una chancleta, que él pueda darme muchas cosas bonitas si le doy un beso. Cada día él se pone más intenso y yo más nerviosa, no quiero que mi madrina se dé cuenta, pues no quiero herirle, y no quiero decirle a mi mamá porque no quiero cambiarme de escuela, pero ya no sé cómo manejar la situación, pues cuando le digo al señor que me respete o que se lo voy a decir a mi madrina, él se ríe y me dice que sabe que yo no le voy a decir nada y que si le digo, ella no me creerá, ya que él le dirá que soy yo la que le que le coquetee.

Tía, dime qué puedo hacer?

Pedrito, que bueno que has despertado! Con esto ya diste el primer paso, ahora debes llenarte de optimismo y fe en Dios y en ti! Lo siguiente que debes hacer es acercarte a los profesores y confiarles cómo te sientes y lo arrepentido que estás por haber perdido el tiempo en tonterías, pero que quieres cambiar.

Pregúntales si puedes hacer trabajos extras que te ayuden a subir las notas; ve adonde tus compañeros que son cuadro de honor y pídeles formar grupos de estudio; busca en internet métodos que te guíen para aprender a estudiar; llama a ese vecino o pariente que sabe mucho, para que te explique más a fondo lo que no captas muy bien; organiza tu tiempo; y estudia, estudia, estudia! Al principio, algunos dudarán de tu cambio, pero cuando vean tu interés y tu buena disposición todos querrán ayudarte.

¡Que Dios te bendiga y no olvides invitarme a tu graduación!

¡Ay, huye! Sal corriendo de esa casa, Diana! Como bien dices tú, cada día la situación se pone más crítica, estás tentando al diablo, todo avisa que una tragedia se acerca. Con tu silencio estás dándole la impresión al esposo de tu madrina que a ti te gusta lo que está pasando.

Llama a tu mamá enseguida y cuéntale. Es preferible que tengas que cambiar de escuela a que te manchen tu dignidad, tienes que darle gracias a Dios que algo más serio no haya ocurrido.

Ese señor es un sinvergüenza, tú no debes ser cómplice de él ocultándole a tu madrina quien es él de verdad. Habla con ella, dile cuánto la quieres y lo triste que estás de causarle un dolor; pero que sabes que es necesario que ella sepa lo que ocurre! Si tu madrina no te cree o se molesta contigo, no te preocupes, pues muchas veces en la vida hacer lo correcto no nos hace ganar aplausos, pero si nos da satisfacción! Bendiciones!

TESTIMONIO

Liderazgo Juvenil

Leidy Johana Restrepo
Líder Juvenil Fundación Creo En Ti

Doy primeramente gracias a Dios por permitirme asistir a la Fundación Creo en Ti; quisiera dirigirme a ustedes, para dar mi experiencia personal como campista y ahora como líder.

Todo empezó con una simple invitación de una persona cercana a mí. Al decidir asistir, sentía curiosidad por la experiencia que iba a vivir allí, ya que no sabía como sería.

Cuando llegué, desde el primer momento me encantó por las dinámicas y el buen desenvolvimiento de los líderes que estaban en esos momentos; y nació en mí sin saberlo, el sentimiento de líder que estaba oculto y que florecía en cada actividad, porque me emocioné mucho al saber que podía aportar parte de mí a otros jóvenes para el bien de ellos.

Al terminar el campamento, quise saber si podía ser guía como aquellos que habían dirigido la actividad, sin que se dieran cuenta del gran cambio que hacían en nuestras vidas.

Cuando me enteré que podía serlo me emocioné mucho y me integré inmediatamente en todas las actividades y formaciones que ellos me ofrecían. Entonces después de un año transcurrido, la experiencia vivida me permitió ser lo que quería: "Un Dirigente Juvenil".



Ahora sabría lo que se siente ser líder a un nivel máximo para mi vida, esos sentimientos encontrados de controlar tus emociones hacia todo el mundo y saber tomar las mejores decisiones para una comunidad que depende de ti; eso no es sencillo, pero logré llevarlo a cabo con el apoyo de mis compañeros y mis superiores...

Pasó el campamento y ya en mi vida existía una nueva experiencia que gracias a Dios y a la Virgen, pude vivir con éxito, pero convenida de que todo no era perfecto, y que podía seguir mejorando.

Ya teniendo la experiencia de mi primer Campamento Juvenil como Dirigente Campista, estaba nuevamente preparada para el que venía; y en este mejoré mis expectativas del campamento, porque fue mucho mejor la comunicación y el esfuerzo de todo el equipo. Realizamos así el trabajo hasta el final, con la superación de todas las metas propuestas y la convicción de que no todo se ha logrado y debemos seguir superándonos.

Siguiendo el recorrido que no es sencillo, pero es un trabajo que vale la pena tomar y que no muchos pueden lograr, se formarán nuevos dirigentes para que no se rompa esa cadena tan fuerte que podemos construir juntos, dejando un legado para el resto de la vida, que es lo que se desea.

Por último, muchas gracias le doy a Dios, a la Fundación Creo en Ti y a cada una de las personas que estuvieron en las buenas y en las malas; les deseo lo mejor.

Que este mensaje pueda llegar a muchos y se motiven a ser amigos y descubrir de qué son capaces.

¡Dios los bendiga a todos!

Henry Aarón Soto Otaiza

Joven nacido en el año 1997, se encuentra viviendo en la residencia estudiantil formativa de la Fundación Creo en Ti, a la cual llegó este año, por encontrarse en peligro social. Henry estudia en el Colegio Estrella Sierra, Arauján cabecera. El día 23 de marzo, Henry sufrió un terrible accidente automovilístico, mientras esperaba el autobús que lo trasladaría a su Colegio. Este accidente, por el cual tuvieron que intervenir quirúrgicamente, debido a las considerables fracturas en su pierna derecha (y que casi pierde), le cambió radicalmente la forma de pensar y de vivir. Humilde y entusiastamente, permitió que nuestra Revista Juvenil "Pelao", le realizara la siguiente entrevista, desde la comodidad de su dormitorio, con el objetivo de transmitirle esta fuerte experiencia de vida a los jóvenes.

¿Qué pensabas de la Fundación Creo en Ti, cuando se te notificó tu internamiento en la misma?

Pensé que era una institución más, que albergaba a jóvenes con una problemática social, en la cual sería internado por dos semanas, sin saber qué futuro me esperaba después de ese tiempo. Al pasar los días me percaté del calor humano que se vive en la Fundación y del apoyo moral, espiritual y social que reciben todos los jóvenes que ingresan por diferentes motivos.

¿Cómo interpretas para tu vida, el accidente que sufriste?

A veces en la vida te suceden cosas malas e inesperadas, aunque uno cree que no se lo merece, pero que en la práctica, se convierten en bendiciones. Para mí, en lo particular significó la oportunidad de sentirme querido y apreciado debido a la solidaridad de tantas personas que me ayudaron a la hora del accidente, así como el apoyo incondicional de muchos profesionales de la salud que, sin conocerme, me brindaron sus cuidados y atenciones. De igual manera muchas otras personas me ayudaron con su aporte económico, su

apoyo, compañía y amistad. Esta experiencia me permitió visualizar los "ángeles" que Dios ha puesto en mi camino.

¿Qué pensabas de la vida antes del accidente?

No había tomado conciencia, ya que mi vida era difícil, no tenía nada; tenía que ganármelo con el sudor de mi frente, pensaba de manera irresponsable en mis obligaciones, no conocía ni el amor ni la solidaridad del prójimo.

¿Qué piensas después del accidente?

Doy primeramente gracias a Dios por la vida, por todos los ángeles que puso a mi disposición para salir airoso y salvar mi pierna, por haber experimentado ese amor, esa solidaridad y apoyo de todos, lo cual me ha hecho tomar conciencia de lo maravilloso de la vida y del calor humano, cambiando mi forma de vivir y de pensar, de cara al futuro (Estudiar con dedicación, prepararme profesionalmente y cuidar de mi familia).

¿Qué quieres transmitirles a los jóvenes, que nos leen?

Que aunque en sus vidas hayan pasado por malas experiencias, hay que darle infinitas gracias a Dios, porque siempre estará de nuestro lado, dándonos amor, cariño y comprensión por medio de todas las personas que nos rodean.

Que respeten y cuiden sus vidas, amen a sus padres, aunque no sean los mejores; respeten a las demás personas, valoren las pequeñas cosas que tienen y, sobre todo, que se solidaricen y apoyen en lo que puedan, a todas las personas que lo necesitan y se encuentran a su lado.



CONCURSO

En Busca de un **Lema**

Queridos jóvenes, les invitamos a que participen del concurso para seleccionar el lema que caracterizará a la revista en su publicación.

Las bases del concurso son:

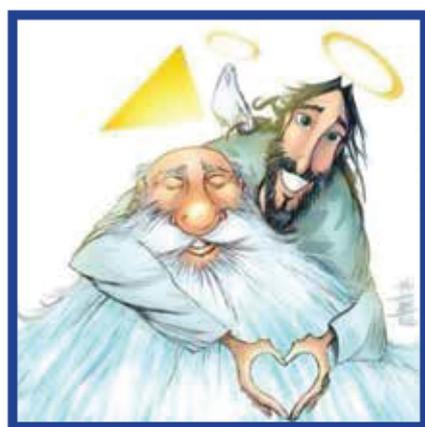
- Soloamente pueden participar todos los jóvenes de 13 hasta 20 años.
- El trabajo debe ser enviado a la siguiente dirección: revistapelaos@gmail.com y define en asunto: concurso. No olvides colocar tu nombre o seudónimo, dirección y teléfono.
- El último día de entrega será el 30 de noviembre del 2015.
- El premio serán **\$100** dólares y se otorgará en la primera semana de diciembre.

¡Anímate y participa! No pierdas esta oportunidad

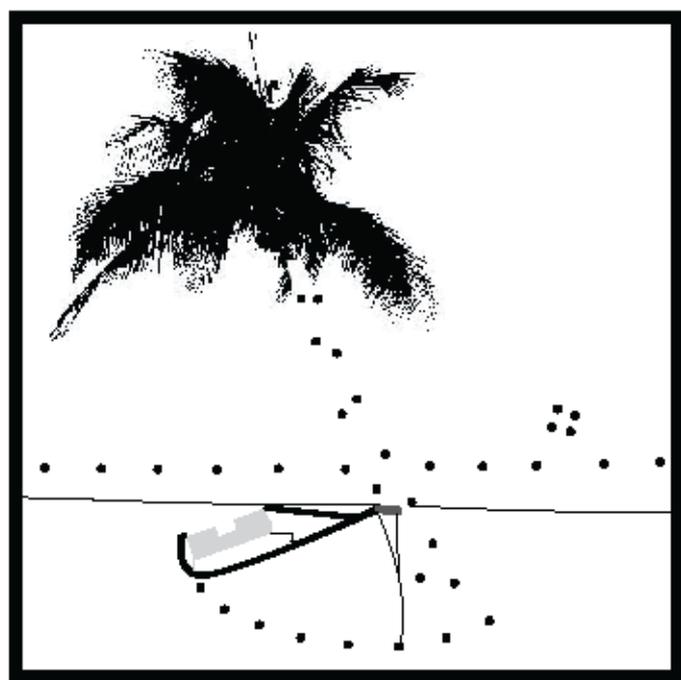
SOPA DE LETRAS

C	H	O	N	R	A	D	E	Z	W	E	P	R	S
A	R	F	G	I	Q	H	R	Z	T	A	U	X	W
I	S	E	N	C	I	L	L	E	Z	F	S	F	R
C	L	Ñ	O	Q	H	J	K	Z	P	A	S	V	H
N	V	I	C	E	N	T	E	T	I	M	R	S	
A	F	A	C	J	N	H	E	I	N	S	H	O	C
R	M	J	P	E	U	T	C	O	U	T	M	J	R
E	C	T	M	M	S	A	I	S	V	I	H	F	C
L	E	A	I	J	H	S	E	C	M	J	P	T	M
O	K	L	C	E	I	J	O	S	U	E	T	I	Q
T	D	S	V	M	A	H	A	F	C	E	O	J	H
E	U	F	A	M	I	L	I	A	P	T	L	S	V
L	D	R	U	A	K	A	L	L	A	D	E	M	W
C	L	U	O	A	I	T	S	I	R	A	C	U	E

Creo En Ti
Humilde
Tolerancia
Amor
Eucaristía
Josue
Sencillez
Misión
Vicente
Familia
Medalla
Honradez
Ceb
Paz
Citas
Jesús
Amen



UNE LOS PUNTOS



“No es necesario decir todo lo que se piensa, lo que sí es necesario sentir y pensar todo lo que se dice”.



Equipos Exitosos

Lic. Roger Miranda
Licenciado en Comunicación Social

En todos los aspectos del quehacer humano, sea este social, cultural, deportivo, intelectual o laboral; las personas se unen con un objetivo e interés común; esto se conoce como equipo, el cual para ser exitoso y ganador necesita que los integrantes se identifiquen, sientan pertenencia y antepongan los intereses del equipo ante los intereses personales.

Todo equipo constituido, para ser exitoso y ganador, debe someterse a una serie de procesos indispensables, que le permita: fortalecimiento, actualización y consistencia; estos procesos tienen un tiempo indefinido y concatenado (es decir uno tras otro).

Pelao@s, si ya perteneces o te encuentras en vías de integrante a alguno, te ofrecemos estos "tips" para que puedas evaluar en qué etapa se encuentra vuestro grupo, o adquieras los conocimientos básicos que harán del tuyo un grupo de éxito en la consecución de sus objetivos.

1) FORMACIÓN: Durante esta etapa, se espera crear el grupo con una estructura, metas, dirección y funciones claras para cada uno de sus integrantes. La energía del grupo se concentra en su definición y responsabilidades; aquí los miembros tienden a ser optimistas y todos se muestran interesados en las metas y estrategias trazadas.

2) ESTABILIZACIÓN: los miembros se conocen entre sí, reciben las misiones o tareas que se les asignan, se

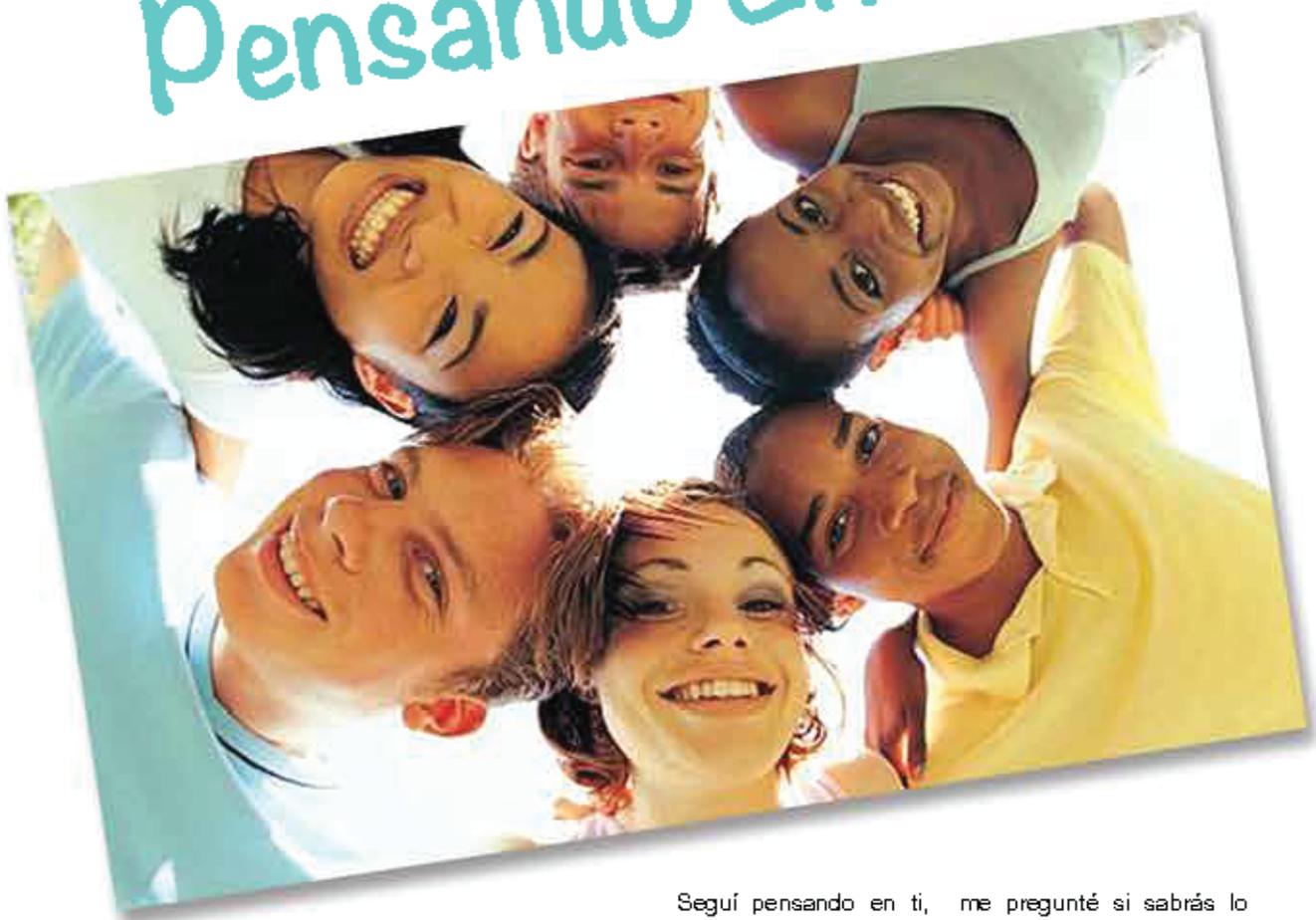
adaptan a sus funciones, interactúan y desarrollan una sólida comunicación, surge y experimentan el placer de trabajar en forma conjunta y coordinada, para obtener los resultados esperados de manera exitosa. Experimentan la estabilización y logran el equilibrio; las funciones y responsabilidades individuales son claras y se sienten cómodos entre sí.

3) INTEGRACIÓN: los miembros experimentan una creciente aceptación de y por todos, reconocen que en la variedad de opiniones y experiencias fortalecen y enriquecen el producto o resultado deseado. Los miembros perciben satisfacción, integración y cohesión. El equipo se concentra en sus metas, desarrolla habilidades de interacción y manejo de conflictos.

4) ACTUALIZACIÓN: los miembros se sienten cómodos para expresar sus ideas y sentimientos, aprenden a valorar la variedad de experiencias, hacen y desarrollan esfuerzos conscientes para apartar las diferencias, logran mayor armonía en la comunicación y se vuelven altamente productivos.

5) MADURACIÓN: los integrantes sienten y viven el progreso, comparten opiniones y son capaces de reconocer sus fortalezas y debilidades, trabajan en conjunto y arduamente por consolidar las primeras y minimizar las segundas, se consideran y tratan como familia, obtienen avances importantes en sus metas; el compromiso y la competencia de sus integrantes es elevada.

Pensando En Ti



Hoy al levantarme y darle gracias a Dios por regalarme un día más de vida, no pude evitar pensar en ti y alegrarme de que de ahora en adelante podemos hablar en vivo y en directo, me emocioné tanto que parecía un niño en su fiesta de cumpleaños!

Pensé en ti, y me hiciste recordar mis años adolescentes, los cuales me parecen tan lejanos y al mismo tiempo tan cercanos, en ese entonces, como tú, creía que sería joven para siempre! No voy a negar que sentí un poquitín de envidia, esa "envidia blanca", que llamamos así para disfrazarla un poco, pues al final es pura envidia en realidad, ...pero, bueno, hablaba de como una parte de mí quisiera ser tú para ser joven nuevamente y poder aprovechar más todas las oportunidades que Dios va poniendo en el camino.

Seguí pensando en ti, me pregunté si sabrás lo afortunado que eres (no importa los problemas que tengas) de estar vivo; de tener toda una vida por delante; de tener un cuerpo joven lleno de energías, con todo en su lugar; de tener tiempo para realizar los sueños que guardas; de planificar cómo quieres que sea tu futuro!

Y pensando en ti, deseé con todas mis fuerzas que vivas tu juventud plenamente: que bailes mucho; parrandeas buco; que pasees todo lo que quieras; que parques mucho con tus amigos; que tengas muchas horas para dormir; también algunas para el deporte; en fin, que goces tu vida! Pero, también deseé que pongas la cabeza sobre tus hombros, que estudies bastante, que reces siempre, que organices tu tiempo, que compartas momentos inolvidables con tu familia, que realices obras sociales, que ahorres todo lo que puedas, porque te digo un secreto...la juventud no es para siempre y lo que vivas hoy será, en gran parte, lo que cosecharás mañana!

Sendero Ecológico

Lic. Roger Miranda
Comunicador Social

El pensamiento y la inacción de las generaciones anteriores, nos tiene en oposición a la voluntad y regalo maravilloso de Dios, sumiéndonos en el caos existencial, expresado en todos los desastres naturales, hambre y guerras por las que atravesamos y de las que somos víctimas.

La generación actual de Jóvenes comprometidos, con principios, valores, virtudes y talentos; es la llamada y elegida para cerrar filas, desarrollando acciones inmediatas con el fin de revertir los males y daños, garantizar un ambiente un poco restaurado a nuestros hijos y restablecer nuestra relación con Dios.

Es importante dar inicio de manera decidida y voluntaria al cambio gradual de mentalidad, en lo que al tema ecológico se refiere, llegando a todos los niveles: nosotros, la escuela, familiares, vecinos, comunidades; todos pues, estamos llamados a tomar conciencia y hacer docencia, sobre la necesidad imperiosa de una Cultura de Cuido y Conservación Ambiental.

Debemos educarnos y educar en botar la basura en su lugar, mantener un ambiente sano, evitar la contaminación de quebradas, ríos y mares, ahorro de agua y luz, no cortar innecesariamente los árboles, sembrar árboles, cuidar a todos los animales y la vegetación, impulsar huertos familiares y comunales.

La Fundación Creo en Ti, humildemente pone en tus manos como alternativa el sendero ecológico, ubicado en el Centro de Formación Integral: "Medalla Milagrosa", en la

¿CÓMO PUEDES APOYARNOS?

Sencillo, puedes brindar Servicio Social Voluntario como: diseño y proyección, guía ecológico, reforestación, mantenimiento, promotor ecológico etc.

Si tienes talentos, conocimientos e ideas innovadoras, para el desarrollo exitoso de este proyecto; llevando a cabo por mentes y manos juveniles, escríbenos a la siguiente dirección: revistapelao@gmail.com

comunidad de Nuevo Emperador, Arraiján, el cual actualmente se encuentra en medio de una selva de cemento y ruido, producto de la tala indiscriminada, como consecuencia lógica de los complejos comerciales y urbanísticos que se están construyendo en el área.

El sendero ecológico aún sirve de "pulmón" a esas comunidades aisladas de la naturaleza, en él desarrollamos un programa con objetivos educativos, formativos y culturales; consta de dos senderos con duración de hora y media en su recorrido, tres gasebos a lo interno del recorrido, aquí el visitante recibe información científica y de aplicaciones de la flora y fauna existente, al tiempo que experimenta un reencuentro con él mismo, con la naturaleza y con Dios.

Este proyecto próximamente estará al servicio de los niños y jóvenes pertenecientes a las escuelas y colegios de las comunidades vecinas y de la capital, así como de todas las personas que nos visiten.

Calophyllum longifolium :

Maderable, medicinal para el dolor de muela

Retrato en Blanco y Negro



Es un hombre sencillo; de caminar lento; la humildad sale por sus poros; sonrisa amplia y mirada dulce; de movimientos serenos y pausados que dan una imagen muy equivocada de cómo es realmente el Padre Javi, pues este curita es el dinamismo en persona, súper emprendedor y de grandes y ambiciosas metas. Él, con Jesús, María y San Vicente a su lado, sueña con cambiar el mundo! Conócelo un poco...

¿Cómo fuiste de pelao, buen o mal estudiante, hijo obediente o rebelde?

Creo que fui una mezcla de todo. Yo considero que viví una vida normal de todo muchacho, en un ambiente de mucha cordialidad y aprecio entre los amigos del barrio, muy afanado por el deporte, por corretear en las calles y preocupado de ir abriendo en todo este proceso, una mirada que me fuese enraizando en lo que iba a ser el futuro de mi vida.

Crece en el Barrio de Perejil, un barrio de grandes vivencias, ya que fue el lugar que recibí a toda esta población que provenía de lo que hoy conocemos como el Casco Viejo, y que por la expansión territorial nos había permitido caer en un lugar, caso mío, que más se ajustaba a mi personalidad. Como todo chico tuve una mezcla de obediencia y rebeldía; obediencia porque grabé en mi cofre interior los valores que me fueron transmitiendo en el corto tiempo que viví con mi familia; esto marcó el amor a la Iglesia que se me impregnó como lo primero y a la Santísima Virgen María como nuestra madre, por eso, desde temprano acostumbraba a rezar el rosario en familia. Guardo

muy presente en mi vida diaria hasta hoy, el sentido de recogimiento ante lo sagrado; obediencia, ante las normas establecidas en el hogar y las que establece la sociedad. Rebelde, sí! Pero no una rebeldía que crease conflicto; todo esto enmarcó el comienzo de un caminar.

¿Cómo defines tu personalidad?

Una personalidad que se fue fraguando con la iluminación y el aporte de muchos, en la vida familiar; en mi compartir con las religiosas de las Siervas de María; con mi amigo Padre Corpus López, Agustino Recoleta; y mi amistad con muchos sacerdotes Jesuitas que me marcaron en la dimensión de lo social, de la justicia, en la obra misionera de la Iglesia, y un cariño especial por la Madre del Cielo.

Nos dijeron por ahí que eres un gran bailarín y que te destacaste en el basketbol, ¿es cierto? Quisieras tirar unos pasos para demostrarlo?

Jajajaja! (Ríe a carcajadas el Padre Javi).

Mi pasión por los deportes se hizo viva en mis años como estudiante de vida religiosa, formaba parte de mi diario vivir.

Me encantaba correr, el alpinismo, el basketbol y disfruté, enormemente, el fútbol, durante los estudios que realicé en México, donde hice parte de mi carrera.

Me encantó el baile, no sé si soy buen bailarín, pero me gusta. Lo cierto es que no lo viví por mucho tiempo porque a los 17 años ya yo era un joven religioso con su traje talar.

¿Cuándo y cómo sentiste el llamado a tu vocación, cuál fue la reacción de tu familia?

A estas alturas de mi vida estoy plenamente convencido de que Dios es el Único que marca la vida para aquellos a quienes invita a continuar su obra de comunicar al mundo la Buena Noticia.

Como todo, siempre hay incertidumbres con preguntas personales muy puntuales: "¿Será esta mi verdadera vocación?", pero conforme me fui adentrando en un estilo propio de vida consagrada, le fui tomando sentido pleno a mi vida, lo que me permitió darme cuenta de que era un hombre inmensamente feliz, felicidad que vivo hasta hoy. De parte de mi familia siempre hubo una tristeza y nostalgia muy silenciosa; en el fondo no entendían lo que iba a pasar, creo que yo tampoco; entraba en el misterio de Dios en mi vida. Recuerdo que ese día, cuando iba a tomar el avión para irme al seminario, me reunieron en la sala de la casa para proponerme enviarme a otro país, que tomara todo el tiempo que quisiera, pero cura no! Después de tantos años aún tengo presente sus rostros, y no dudo en aceptar que me hicieron temblar, pero mi decisión fue determinante.

¿Qué hizo que eligieras la Congregación Vicentina?

Mi amistad cercana con un sacerdote que pertenecía a la Congregación de la Misión marcó profundamente mi vida: una comunidad eminentemente misionera, con una opción radical por los más pobres, con un estilo de vida lleno de sencillez. Una comunidad centrada en la amistad y un continuo reto para hacernos presentes entre los más pobres; una comunidad religiosa con una gran proyección social que nos ha valido tener una oficina al servicio de los pobres del Tercer Mundo en las Naciones Unidas.

Si no fueras sacerdote, ¿qué piensas que hubieras sido?

Pienso que de no haber sido sacerdote, hubiese tratado

de constituir una buena familia y estaría en el campo administrativo, promoviendo el negocio familiar; sin embargo, el tiempo ha corrido y tengo la certeza de que por ahí no era mi camino, no me hubiese sentido tan feliz ni tan realizado como me siento hoy con mi vida.

¿Por qué los jóvenes? ¿Qué ha hecho que ellos sean tu opción?

A ciencia cierta no lo sé! Pienso que en el fondo son personas necesitadas de manos amigas, que no solo se les comunique consejos; sino que hay que identificarse con ellos; caminar con ellos; embarrarse en medio de sus sueños, desilusiones y esperanzas; ser una luz que les permita encontrar nuevos caminos, mejores opciones.

Hay muchos movimientos de atención a los ancianos, a los niños, a los enfermos; poco o casi nada para la juventud. Los jóvenes son el futuro de nuestra patria y para un Continente de Esperanza que pone toda su confianza en ellos... Son los constructores de una nueva sociedad con mentes y corazones nuevos, que se están forjando en la medida que le hacemos tomar conciencia que solo desarraigando de nuestros corazones endurecidos, marcados por el egoísmo, la mentira, la mediocridad, la pérdida de valores, la deshumanización; solo así podemos ser consecuentes con nuestro ser hijos de Dios, miembros de una iglesia peregrina y comprometidos con la justicia y la paz.

¿Qué has aprendido de ellos?

Mucho! Ellos son para mí el reflejo del amor de Dios; más lo experimento cuando descubro el sufrimiento y sus grandes heridas, que les han lacerado su corazón y a quienes nunca se les habló de amor. Siempre me digo: "Qué lástima que sus progenitores nunca descubrieron lo maravilloso de su ser y la grandeza de sus vidas!" Todo esto ha hecho que experimente un profundo sentido de la paternidad. Como siempre he dicho, y que muchos, inclusive, han hecho suya la expresión: "Soy padre de tantos huérfanos de padres vivos!"

Por qué y para qué se te ocurrió crear la Revista Pelao?

Tenemos que remover de los escombros la putrefacción que a sus anchas y sin pedir permiso ha hecho en nuestra sociedad el mundo de antivalores, aplastando conciencias, destruyendo la familia, impulsando una sociedad que ya se encuentra en una situación abismal.

Esta Revista Pelao será para muchos una luz, una mano amiga, un corazón abierto que les invitará a sumarse en esta encomiable tarea de la civilización del amor y a que se sientan motivados a trabajar en la cristalización del sueño de forjar un Mundo Nuevo.

Si Dios te diera poder, ¿qué cambiarías del mundo?

Impregnaría el corazón de los hombres con el amor de Dios, todo lo demás vendría por añadidura.

Qué le quieres decir a los pelaos?

"USTEDES JÓVENES SON LA ESPERANZA DEL MUNDO!"

*El Padre Francisco Javier Bárcenas, cariñosamente conocido como Javi, sacerdote vicentino, es Director de la Fundación Creo en Ti, Director y Editor de tu Revista Pelao.

El Amigo de los Empobrecidos

San Vicente de Paúl



Por:
Stuardo Alberto
Martoquín

Hermano de la
congregación
de la misión

Hombre nacido a finales del siglo XVI en Francia, de origen campesino, con habilidades académicas muy buenas y con un interés muy grande por salir de pobre. Debido a ello, decide hacer "carrera eclesial", buscando ser ordenado sacerdote con el fin de ser enviado a una "buena parroquia", que le dejara buenos dividendos. Es así como logra ser presbítero diocesano sin haber cumplido la edad requerida y es enviado a su primer destino... ¡pero qué gran desconsuelo!... no era lo que él estaba esperando. En su andar fue descubriendo las carencias materiales y espirituales de la gente del campo, fue encontrándose cara a cara con el empobrecimiento de su pueblo, viendo como morían de hambre y se condenaban. Ese fue su gran momento de encuentro directo con Dios, su tiempo de conversión. El pueblo campesino pobre le llevó al Dios de Jesús de Nazaret.

Vicente de Paúl va a encontrar el verdadero significado de ser cristiano, el verdadero sentido de la religión. El pueblo empobrecido y sufriente a causa de las injusticias, de las guerras y las enfermedades le irá enseñando el camino. Llegará a afirmar: "Los pobres son mi peso y mi dolor"; él experimentará que tiene la misma misión de Jesús de Nazaret: Evangelizar a los pobres, que sirviéndoles y amándoles como sus amos y señores cumplía a cabalidad la misión. Por ello, usó todo el tiempo de vida que le quedó para involucrar a mucha gente, hombres y mujeres, para servir y amar "afectiva y efectivamente" al pueblo empobrecido, "con el sudor de su frente y el cansancio de sus brazos". Lo importante para Vicente de Paúl ya no era enriquecerse, era hacerse un pobre más entre los pobres. Ésto es lo que vivió y ha transmitido en herencia hasta el día de hoy...

¿Te arriesgas a seguirle?

Embarazo Precoz



Tenia 15 años cuando conocí a Héctor de 19 años, mis papás me habían mandado del interior a la capital a la casa de una tía para estudiar secundaria. Yo era buena alumna y quería ser enfermera.

Mis amigas me dijeron que tuviera cuidado con Héctor, que él no era un buen pelao, pero me hablaba tan bonito que yo todo se lo creía. Me dijo que mis amigas querían tener algo con él y que me tenían envidia, que antes él andaba con varias a la vez, pero que yo era especial.

Un día me pidió que me pasara de la escuela y que fuéramos a pasear. Yo acepté, ese día él me pidió que le diera la prueba de que él también era especial para mí. Me prometió que no iba a pasar nada, porque cuando uno tenía relaciones por primera vez, nadie quedaba embarazada. Yo quería a Héctor, así que acepté!

Después de ese día, Héctor cambió conmigo, ya no me trataba igual,

era grosero y se me perdía siempre, hasta que un día me dijo que yo lo aburría y que era mejor que ya no nos viéramos más. Yo lloré mucho y por un tiempo le insistía, pero él me insultaba.

Pasaron dos meses y yo estaba muy triste, ya no quería comer ni estudiar, ni hacer nada. Me puse tan flaca que mi tía me llevó a una clínica para que el doctor me viera. Me hicieron algunos exámenes y luego le dijeron a mi tía que yo estaba embarazada!

Mi tía no lo podía creer ni yo tampoco, me preguntaron con quién me había acostado y yo decía que con nadie, pero después tuve que decir la verdad.

Mi tía fue a reclamarle a Héctor, pero lo único que consiguió fue una pelea bien grande. Él dijo que yo era una facilita que todo el mundo tenía cosas conmigo y que lo más seguro era que ese hijo no era de él!

Desde ese momento todo se me puso más difícil, mis papás se pusieron muy tristes con la noticia. Todo el mundo en la escuela se me quedaba mirando. Mis amigas me apoyaban, aunque a algunas, sus mamá les prohibieron que hablaran conmigo. Ya no iba a ninguna fiesta ni reuniones, solo de la casa a la escuela y de la escuela a la casa, mi tía seguía muy molesta conmigo. Una vez vi a Héctor y sus amigos, se burlaron de mí y me dijeron cosas muy feas.

Yo terminé el año escolar, pero no con buenas notas. Me fui al interior para dar a luz allá.

Cuando nació mi hija me sentí muy feliz, es una niña sana y muy bonita. Mis papás y mis hermanos se pusieron contentos con ella.

Ya mi niña tiene dos años y vive en el interior con mi familia, yo regresé a Panamá, pero no a estudiar, ahora trabajo, tengo que mandar \$\$\$ para mi hija. Nadie sabe dónde está Héctor, yo ya aprendí mi lección, aunque un poco tarde.

Yo estoy feliz con mi hija, la quiero mucho, no me arrepiento de haberla tenido, pero no le puedo ofrecer mucho, me hubiese gustado que creciera con un papá a su lado y con una mamá más preparada.

Ojalá, yo pueda regresar a estudiar, también le pido a Dios que Elena, mi hija, no haga lo mismo que yo, pues ser mamá tan joven no es nada fácil, tu vida cambia para siempre!

Lorena

¡Un Hijo por Favor!

Es muy común escuchar por las calles que un hijo siempre será una bendición, sin importar tus finanzas, estudios o la edad y madurez que tengas. Esto es parcialmente cierto, ya que si bien un hijo puede mejorar tu manera de ser y pensar, esto exigirá mucho de ti como persona, y más aún si eres muy joven para la tarea. Las responsabilidades que conlleva tener un hijo son muchas: alimentarlo, educarlo, cuidarlo, vestirlo, corregirlo, etc. Solo porque son pequeñas personitas que no se pueden valer por ellas mismas y depende totalmente de ti.

Mi novia quedó embarazada cuando ambos teníamos 17 años, vivimos momentos de mucha ansiedad cuando nos enteramos, no sabíamos cómo dar la noticia a nuestros padres, ni cómo manejar todas las situaciones que acompañaban esta realidad. Lo único que yo sabía es que tenía que hacerle frente, era mi hijo también, no de mi novia nada más.

Como padre joven que soy te confieso que estas responsabilidades no son fáciles de manejar mientras vives tu juventud. Los sacrificios son muchos: te alejas de tus amistades; eres señalado por la sociedad; dejas de asistir a muchas fiestas y actividades; no hay tiempo para hobbies (yo era el baterista de un conjunto de rock, esa era una de mis pasiones, tuve que dejarlo); y es más difícil seguir con los estudios.

Ahora debes conseguir un trabajo para poder asumir los gastos médicos y escolares, comprarle sus alimentos, juguetes y ropa. No se

compara en nada al juego infantil de 'la casita.' Es una situación que se enfrenta con valor y decisión, porque simplemente no le puedes fallar. Sé que te costará no malinterpretarme, yo amo a mi hija con un amor que nunca existió, y solo con su mirada me ha convertido en un hombre decidido a salir adelante, próximo a graduarse de la universidad y trabajando en una de las mejores empresas del mundo, todo esto gracias a que acepté mi responsabilidad e hice los sacrificios que tuve que hacer.

La mejor manera de demostrarle a tu hijo el amor que sientes por él, es trayéndolo al mundo en el momento correcto. Ese momento es dentro de un matrimonio que se ama y que es estable, un matrimonio de personas emocionalmente maduras, profesionales trabajadores y que inclusive tiene ahorrados antes del embarazo destinados para ese niño/a. Un buen padre o madre es aquel que se prepara para recibir a su hijo en las mejores condiciones.

Solo puedo decirte: No te adelantes, espera tu momento!

Gabriel



Explorando a Distancia

Los científicos descubrieron lisas y heladas llanuras en la superficie de Plutón gracias a las imágenes divulgadas desde una sonda de la NASA que sobrevoló el planeta enano esta semana.

Las llanuras están al norte de las montañas heladas de Plutón y en la zona central izquierda de la mancha con forma de corazón que la NASA calificó como Tombaugh, o región de Tombaugh. El nombre honra a Clyde Tombaugh, quien descubrió el cuerpo celeste en 1930.

El área está llena de depresiones parecidas a las grietas de barro congelado que hay en la Tierra.

A pesar de que Plutón reside en el Cinturón de Kuiper, una caótica zona del sistema solar que ha sido descrita por los científicos como un área de tipo de desechos cósmicos, no hay cráteres a primera vista.

La NASA estima que la llanura no tiene más de 100 millones de años y que Plutón todavía está tomando forma por medio de procesos geológicos que aún están activos.

"Este terreno no es fácil de explicar", dijo Jeff Moore, líder del equipo de geología, geofísica e imágenes del centro de investigación Ames de la NASA en Moffett Field, California (este).

Se están considerando dos teorías. Tal vez las llanuras se formaron por la contracción de los materiales de la superficie, de una manera similar a lo que ocurre cuando se seca el barro, dijo la NASA.

Otra posibilidad es que se hayan formado por un proceso llamado convexión, en el cual algún tipo de calor proveniente del interior de Plutón daría forma a una capa de monóxido de carbono, metano y nitrógeno de la superficie.

La sonda New Horizons de la NASA pasó muy cerca de Plutón. Es la primera vez en la historia que se explora el distante planeta enano.

La nave, impulsada con energía nuclear, viajó casi diez años y 4.800 millones de kilómetros para llegar a Plutón. Ahora se está sumergiendo más profundamente en el Cinturón de Kuiper.



El Rincón de la Poesía

No permitas que muera nunca la poesía, pues el mundo perdería parte de su magia, el alma perdería parte de su esencia, sería como ver un cielo sin estrellas!

Panamá

Beatriz Spiegel de Viquez

Mi Panamá,
sueño de amor;
son de mi lira
que se quedó
como perla
de gran valor
sobre dos mares
llenos de sol.
Del sol brillante
tienes la luz,
tienes del mar
el bello azul,
y su hermosura
la diste tú,
que en tu pollera
tejió de tul,
mayo florido
lleno de luz.

Atiende al Consejo, Joven

Zaida C. de Ramón

Oye joven, sé prudente;
apártate para Dios
Entrégate a El por completo;
toma hoy la decisión.

El mundo mucho te ofrece;
se presenta en su esplendor
Pero al final del camino
todo es desilusión.

La carne con sus pasiones
provoca a la tentación
Si no la vences a tiempo,
te lleva a la perdición.

Es una trampa, no cedas;
es lazo del tentador
Repréndelo en el momento,
si no, te espera el dolor.

Mira arriba, hacia el cielo;
busca el rostro del Señor
Es el refugio seguro,
el lugar de bendición.

El es el Amigo fiel;
conoce tu corazón
Es el que llena el vacío;
da plena satisfacción.

Sé sabio, sigue a la meta;
haz tú como el corredor
se sacrifica a sí mismo
por tener el galardón.

Si así hacen los atletas
que ejercitan con tesón,
aprende el ejemplo, joven;
el cielo es de más valor.

Nunca, nunca menosprecies
a tan grande salvación
Te aconsejo que la guardes
con temor y con temblor.



© 2009 artwork by Alessandra Ary-Maké
not for commercial use

¡Hay Esperanza!

Danny Lou Maruri
Estudiante Universitario



Todos los políticos son corruptos! Cuántas veces hemos escuchado esta frase, no solo en tiempos de campaña política y de elecciones, sino cada vez que surge el tema de política; pero en realidad ¿Todos los políticos son corruptos?

Sí, es cierto, existen políticos que lastimosamente incumplen la Ley, son ellos los que deben ser denominados corruptos. Cuando nos referimos a corruptos no solo hablamos de aquel que roba, sino también de aquel que no hace nada; porque si se le está pagando dinero del Estado para que cumpla una función, y no la realiza, es un delincuente. Este tipo de políticos son los que más llaman la atención y cobertura de los medios; además, ensucian el nombre de algo tan bonito como la política y hacen que se generalice con los mismos.

Pero existe otro grupo que, quizás, no tiene la misma publicidad que los anteriores, sin embargo, estos son los verdaderos políticos; aquellos que cumplen con sus funciones, los que consultan y se acuerdan de su pueblo; no solamente en campaña, sino, principalmente, luego de ser elegidos, porque saben a quién tienen que rendirle cuentas. Debemos empezar a destacar a esos buenos políticos que están luchando por tener un mejor Panamá, debemos apoyar sin importar partido, a todo

aquel político que haga un buen trabajo y se interese por el país. Aquellos que conocen que su rol dentro del Estado es servir, saben que son empleados públicos contratados por el pueblo, por un determinado tiempo y son los que por muy tentadora que sea una propuesta indecente, tienen los valores suficientes para decir ¡NO!, y seguir por el camino de la verdad.

Pero, ahora, ¿esto que tiene que ver con nosotros los jóvenes, especialmente, con los que anhelamos trabajar directamente en la política? Pues, nada menos que nosotros, tenemos la difícil tarea de borrar de la mente de la gente el pensamiento de que la política es sucia. Que no ocurra más que al pensar en política se asocie con coimas, abusos y descontrol; a mí en lo personal en muchas ocasiones me ha sucedido que cuando comento que me gustaría incursionar en la política, veo gestos, miradas o comentarios de desaprobación, inclusive me han dicho que eso es entrar en la cueva de lobos!

La política es un arte que bien manejado con manos limpias, con la ayuda de Dios, puede lograr lo que parece imposible! El trabajo de nosotros los jóvenes, si amamos nuestra patria y nos preocupa su futuro, es estudiar a conciencia, tener la vivencia de valores como nuestro estilo de vida, y desde ahora involucrarnos más activamente en el día a día de nuestro país.

El secreto del triunfo está en prepararse para cuando toque vivir el reto, las herramientas estén a entera disposición. Por ello, es necesario conocer los problemas de Panamá e interesarnos en buscar soluciones; vigilar a los funcionarios públicos para denunciar al que no cumple, pero también aplaudir al que lo hace bien. En tiempo de campaña y de elecciones investigar seriamente cuál es el mejor candidato, no votar por conveniencias personales, porque nos gustó más su propaganda, o porque nuestros amigos van a votar por él. Demos nuestro voto con la conciencia clara de que hemos elegido al que consideramos mejor para Panamá. Si más gente buena se involucra en la política, mejores políticos tendremos!

Muchachos, somos el futuro de nuestra patria, tenemos una misión muy delicada que cumplir, si queremos que nuestra voz se escuche, debemos pensar con criterio, hablar con fundamento, y actuar dando ejemplos. Hay muchos sueños que lograr, no solo los nuestros, sino los de toda una nación. Trabajemos unidos para que todos los panameños, políticos o no políticos, seamos ciudadanos ejemplares, y juntos hagamos valer un Panamá mejor!

La Ley del Menor Esfuerzo

Por: Rogelio A. Saltaín R.
Abogado

En este país cada vez que un menor está involucrado en un acto delictivo, los medios de comunicación y las redes sociales encienden el debate sobre cuál debe ser el tratamiento legal al que debe ser sometido el menor infractor. El incremento de los casos y la violencia en la ejecución de los delitos, parecieran inclinar la opinión de los ciudadanos hacia un endurecimiento de las penas contra los menores infractores.

Sobre este tema lo que me preocupa es que los estudios, esfuerzos y recursos del gobierno y de los organismos internacionales, en general, tienden a dedicarse a atender los resultados del problema (el delito: procedimiento judicial y sanción), pero no el problema en sí, es decir, cuál o cuáles son las razones por las que cada vez más los jóvenes están involucrándose en actos ilícitos. Es más, hemos dedicado tanta atención al hecho (delito) que poco o nada nos ha preocupado lo verdaderamente importante, la persona (el menor, el joven).

Es más sencillo y políticamente más rentable, aplicar la ley del menor esfuerzo: más cárceles, juzgar

a los jóvenes como adultos, aumentar las penas. Este es el trabajo exterior que puede ser contabilizado que sirve para adornar los índices de criminalidad y justifica los jugosos salarios de una horda de "opinólogos" que saben vivir del mal ajeno. Pero hacer esto es un espejismo. Es la técnica del vago, que barre y echa la basura debajo del tapete; la cultura de la disimulación de la suciedad, pero el problema no solamente persiste, sino que aumenta, simplemente, porque jamás se abordó en sus raíces.

Es tiempo de hablar con la verdad y reconocer que la fuente de todos estos males se encuentra en la ausencia de Dios en la vida de los hombres. Ya el Señor no está en la familia, en el vecindario, en nuestros puestos de trabajo, a veces, ni en nuestras parroquias y también se lo queremos arrebatar a los muchachos con agua, guano y campana.

Jesucristo sigue siendo el camino, la verdad y la vida; sigue siendo la ley más atractiva y edificante para cualquiera de nosotros, y de manera especial, para aquellos chicos y chicas que buscan, sin buscar muchas veces, sentido a sus vidas y a ese Alguien quien los llene de amor, belleza y felicidad.

Bendiciones.



¡Cuidado!

Tacones Altos

A que chica no le gustan los tacones? Muy pocas dirían, " A mí!", pues la mayoría pensamos que los tacones altos nos hacen lucir más elegantes con piernas más largas y bonitas.

Pero **¡CUIDADO!** Usar tacones más altos de tres centímetros, frecuentemente, puede afectar nuestra salud:

1. Deformando los pies con juanetes, callos, asperezas, uñas encarnadas, y dedos con granitos de maíz.

2. Provocando lesiones en la columna, las cuales irán empeorando al pasar de los años.



3. Causando mala circulación lo que puede conllevar a tener varices en las piernas.

4. Sobrecargando las rodillas debilitándolas más cada día.
5. Ocasionando caídas peligrosas que pueden llegar a ser mortales.

6. Enfermando de fobia social, pues según algunos estudios que están realizando científicos, señalan que los tacones muy altos hacen que al caminar se apriete la pantorrilla lo que afecta en la reducción de la dopamina (neurotransmisor que tiene que ver con el movimiento, memoria, aprendizaje, humor, etc.) en el cerebro.

7. Afeándonos al caminar como pajaritas, con cara de martirio y angustia, esa que grita que nos queremos quitar los zapatos (créanme se nota), pues no aguantamos más!

La próxima vez que vayas a comprar zapatos mejor decídate por unos de tacón corrido, hay modelos bien pretty y son muy cómodos, deja los zancos para las ocasiones especiales. Recuerda que más bajita, puedes ser más sanita!



¡Cuidado!

Tatuajes

Estas muy decidido a hacerte un tatuaje, pero **¡Cuidado!** Ya lo pensaste bien? Sabes de los peligros en que pones tu salud y las precauciones que debes tomar?

Algunos puntos para tomar en cuenta:

1. El lugar que elijas para hacerte tu tatuaje debe ser un establecimiento limpio, en el cual esterilicen todas las herramientas y la superficie de trabajo debe ser limpiada con desinfectante.

2. Tienes que estar seguro que usan agujas nuevas y desechables para cada cliente.
3. Revisa que las tintas que vayan a usar no estén vencidas y que no sean de mala calidad y que el agua que usen para diluirla sea esterilizada.
4. Confirma que la bandeja y las sobras de los pigmentos utilizados con cada persona, se boten luego de haber sido usadas.
5. El tatuador debe lavarse las manos antes de empezar el trabajo y debe usar guantes desechables.
6. El tatuador debe darte instrucciones de cómo cuidar el tatuaje para que se mantenga intacto y para que no se te infecte.

Posibles riesgos como consecuencias de tatuajes:

1. Sida, tétanos, hepatitis o cualquier otra infección que sea de fácil contagio por sangre.
2. Complicaciones en la piel como granos rojos, inflamación o reacciones alérgicas, cicatrices quebidas (cicatrices gordas como gusanos), estrías.
3. Arrepentimiento tardío; ya no te gusta el tatuaje, o te diste cuenta que ese "amor de tu vida", cuyo nombre tenías grabado en tu cuerpo, ya dejó de serlo; "borrarlo", aparte de ser muy costoso, muchas veces no queda bien.
4. Perder el trabajo de tus sueños porque es política de la empresa no aceptar colaboradores tatuados.
5. Tener un ser amado enfermo y no poder donarle sangre, que puede salvarle la vida, porque aún no has cumplido el periodo de abstinencia como donante.
6. El tatuador resultó ser un mal artista y tendrías que tener para siempre tatuado en tu cuerpo, algo feo que no te gusta.

Como ves, antes de tomar la decisión de hacerte un tatuaje, hay muchas cosas que debes investigar y tener en consideración. Y, quizás, te des cuenta que no necesitas agregarle más nada a tu cuerpo, pues Papá Dios te hizo casi perfecto y original!!!!



Cosechando Éxitos

Lic. Roger Miranda
Licenciado en Comunicación Social

Bajo un cielo limpio y vistoso, propio del verano, las selecciones de fútbol representativas de siete colegios públicos de ciudad de Panamá, se dieron cita el domingo 27 de septiembre, para dar inicio a la novena Copa Intercolegial Deportiva: "Fraternidad Vicentina" 2015, en el marco de las festividades de nuestro patrón y guía espiritual San Vicente de Paúl.

La actividad inició con la procesión encabezada por la imagen de nuestro guía espiritual, las selecciones participantes y el acompañamiento de la Banda de Guerra del Instituto Remón Canteray personas invitadas. La inauguración de esta justa deportiva, que se realiza

cada año, fue protagonizada por nuestro director y asesor el Reverendo Francisco Javier Bárcenas Vélez cm, quien realizó el primer tiro libre al marco, en medio de aplausos, fuegos artificiales y la alegría Juvenil de los participantes.

El desarrollo de los diferentes encuentros deportivos tuvo un orden indescriptible; reinó el respeto, la fraternidad, el entusiasmo y alegría Juvenil. ¡Se sintió de manera palpable, la presencia de nuestro Dios y la mirada complaciente de uno de sus hijos predilectos: Vicente de Paúl!

La magia del fútbol de nuestros jóvenes no se hizo esperar... La gran final fue entre la Comunidad 27 de Marzo y el Instituto Monseñor Francisco Beckmann, quienes se enfrascaron en un titánico duelo con un marcador de 5x3, a favor de la Comunidad 27 de Marzo. Nuestro cariño, agradecimiento y felicitaciones a los nuevos monarcas de este magno evento. Así dimos por concluida de manera exitosa la "Copa", pidiéndole al Padre Eterno, nos bendiga y nos dé vida para disfrutar de este encuentro deportivo planificado para el próximo año.

!!! Mil gracias a todas las personas que hicieron posible esta actividad !!!

copa Jonathan Lay

Lic. Roger Miranda
Licenciado en Comunicación Social

Jonathan Lay: joven panameño comprometido con la Iglesia y la comunidad, de alta sensibilidad social, espíritu y vocación de servicio; un evangelizador genuino al servicio de la juventud, "supo canalizar toda la fortaleza producto de su fé y fidelidad a Dios, para amortiguar el dolor de su muerte", palabras pronunciadas por un amigo cercano, que encierra la estatura de su personalidad.

Los que compartieron su compañía y amena amistad, definen la vida de Jonathan como un sueño: "una juventud de mejor calidad para la sociedad", así lo hizo durante su paso por nuestro mundo, con su testimonio de vida familiar, espiritual, académico, deportivo y social.

Como un reconocimiento a su ejemplo y calidad de vida, ocho parroquias de la ciudad de Panamá, han organizado en su memoria la: Copa Interparroquial de Fútbol: "Jonathan Lay", la cual se desarrolló en su tercera edición 2015, recién finalizada en el mes de agosto.

En esta competencia deportiva participan combinados pertenecientes a las parroquias participantes, en edades de 15 a 22 años y la misma tiene una duración de 2 meses.



Jonathan Lay



Entre las parroquias que compitieron por la copa están:

- Campeón 2015:** Parroquia San Lucas (Costa del Este)
- Sub-Campeón 2015:** San Francisco de la Caleta, Sra. Guadalupe (Villa Cáceres) Sta. Marta (Boulevard El Dorado) Los Ángeles (Barrio los Ángeles) Nuestra Sra. de la Esperanza (Residencial El Bosque) María Auxiliadora (Pueblo Nuevo) Nuestra Señora de los Milagros (Villa Lucie).

Nuestro cariño y respeto al joven Jonathan Lay y mil felicidades a los ganadores de tan especial evento deportivo.

9^{na} Copa Intercolegial Deportiva "Fraternidad Vicentina"



**Centro de Formación Integral Medalla
Milagrosa Nuevo Emperador**

PARTICIPAN:

Instituto Beckman
Instituto Rubiano
Instituto Nacional
Escuela Artes y Oficios
CEJUM
Instituto Remón Cantera
Fundación Creo En Ti
Comunidad EMAUS

26-27
septiembre 2015





Carisma Vicentino



“Las dificultades preparan a personas comunes para destinos extraordinarios”.

- C.S. Lewis





FUNDACIÓN CREO EN TI



Misión

Creo En Ti, tiene el compromiso de actualizarse en los nuevos paradigmas sociales y establecer programas que deriven en proyectos que favorezcan la formación de valores, capacitación técnica, liderazgo operativo y la organización juvenil.

Visión

Creo En Ti es una fundación líder en el campo de la prevención integral que proporciona formación a los jóvenes en estado de riesgo para que construyan una sociedad más humanas, fraterna y solidaria.