

Revista San Rafael

amor, guía y sabiduría



**LOGOVIVENCIA: EL ARTE DE VIVIR CON COHERENCIA ENTRE
LOS VALORES Y LAS DECISIONES**

María Herminia Nogueira.

LAS ETAPAS DEL DUELO.

Luis Felipe Cabrera

EL BORDADO DE LA VIDA

Claudia Caicedo Aranzazu.

CÓMO SABER PERDER

Andrés Mariano Valle Mansilla.

HORIZONTES LITERARIOS DE SAN RAFAEL.



¡BIENVENIDOS A LA REVISTA SAN RAFAEL: AMOR, GUÍA Y SABIDURÍA!

En esta *vigésima novena edición*, la Revista San Rafael reafirma su misión de ser un espacio de encuentro, reflexión y crecimiento humano, donde la palabra se convierte en guía para vivir con mayor profundidad, sensibilidad y sentido.

Los artículos que conforman esta edición nos invitan a recorrer dimensiones esenciales de la existencia: la coherencia entre valores y decisiones, el proceso del duelo, la trama vital que cada persona borda a lo largo de su historia y la importancia de aprender a perder con dignidad. Cada autor ofrece una mirada que abre preguntas, ilumina experiencias y acompaña el camino interior.

En esta edición destacamos:

☀ LOGOVIVENCIA: El arte de vivir con coherencia entre los valores y las decisiones — María Hermínia Nogueira

Una invitación a comprender la vida como un proceso de maduración y sentido, integrando cada etapa con libertad y responsabilidad.

☀ Las etapas del duelo — Luis Felipe Cabrera

Una reflexión clara y cercana sobre el duelo y sus fases, que nos ayuda a comprender este proceso humano tan profundo.

☀ El bordado de la vida — Claudia Caicedo Aranzazu

Una mirada contemplativa sobre la vida como una trama hecha de hilos, nudos y puntadas que revelan nuestra historia y nuestras posibilidades de recomenzar.

☀ Cómo saber perder — Andrés Mariano Valle Mansilla

Una reflexión sobre el valor del respeto y la humildad ante la derrota, invitando a reconocer la grandeza que nace de aprender a perder con dignidad.

En estas páginas encontrarás reflexiones que invitan a detenerte, contemplar tu propia historia y descubrir nuevas posibilidades de sentido. Te animamos a adentrarte en cada texto, donde la palabra se convierte en compañía y oportunidad de transformación.

Como en cada edición, presentamos también espacios de formación y acompañamiento que fortalecen la reflexión ética y el desarrollo humano. Destacamos los contenidos y programas del CEDIT – Centro de Estudio, Docencia e Investigación en Terapia Relacional-Ética, orientados al crecimiento humano, los vínculos y la reflexión existencial.

Asimismo, recomendamos los espacios de Mujeres Contracorriente, que promueven diálogo y acompañamiento desde una mirada profunda y valiente, y el proyecto Valman Walking, dedicado a compartir recorridos y paisajes del mundo desde una perspectiva cercana y familiar.

Agradecemos a nuestros colaboradores y lectores por seguir construyendo junto a nosotros este puente de amor, guía y sabiduría.

Bienvenidos a esta nueva edición. Que cada lectura sea un encuentro con sentido.

✨ Recomendaciones

📺 Mujeres Contracorriente

YouTube: @mujerescontracorriente

Instagram: mujeres_contracorriente

📺 Valman Walking

Un espacio dedicado a compartir paseos y lugares del mundo desde una mirada cercana y familiar.

Plataforma digital

Página web: www.revistasanrafael.com

Gracias por acompañarnos en esta nueva edición de la Revista San Rafael: Amor, Guía y Sabiduría, un espacio donde seguimos construyendo puentes de reflexión, aprendizaje y encuentro humano.



CONTENIDO

03

LOGOVIVENCIA: EL ARTE DE VIVIR CON COHERENCIA ENTRE LOS VALORES Y LAS DECISIONES.

09

LAS ETAPAS DEL DUELO

16

EL BORDADO DE LA VIDA

20

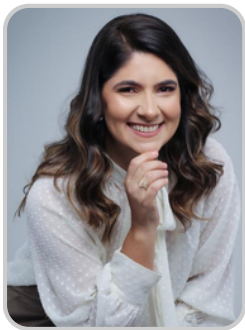
CÓMO SABER PERDER.

25

HORIZONTES LITERARIOS DE SAN RAFAEL.



LOGOVIVENCIA: EL ARTE DE VIVIR CON COHERENCIA ENTRE LOS VALORES Y LAS DECISIONES



**Maria Hermínia
Nogueira**

- Consejera en Logoterapia, con formación internacional (Viktor Frankl Institute, Asociación Portuguesa de Logoterapia y Dau Escuela de Vida).
- Farmacéutica, especialista en Gestión Pública y Teóloga, con actuación en docencia, investigación y formación en Logoterapia y desarrollo humano.
- Experiencia en administración pública y en la Universidad Estadual de Goiás; conferencista internacional y autora de proyectos sobre sentido, educación y acompañamiento existencial.

La búsqueda de sentido constituye un camino de crecimiento permanente. Desde la perspectiva de la Logoterapia y el Análisis Existencial, la existencia humana no se comprende como una sucesión de etapas aisladas, sino como un proceso dinámico de maduración que involucra a toda la persona.

Cada momento de la vida plantea nuevas tareas existenciales y nuevas oportunidades para responder responsablemente a los llamados de la conciencia.

Claudio García Pintos y Elisabeth Lukas describen este recorrido a partir de las edades noéticas, entendiendo la dimensión noética como aquello que distingue propiamente al ser humano: su capacidad espiritual de libertad, responsabilidad, autotranscendencia y búsqueda de sentido.

La primera edad noética corresponde a la denominada edad del deseo. En ella, la energía biológica impulsa el desarrollo de la persona, mientras comienza a configurarse un "yo" singular que poco a poco descubre su identidad y su lugar en el mundo. El niño y el

adolescente necesitan diferenciarse, experimentar, vincularse y construir una imagen de sí mismos. En este período, las relaciones humanas desempeñan un papel decisivo, pues preparan el terreno para el primer gran giro hacia la dimensión espiritual, donde la persona comenzará a asumir progresivamente las riendas de su propia existencia.

Esta comprensión encuentra un profundo eco en el pensamiento del filósofo y teólogo **Romano Guardini**, quien propone la **circularidad de la existencia** como una forma de comprender el desarrollo humano. Para Guardini, la vida no avanza descartando aquello que ya fue vivido. Cada etapa permanece integrada en la identidad de la persona y continúa dando significado a las siguientes. El niño, el joven, el adulto y el anciano no son personas diferentes, sino expresiones distintas de un mismo ser humano que madura con el paso del tiempo.



Por ello, ninguna edad puede considerarse inútil o superada. Cada una posee una misión propia y aporta algo irremplazable a la totalidad de la existencia. La verdadera madurez consiste precisamente en integrar la propia historia, reconciliándose con lo vivido para aceptar la vida como un don recibido y, finalmente, ofrecerla con gratitud.

Esta visión resulta especialmente valiosa para la Logoterapia, porque permite comprender que el sentido nunca depende exclusivamente del presente. También brota de la manera en que la persona integra su pasado, vive responsablemente el presente y permanece abierta a las posibilidades que el futuro todavía le ofrece.

Al ingresar en la segunda edad noética —la juventud y la adultez— comienza lo que García Pintos denomina la **edad de la meta o del motivo**. Es la etapa en la que el ser humano orienta sus energías hacia la construcción de un proyecto de vida. El desarrollo profesional, la formación de una familia, la participación social y el ejercicio de diversas responsabilidades configuran ahora los principales escenarios donde la persona busca realizar los valores que reconoce como importantes.

Sin embargo, este período también suele estar acompañado por profundas tensiones existenciales. Los ideales elaborados durante la juventud comienzan a confrontarse con la realidad concreta de la vida. Aparecen las primeras frustraciones, los límites personales, las pérdidas, los fracasos y las decisiones difíciles. García Pintos denomina este momento **crisis de experiencia**, porque la persona deja de vivir únicamente de expectativas para comenzar a construir una sabiduría nacida de la experiencia concreta.

En este contexto, el trabajo adquiere una importancia que trasciende la dimensión económica. Desde la perspectiva frankliana, trabajar significa, ante todo, crear, servir y responder a una tarea única e irrepetible. A través de los valores de creación, el ser humano imprime algo de sí mismo en el mundo y participa activamente en la construcción de una realidad más humana.

Es precisamente en este momento cuando la figura del logoeducador adquiere una relevancia particular.

Su misión no consiste en ofrecer respuestas prefabricadas ni en establecer una escala de valores para quienes acompaña. Tampoco pretende sustituir la conciencia de la persona por la propia. Su tarea consiste en ayudar a ampliar la mirada para que cada individuo pueda descubrir, con libertad y responsabilidad, las posibilidades concretas de sentido presentes en su propia existencia.

Viktor Frankl comparaba esta labor con la de un oftalmólogo que ayuda al paciente a ver mejor la realidad, pero nunca decide por él aquello que debe contemplar. Del mismo modo, el logopeducador favorece que la conciencia pueda percibir con mayor claridad los llamados que la vida presenta en cada circunstancia.

En este acompañamiento, el diálogo constituye una herramienta privilegiada. A través de preguntas oportunas, del diálogo socrático y de una escucha auténtica, la persona comienza a desplazar el centro de sus interrogantes. Poco a poco abandona la pregunta centrada en la causalidad —"¿Por qué me sucede esto?"— para abrirse a una pregunta profundamente existencial:

"¿Para qué me está llamando la vida en este momento?"

Este cambio de perspectiva no elimina el sufrimiento ni modifica automáticamente las circunstancias. Sin embargo, transforma radicalmente la posición interior desde la cual la persona enfrenta aquello que vive. Allí comienza a fortalecerse la responsabilidad, fundamento indispensable para toda búsqueda auténtica de sentido.



Consejera en Logoterapia y Teologa
Conferencista internacional | Educadora |
Facilitadora de procesos formativos

"La conciencia orienta las decisiones. Las decisiones intencionales revelan sentido."

Áreas de actuación

- Logoterapia y Análisis Existencial (aplicaciones no clínicas)
- Sentido de vida y desarrollo humano
- Espiritualidad y búsqueda de sentido
- Comunicación No Violenta
- Liderazgo con propósito
- Calidad de vida y bienestar organizacional
- Formación de educadores y agentes multiplicadores
- Desarrollo de equipos y comunidades

Modalidades

- Conferencias
- Talleres vivenciales
- Círculos de Diálogo Existencial
- Formación de educadores y líderes
- Programas para universidades, organizaciones, empresas y comunidades



+55 62 99885-5588



mariaherminia.logoterapia@gmail.com



Maria Hermínia Paixão Nogueira



@sentido_prosa.proposito
@mariaherminia.logoterapia



Maria Hermínia Nogueira

COMUNIDAD CATÓLICA
**MUJERES
CONTRACORRIENTE**



YOUTUBE.COM/@MUJERESCONTRACORRIENTE

Instagram: mujeres_contracorriente

Solo Whatsapp: (34) 652 243 505

LAS ETAPAS DEL DUELO



Luis Felipe Cabrera

- Coronel de la Fuerza Aérea del Perú.
- Situación militar en retiro.
- Veterano de la Pacificación Nacional.
- Magíster en Ciencias de la Administración Aeroespacial en la Escuela de Postgrado en la Fuerza Aérea del Perú.
- Magíster en Desarrollo y Defensa Nacional en el Centro de Altos Estudios Nacionales (CAEN).
- Asesor académico.

Antes de definir las etapas del duelo, es recomendable saber qué es el duelo y cómo cala en cada uno de nosotros. No es igual para los que pasan tan dolorosa situación, pero sí es importante saber cómo afrontarlo, pero también para los que están cercanos a la persona que lo está viviendo.

Entre otros conceptos, tenemos que el duelo es el proceso psicológico al que nos enfrentamos tras una pérdida y que consiste principalmente en la adaptación emocional a esta; engloba también factores fisiológicos, cognitivos y comportamentales, entre otros.

Por definición, la pérdida de cualquier objeto de apego provoca un duelo, si bien la intensidad y las características de este pueden variar en gran medida en función del grado de vinculación emocional o de la propia naturaleza de la pérdida. Las pérdidas no siempre son físicas, sino que también pueden tener un carácter abstracto.

Veamos rápidamente que el apego es un vínculo afectivo intenso y duradero que se desarrolla entre un individuo y sus cuidadores principales, como la madre, el padre u otras figuras de apoyo, y tiene un carácter innato y evolutivo, es decir, surge de manera natural como un instinto de supervivencia y protección (psicología y etología). Este concepto fue desarrollado por el psicólogo británico John Bowlby en la década de 1950, quien estudió cómo las relaciones tempranas con los cuidadores afectan el desarrollo emocional y social de los niños.

La teoría del apego de John Bowlby, complementada y expandida por figuras como Mary Ainsworth, ha revolucionado nuestra comprensión de las relaciones humanas. Su enfoque multidisciplinar y su validación empírica la han consolidado como una de las teorías más influyentes en psicología del desarrollo. El apego es el primer lenguaje emocional del ser humano y, como tal, constituye la base desde la cual cada individuo aprende a amar, confiar y sentirse digno de ser amado.

Pero el apego será desarrollado con más profundidad en otro artículo; por ahora volvamos al duelo.

Tenemos entonces que las personas que pasamos por un proceso de duelo, cuando sufrimos una ruptura de pareja, cuando abandonamos el lugar donde nacimos de forma definitiva, cuando nos despiden de nuestro puesto de trabajo o cuando perdemos la movilidad en una parte del cuerpo; no obstante, el duelo por muerte es el tipo más relevante por la potencia con que afecta a la mayor parte de personas. Además, los modelos psicológicos que describen este proceso se han centrado fundamentalmente en el duelo que se desarrolla como consecuencia de la muerte de una persona cercana o de la cercanía del propio fallecimiento; entre estos, el más importante es el de Elisabeth Kübler-Ross.

La teoría de las 5 fases del duelo de la psiquiatra Elisabeth Kübler-Ross es uno de los modelos psicológicos más célebres en todo el mundo. Estos cinco estadios son la negación, la ira, la negociación, la depresión y la aceptación, y tienen lugar en mayor o menor grado siempre que sufrimos una pérdida.

La psiquiatra suiza Elisabeth Kübler-Ross publicó en 1969 el libro “On death and dying” (“Sobre la muerte y el morir”), en el que describió por primera vez las 5 fases del duelo. Para ello se basó en su trabajo con pacientes terminales en la Universidad de Chicago. El modelo mencionado divide el duelo en 5 etapas que tienen lugar de forma sucesiva; no obstante, años después insistió en que el proceso de duelo no es tan lineal y rígido. Según la autora “On death and dying”, en primer lugar pasamos por la fase de negación y después por la de ira, la de negociación, la de depresión y, finalmente, la de aceptación de la pérdida. Hay que enfatizar que no siempre se presentan en orden ni con la misma intensidad en todas las personas.

A fin de evitar confusiones, mantengamos el modelo descrito por la psicóloga suiza Kübler-Ross y así tenemos las 5 etapas principales:

1. Negación

La negación es la primera reacción ante la pérdida y actúa como un mecanismo de protección emocional. Permite amortiguar el impacto inicial y evitar que el dolor sea abrumador. Puede manifestarse de manera explícita, negando directamente la pérdida, o de forma más sutil, comportándose como si la situación no fuera real.

2. Ira

En la ira, la persona experimenta frustración y resentimiento por la pérdida. Se buscan culpables, que pueden ser otros, uno mismo o incluso el destino. Esta etapa refleja la impotencia ante la imposibilidad de revertir la situación y es una forma de liberar emociones intensas.

3. Negociación

La negociación implica intentar encontrar soluciones o pactos internos para revertir la pérdida, como promesas o compromisos personales (“si hago esto, volveré”). Es un intento de controlar lo incontrolable y suele ir acompañado de sentimientos de culpa.

4. Depresión

La depresión se caracteriza por tristeza profunda, vacío, cambios en el apetito, sueño y energía, así como aislamiento y llanto. Es una fase introspectiva donde se procesa el dolor y se integra la realidad de la pérdida.

5. Aceptación

La aceptación es la etapa en la que la persona reconoce la pérdida y comienza a adaptarse a la nueva realidad. No significa felicidad, sino la capacidad de continuar con la vida incorporando la ausencia de lo perdido.

Ahora que hemos conceptualizado las 5 etapas del duelo, consideremos de importancia que las etapas no son lineales, se pueden experimentar en distinto orden, repetirse o solaparse, que el duelo es único y depende de factores personales, culturales y del tipo de pérdida.

También es importante considerar que herramientas como la escritura emocional, rutinas diarias y apoyo profesional pueden facilitar el proceso y prevenir un duelo complicado. Si el duelo se prolonga más de 6-12 meses o interfiere significativamente en la vida diaria, es recomendable buscar ayuda psicológica, espiritual, religiosa o la que mejor crean conveniente.

Quisiera terminar este artículo manifestando que he vivido estas etapas de duelo ante las pérdidas de mis padres y puedo afirmar que el tiempo solo depende de cada uno y la fe, no me refiero a religión alguna, es lo que más ayuda a sobreponerse.

>CEDIT>

CENTRO DE ESTUDIO, DOCENCIA E
INVESTIGACIÓN DE TERAPIA
RELACIONAL-ÉTICA



CEDIT-INT

credit.int@gmail.com



Like



Follow



Share

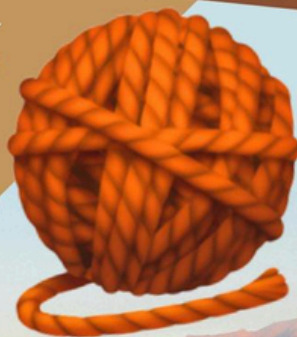
14° ENCuentRO Federal de **LOGOTERAPIA**

y perspectivas afines

*IV Encuentro
de Logoterapia del
Cono Sur*

**22 al 24 de
octubre 2026**

**SANTIAGO
DE CHILE**



PATROCINA:



CONTACTO

Facebook: Encuentro Federal de Logoterapia
Instagram: @encuentrofederal
Email: encuentrofederaldelogoterapia@gmail.com
(Consulte por informes y bonificaciones)
Contacto local: +56986750622 (Chile)

Sede:

NOVOTEL SANTIAGO LAS CONDES

*Av. Alonso de Córdova 5199.
(Y alojamiento sugerido).*

**FECHA LÍMITE PARA ENTREGAR TRABAJOS:
11 DE SEPTIEMBRE**

MODALIDAD DE PRESENTACION

- TRABAJOS LIBRES
- TALLER



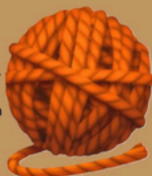
Plazo de entrega hasta el **11 de septiembre** de 2026



Título del trabajo/taller, abstract de no más de 150 palabras, CV abreviado (aproximadamente 5 renglones) de autor/es.



encuentrofederaldelogoterapia@gmail.com



TRABAJO LIBRE

Exposiciones de 20 minutos en paneles de trabajo que integrarán otros dos o tres expositores, al cabo de los cuales se abre un espacio de intercambio y preguntas con el público asistente.

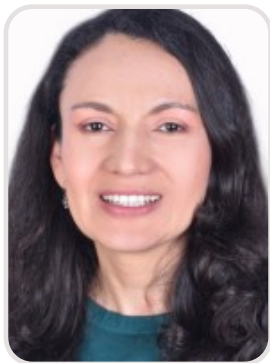


TALLERES

De 50 minutos aproximadamente, utilizando metodologías no expositivas. Solicitar, al mail, el instructivo con las precisiones y requisitos metodológicos propios del taller.



El bordado de la vida



**CLAUDIA CAICEDO
ARANZAZU**

Administradora de empresas por la Universidad Santo Tomás. Consejera en Logoterapia por el Instituto Peruano de Logoterapia, acreditado por el Viktor Frankl Institute de Viena (Austria).

Actualmente cursa el Máster en Acompañamiento Espiritual en el Pontificio Instituto Teológico Juan Pablo II (Sección Mexicana).

Estudios complementarios en Círculos de Diálogo Existencial, Gestión del Duelo, Salud Mental Organizacional, Escritura Transformativa, Práctica Compasiva y Contemplativa.

Consejera voluntaria en el programa «Te Escucho» del Instituto Peruano de Logoterapia y miembro activo de la Red Latinoamericana de Mediadores de Lectura.

Antes de comenzar esta lectura, ella misma propone una pausa.

Imagina por un momento que la existencia es un bordado. Se trata de observar detenidamente ese bastidor: ¿Qué colores aparecen con más intensidad? ¿Qué características tiene la tela sobre la cual se plasma: suave, rígida, brillante u opaca? Al contemplar la obra, ¿Cómo es posible describirla? ¿Armónica, con una figura clara, o acaso un trazo más bien abstracto? Vale la pena detenerse a escribir aquello que brote de esta pequeña aproximación al bordado propio.

Cada trayecto humano se construye con hilo y aguja a partir de diferentes puntadas que, plasmadas sobre la tela, van reflejando una obra única. Ciertos acontecimientos parecen un simple hilván, esa puntada larga y floja que se utiliza para unir telas de manera provisional antes de la costura definitiva. Quizás algunas uniones se hayan quedado así, apenas sostenidas por un hilván frágil, sin que la persona se haya atrevido jamás a fijar el tejido de forma permanente o a soltar aquello que ya cumplió su ciclo.

Otras situaciones, en cambio, se asemejan a puntadas invisibles. El hilo queda oculto entre las fibras de la tela, imperceptible a simple vista, pero latiendo con fuerza en el corazón; es ese rincón de la historia que aún no se logra perdonar, la encrucijada que dio un giro inesperado al caminar y a partir de la cual el bordado cambió por completo de forma, de textura y de sentido.

Están también las puntadas decorativas, aquellas que otorgan volumen y diseño, enriqueciendo el bastidor con destellos de belleza y sentido.

Sin embargo, todo bordado posee un revés que pocas veces se muestra al mundo. Es el reverso habitado por nudos, enredos y un aparente caos que, paradójicamente, hace posible el despliegue de la armonía en el derecho. Los hilos discontinuos de ese lado oculto permiten que se manifieste la continuidad y la obra en su cara visible.

El ejercicio invita entonces a dar un paso más y contemplar de nuevo la trama:

Existen hilvanes que se sostienen por temor a soltarlos o que por el contrario piden una puntada definitiva. ¿Qué se necesita para dar ese paso?

Hay nudos en el tejido que requieren ser mirados de otro modo; siempre es posible transformar la realidad mediante el autodistanciamiento: cortar un hilo, cambiar de dirección, o repasar el momento con más calma, paciencia y confianza.

Hay proyectos y puntadas que se suspendieron en el tiempo, pero la libertad humana permite siempre recomenzar. La espera, bien vivida, concede el tiempo necesario para transformar la mirada y volver a empezar con mayor perseverancia y destreza.

¿Qué le pide hoy el bordado de la vida?



CONVERSACIONES DEL CORAZÓN

Agotamiento laboral

(recuperar el sentido ante el cansancio extremo)

Fecha: Miércoles 5 de Agosto / 7:00 pm

Duelo laboral

(por jubilación, despido, reestructuración, renuncia)

Fecha: Miércoles 2 Septiembre / 7:00 pm

Cómo recomenzar

(reconstruir identidad, confianza y pertenencia)

Fecha: Miércoles 7 de Octubre / 7:00 pm

Claudia Caicedo Aranzazu

Consejera logoterapia y formación en
acompañamiento espiritual

Info: (+57) 302 4182956



Contacto



@HILOYPALABRA



HILOYPALABRA@GMAIL.COM

Diario de bitácora

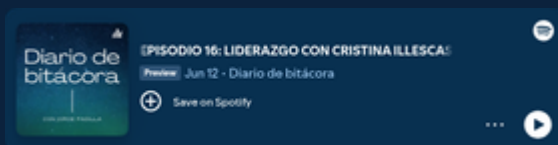


CON JORGE PADILLA

Blogger en Diario de Bitácora

<https://coquipadilla.blogspot.com>

DIARIO DE BITÁCORA



LinkedIn:

[linkedin.com/in/jorge-padilla-ramon](https://www.linkedin.com/in/jorge-padilla-ramon)

CÓMO SABER PERDER



**Andrés Mariano Valle
Mansilla.**

- Abogado por la Universidad de Lima, con maestría en Derecho Registral y Notarial por la USMP, asesor inmobiliario, columnista en el portal La Abeja www.laabeja.pe y creador del canal de YouTube Valman Walking.
- <https://pandezucarperu.blogspot.com/>

España ganó su segundo mundial de fútbol después de 16 años. Un triunfo que consolida a la selección ibérica como una de las más destacadas de Europa después de décadas de dominio alemán, francés e italiano. Eso, sin dejar de mencionar los méritos de otras selecciones, como la Inglaterra de Harry Kane y su merecido tercer lugar en este campeonato, al igual que la Noruega de Erling Haaland y la sorpresa más inesperada: Cabo Verde. Independientemente de la controversia sobre el trabajo de los árbitros, el uso del VAR o el favoritismo hacia ciertos equipos o jugadores, el torneo congregó lo mejor del balompié y también la despedida de varias estrellas como Lionel Messi, Cristiano Ronaldo y Luca Modric. Pero a pesar de todo lo anteriormente dicho, hubieron episodios lamentables que fueron protagonizados por jugadores y por hinchas que demostraron no tener respeto, educación ni civismo a la hora de jugar o de relacionarse con el equipo contrincante.

Por ejemplo, parte de la hinchada mexicana perturbó a la selección ecuatoriana poniendo música en volumen alto y reventando pirotécnicos frente a su hotel para no dejarlos dormir y perjudicar así su rendimiento en el partido donde ambos equipos se iban a medir. No olvidemos que parte de la afición peruana hizo lo mismo en Lima frente al hotel Marriott de Miraflores un día antes del 15 de noviembre de 2017. En ese lugar estaba hospedada la selección de Nueva Zelanda. Perú clasificó a un mundial de fútbol después de 36 largos años, pero malos elementos de la hinchada recurrieron a la misma sucia estrategia psicológica de los mexicanos con su contrincante. Al final, incluso con las jugadas de Paolo Guerrero y André Carrillo, y la dirección técnica de Ricardo “el tigre” Gareca, su desempeño fue muy pobre durante ese torneo. Ni mencionar el penal al cielo de Christian Cueva.

Los actos de vandalismo, acoso y agresión llevados a cabo por hinchas de escasa educación quedaron registrados en numerosos videos de las redes sociales. Y eso no se limitó a México. Francia sufrió lo mismo, aunque su situación se remonta a varios años, gane o pierda en cualquier campeonato. Es como si el hooliganismo hubiera creado escuela y exportado a otros países. Aquí es donde la experiencia colectiva y el compartir triunfos o fracasos deja de ser algo que deja lecciones positivas para la posteridad y se convierte en pretexto para la violencia más vehemente y estúpida, especialmente la que provoca muertes. Por eso comprendo a quienes detestan el fútbol, empezando por la reina Victoria del Reino Unido, que lo calificó de “deporte de rufianes”. Claro, tampoco hay que caer en fanatismos porque el fútbol es un deporte de contacto y no una religión, aunque muchos la consideren como tal en los hechos.

El caso de Argentina es de otro lote, porque es de sobra conocida la actitud soberbia de muchos blanquicelestes. Si ganan, se burlan del perdedor diciendo “así es el juego”, y si pierden, se victimizan o insultan, criticando la celebración de los ganadores. Cuando Alemania derrotó a Argentina en la final de Brasil 2014, consiguiendo así su cuarto triunfo en un mundial, los

teutones celebraban bailando erguidos y también encorvados para representar a los gauchos derrotados. En consecuencia, un periodista radial llamado Víctor Hugo Morales los tildó de “nazis asquerosos”. ¿Qué hubiera pasado si los albicelestes hubieran sido derrotados 7 a 1 como le pasó a Brasil en ese torneo?

Ahora España toca el cielo por segunda vez en su historia futbolística y buena parte de los argentinos demostraron actitudes de patanería, carentes de profesionalismo y un comportamiento que deja mucho que desear. Los gestos de violencia en la cancha, especialmente de Leandro Paredes y del entrenador gaucho tras el pitazo final, el quitarse la medalla de plata por parte de algunos jugadores después de haberla recibido (no es la primera vez que lo hacen) y el gesto de dar la espalda a los recién condecorados ganadores, revelan una actitud carente del más mínimo respeto y educación. Es como si lo único que importara en la vida es obtener una copa dorada, incluso con juego sucio, matonesco y provocador. Eso no es propio de una selección educada. Por eso se han ganado el rechazo de mucha gente y de ahí mi impresión de que las lágrimas de Messi no fueron solamente por morder el polvo de la derrota.

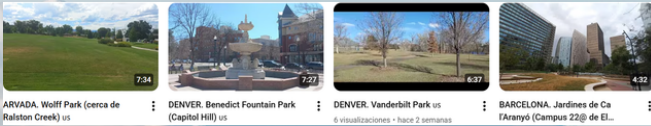
Podría concluir esta reflexión recordando un artículo que escribí hace ocho años acerca de la modestia y profesionalismo que llevó al citado triunfo de Alemania (*aquí el enlace: <https://pandearucarperu.blogspot.com/2014/07/porque-alemania-gano-el-mundial-de.html?m=1>*) y por ello creo que es imprescindible que Argentina ponga eso en práctica si quiere recuperar el respeto de la opinión pública tras este lamentable comportamiento en la final. El respeto es algo que no viene poniéndose una camiseta, alentando a una selección o jugando de manera deshonesta. Eso se gana sabiendo trabajar, reconociendo méritos ajenos, identificando falencias y corrigiéndolas, soportando frustraciones y no confiando en triunfos que no necesariamente cumplen con lo vaticinado. Hay muchos ejemplos históricos que ilustran esa idea.

Por lo pronto, mis felicitaciones a la selección española, al héroe Ferrán Torres (como lo fue Andrés Iniesta hace 16 años), al paciente y educado entrenador Luis De la Fuente y a cada miembro de la selección ibérica. Tuvieron un desempeño impecable, una fe que los motivó a luchar sin desanimarse y se ganaron el apoyo y cariño de millones de aficionados en todo el globo. Es momento de celebrar y desde esta tribuna de opinión me sumo a ello. ¡Salud, España!

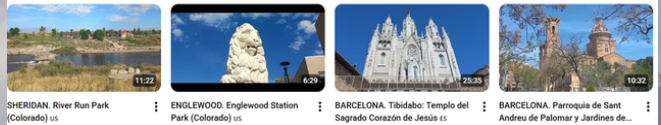




Valman Walking



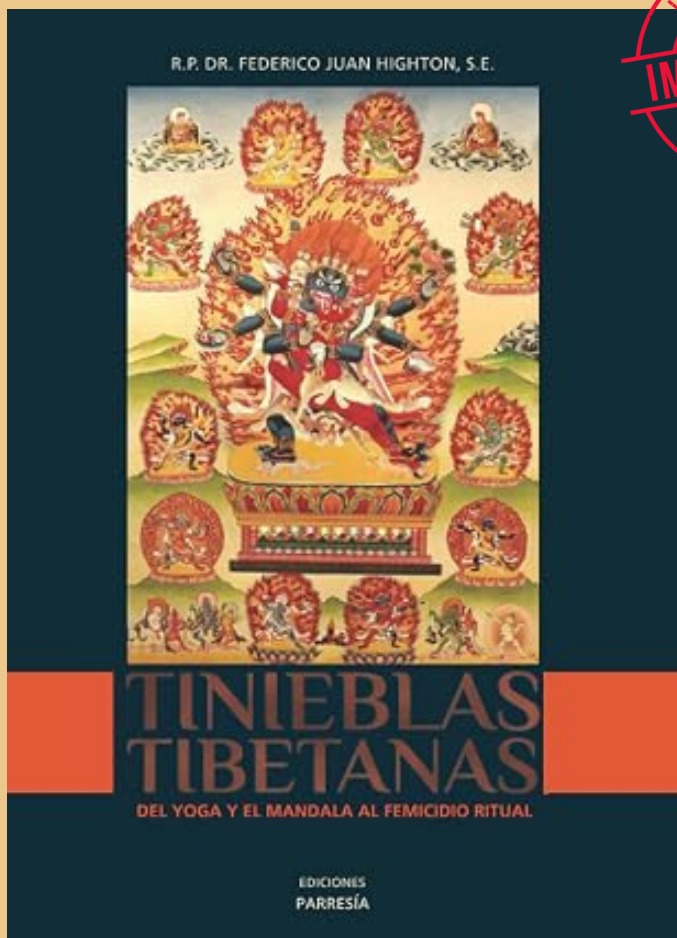
Bienvenido a Valman Walking, mi canal dedicado a ofrecerte videos de paseos a pie por diferentes lugares del mundo, creados para disfrute personal y familiar. Acompáñame cada domingo a disfrutar de nuestros lugares más agradables que están a la vuelta de la esquina.



HORIZONTES LITERARIOS DE SAN RAFAEL



BOOK SALE



amazon

BOOK SALE



**mercado
libre**



buscalibre



URUGUAY: LIBRERIA RENART (UCU, 8 DE OCTUBRE 2738)
ARGENTINA: LIBRERÍA ED. AKADIA (PARAGUAY 2065, CABA)

Book Sale



Susana Cesanelli

amazonkindle

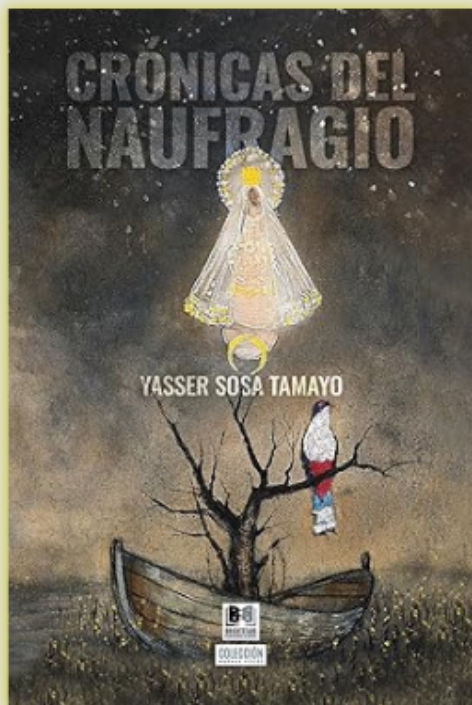


mercado
libre

Librería Club del Libro Cívico.
Marcelo T. de Alvear 1348 (Galería).
Teléfono: 4813-6780.
Ciudad de Buenos Aires, Argentina.

BOOK SALE

amazon



Crónicas del naufragio es un libro que duele. Un descenso íntimo y desgarrador a los rincones más invisibles de una ciudad que no vive, sino que resiste. Escrito en primera persona por Yasser Sosa Tamayo y tejido a partir de encuentros reales en las calles de Santiago de Cuba, este libro levanta un mapa humano de vidas rotas, precarias, exhaustas y, sin embargo, aferradas con una fuerza conmovedora a la necesidad de seguir respirando un día más. Aquí aparecen ancianos abandonados por el tiempo y por todos, niños empujados demasiado pronto al peso de la supervivencia, madres que sostienen hogares enteros con casi nada, hombres derrotados que aún luchan por conservar una última forma de dignidad. Pero estas páginas no ofrecen figuras lejanas ni estampas de miseria contemplada desde afuera: ofrecen presencias vivas, voces que tiemblan, silencios que acusan, cuerpos que resisten. Cada escena es una herida abierta; cada testimonio, un fragmento de humanidad a la deriva en medio del desgaste, la pobreza y el olvido.

Más que observar, el narrador acompaña. No se instala por encima del dolor ajeno, sino dentro de su respiración, de su cercanía, de su intemperie. Desde esa mirada profundamente humana, Crónicas del naufragio construye un mosaico de vidas marcadas por la escasez, la enfermedad, el exilio interior y la erosión lenta de la esperanza, pero también por gestos mínimos de ternura y solidaridad que, precisamente por su fragilidad, resultan todavía más conmovedores. A medio camino entre la crónica urbana, el testimonio social y la literatura de alta intensidad emocional, este libro convierte cada historia en parte de un naufragio colectivo. Una debacle social donde, en medio de tanta devastación, algo persiste: una dignidad herida, una lucidez feroz, una humanidad que se niega a desaparecer del todo.

Crónicas del naufragio no se lee desde la comodidad: se atraviesa. Y deja en quien lo lee la impresión inolvidable de haber tocado, aunque sea por un instante, el temblor más hondo de la condición humana.

BOOK SALE



SUSANA CESANELLI

Imágenes y Palabras
llamadas a encontrar
sentidos cada día



EDITORIAL ARMERÍAS

Libro físico:
+54911 5025 1135



mercado
libre





Enséñanos, José,
Cómo se es “no protagonista”,
cómo se avanza sin pisotear,
cómo se colabora sin imponerse,
cómo se ama sin reclamar.
cómo se obedece sin rechistar
cómo ser eslabón entre el presente y
el futuro
cómo luchar frente a tanta
desesperanza
cómo sentirse eternamente joven
Dinos, José,
cómo se vive siendo “número dos”,
cómo se hacen cosas fenomenales
desde un segundo puesto.
Cómo se sirve sin mirar a quién
cómo se sueña sin más tarde dudar
cómo morir a nosotros mismos
cómo cerrar los ojos, al igual que tú,
en los brazos de la buena Madre.
Explícanos
cómo se es grande sin exhibirse,
cómo se lucha sin aplauso,
cómo se avanza sin publicidad,
cómo se persevera y se muere uno
sin esperanza de un póstumo
homenaje
cómo se alcanza la gloria desde el
silencio
cómo se es fiel sin enfadarse con el
cielo.
Dínoslo, en este tu día, buen padre
José.

Amén



San Rafael, arcángel de la salud, imploro
hoy tu protección especial. En este viaje
que emprendo ahora, guíame con tu luz y tu
sabiduría a toda hora.

Envuelve mi camino con tus alas. Que tus
manos sanadoras me resguarden, y en cada
paso, tu presencia sea mi guarda.

Oh, san Rafael, mensajero divino, intercede
ante Dios, nuestro padre benigno. Que su
gracia me acompañe en este trayecto, y que
su amor sea mi amparo y mi perfecto.

San Rafael, amigo de los caminos, enséñame
a conservar la fe en los sufrimientos y unir
mis dolores con los de Jesús y María, y
buscar la gracia de Dios en la oración,
encontrando la paz y bienestar para que
mis propósitos sean cumplidos.

San Rafael, ángel de la protección y la
salud, te ruego que cuides de mi con
devoción y que siempre conmigo, tu
bendición resuene.

Amén.



DIRECTORA: ANA CECILIA MENA MUÑIZ
ASESORA: RAFAELA ESPINOZA MENA

www.revistasanrafael.com

