



# ¡He conocido a Jesús! ¡Te lo voy a contar!



## Inteligencia Espiritual: La creatividad



Colegio + Diocesano  
Nuestro Proyecto

### SUMARIO

- I. E. La creatividad.....pág. 1
- Enfermedades Internet.....pág. 3
- San Vicente Mártir.....pág.3
- Diálogo fe-ciencia.....pág.4
- Palabras Arzobispo.....pág. 4

Se acerca el verano, ese buen tiempo del que hablamos cuando la temperatura se va templando y el sol brilla con fuerza. Y también, junto con el buen tiempo se acerca un tiempo bueno, en el que vamos a poder disfrutar de las vacaciones de los niños, de una convivencia más serena y relajada, sin las prisas de horarios escolares y extraescolares (¡qué locura!), días de parque, playa, montaña, pueblo, y de algunos rostros de familia y amigos que no son los habituales.

Pero es verdad que también al haber una mayor convivencia, los conflictos se multiplican, y a veces los gritos, peleas, roces etc. nos ocultan el "tiempo bueno", y andamos siempre deseando durante el curso las vacaciones y en vacaciones que comience el curso. Y el ciclo familiar va cambiando, los hijos creciendo...y nos perdemos la bendición inmensa de Dios que es el hoy, la nueva oportunidad que nos trae el verano de que nuestra familia sea esa comunidad de amor y vida que Dios sueña para nosotros. Porque el tiempo tiene sentido: tiene un para qué y un hacia dónde. Un hacia Dios. Dejémosnos educar por este nuevo ritmo, y vivamos un tiempo de crecimiento en creatividad.

En este artículo sobre la competencia espiritual desarrollaremos una de sus facultades, **la creatividad**, es de las más importantes porque el pensamiento creativo es necesario y útil en la vida para aprender a tomar decisiones, dominar el estrés, gestionar conflictos, crear cosas nuevas etc.

Ser capaces de soñar, de crear nuevas ideas y proyectos, buscar soluciones a los conflictos o problemas cotidianos etc. Gracias a la imaginación que para el niño es la puerta de acceso al mundo. Ellos son imaginativos por naturaleza, pero si no cuidamos esta puerta de acceso, se va cerrando y con ello de adultos se limitan.

Asociamos la creatividad a actividades como la música, pintar, dibujar etc. Pero lo cierto es que son muchísimas las actividades creativas que podríamos realizar en nuestras labores cotidianas. Después de esta introducción nos preguntamos ¿Qué podemos hacer en casa para desarrollar la creatividad? Menos tv, ordenador, tablet, y menos sofá! Y ¿más qué? Para enseñar a vivir de forma creativa y ética, es muy importante priorizar el diálogo, enseñar a buscar distintos recorridos, fomentar el gusto por la lectura, aprovechar la necesidad de descubrir que tienen los niños...

### OBSTÁCULOS

- No cuestionarse nada
- Las rutinas mentales: hacer siempre lo mismo de la misma forma
- Falta de autonomía
- Falta de libertad creativa desterrar mensajes como: deja de perder el tiempo, no sabes nada al respecto, eso no tiene lógica...

### RECURSOS

- Es decisivo que los niños realicen **descubrimientos diarios**: acoger sus preguntas como una invitación al diálogo y no como una oportunidad de demostrar que somos adultos y conocemos las respuestas. Dejemos que busquen el por qué de las cosas, todo sobre el telón de fondo de la experiencia diaria. Buscamos que la etapa de los porqués, que se manifiesta intensamente a los dos años de edad no acabe nunca y nosotros como educadores-guía, sepamos adaptarnos con paciencia a su ritmo de crecimiento espiritual.

- **Dejarnos sorprender**: Confiar en nuestros hijos, en su capacidad creativa con la que pueden llegar a sorprendernos. Pedirles colaboración para organizar la decoración de una comida familiar, una celebración de cumpleaños, un santo etc. Elaborar carteles con el nombre del invitado, servilleteros, banderines, plegado de servilletas especial o simplemente la elección de mantelería al poner la mesa cada día. Debemos considerar importante todo lo que pueda favorecer la armonía y la belleza.





C/. Avellanas, 12.

46003 Valencia

[www.fundacioncolegiosdiocesanos.com](http://www.fundacioncolegiosdiocesanos.com)

Teléfono: 963155894

Fax: 963917341

- **Cultivar** y potenciar las actitudes creativas realizando trabajos de jardinería. Plantar en una jardinera algunas semillas de hortalizas de manera que podamos recoger su fruto y degustarlo. Es importante iniciar con ellos la plantación siguiendo pausadamente las indicaciones de la siembra y disfrutando de cada paso. Dejar que sea el niño quien manipule, que vaya recorriendo el proceso y si en algún momento necesita una orientación les serviremos como modelo, pidiéndole que repita lo que nos ha visto hacer, en ningún caso hacerlo todo nosotros. Esta actividad sencilla y fácil de llevar a cabo con pocos recursos, nos permite además despertar y cuidar en nuestros hijos actitudes naturales de asombro, transparencia, sencillez, gratitud, vivir el presente etc. todas ellas íntimamente relacionadas con la facultad creativa. Además como es una actividad prolongada en el tiempo que requiere de trabajo diario también ayudamos a nuestros hijos a responsabilizarse. Disfrutamos con ellos del esfuerzo y cuidado de un ser vivo.
- **Manipulación** a través de la cocina creativa, que es una actividad cotidiana de gran poder formativo. Es importante elegir una receta que se adapte a la capacidad de comprensión de nuestro hijo. Leer la receta en voz alta mirándole, asegurándonos que nos presta atención, ayudándole a descubrir la riqueza de la receta que por sí solo no podría captar (si sabe puede volver a leerla él). Repetir los pasos sin necesidad de decir las cantidades, pero es importante no leer. Como guías nunca debemos suplir lo que nuestro hijo sea capaz de hacer por sí mismo, adaptaremos los materiales a su realidad (colocar los ingredientes de manera accesible, cuchillo y utensilios de cocina que puedan usar sin peligro etc.) el niño debe adquirir ciertas destrezas, pero poco a poco estas habilidades se irán perfeccionando.
- **Creatividad** en el juego a través de una lectura. Gianni Rodari afirma que si “el encuentro entre el niño y la obra se da en una situación creativa en la que lo importante es la vida y no el resultado o la reducción del libro a un instrumento de ejercitación lograremos en nuestros hijos el gusto por la lectura creativa” Debemos elegir el libro en función de aquello que pretendemos alcanzar, para que el encuentro con la obra resulte asequible y gratificante. Resaltar un aspecto y profundizar en él.

Aquí os presentamos actividades que podemos realizar:

- o Escribir (si no sabe, imaginar) cada uno una historia que trate el mismo tema.
- o Escribir otra historia con los mismos protagonistas
- o Inventar la continuación de la historia
- o Cambiar el desarrollo de la historia
- o Ser el mismo niño el protagonista
- o Dibujar la historia, los personajes, hacer un cómic...
- o Representar escénicamente la historia
- o Inventar una nueva historia (Story cubes)
- o Jugar a imaginar posibilidades y consecuencias: Qué pasaría si... (los lápices no pintaran, las pelotas no votaran, si todos los días fueran domingo, si pudiéramos volar, si los pájaros ladraran...)



A la hora de realizar cualquiera de estas actividades debemos dejar a un lado esa sensación de “pérdida de tiempo” que nos invade a los adultos frecuentemente, pues los niños la perciben. Nuestra intención debe ser educativa: queremos potenciar la creatividad, transmitirles que merece la pena y disfrutar con ellos gratuitamente de lo cotidiano. Cuantas más actividades creativas les ofrezcamos, crecerán en autonomía e imaginación y serán capaces de convertir los inevitables momentos de inactividad en una ocasión para crear algo completamente novedoso.

**POTENCIAR LA  
CREATIVIDAD**

Les enseña a vivir  
con resolución,  
siendo creativos en  
las dificultades...

Fomentar el diálogo,  
la participación en  
tareas, la lectura  
creativa...



¿Miedo a no tener móvil? ¿Depresión por Facebook? ¿Adicción a los videojuegos? Puede parecer exagerado, pero son enfermedades que existen y que se derivan de un mal uso de las TIC. En los próximos boletines os iremos informando...

## ¿Padeces NOMOFOBIA? ¡Es mucho más común de lo que piensas!

Puede que no hayas escuchado nunca esta palabra: nomofobia. Y, sin embargo, existe un 50% de posibilidades de que sufras nomofobia. No, no se trata de tener pánico a los gnomos. Se trata de tener miedo a salir de casa sin tu Smartphone. ¿A que ya te suena más la nomofobia?

La **NOMOFOBIA** es el miedo irracional a salir de casa sin el teléfono móvil

Salir de casa y de repente darte cuenta de que te has dejado el móvil. Aunque parezca mentira, esta situación provoca ansiedad a la mitad de los españoles. Se trata de una de las nuevas patologías del siglo XXI, asociadas con la tecnología. Los síntomas son nervios, inseguridad, cuadros de ansiedad y sensaciones de indefensión ante algún imprevisto.

Y ocurre no sólo cuando salimos a la calle sin móvil, sino también cuando estamos en una zona sin cobertura o cuando nos quedamos sin batería. La sensación de angustia aumenta si lo que pensamos es que, directamente, hemos perdido nuestro smartphone.

De media, una persona consulta su smartphone 34 veces al día. Y es habitual hacerlo en reuniones o comidas familiares, mientras se charla con amigos o incluso en la cama, poco antes de dormir. Estos hábitos provocan que, cuando no se tiene la posibilidad de consultar el móvil, aparezca la nomofobia. Esta situación de dependencia del smartphone demuestra un desequilibrio que, dependiendo de la intensidad con la que se sufra, será más o menos grave y, en ocasiones, es necesario acudir a ayuda especializada.

**Desde el secretariado de Padres os proponemos unas pautas para educar a vuestros hijos e hijas adolescentes en las redes sociales en Internet**



- Ser afectuosos con sus hijos e hijas, acompañarles y apoyarles, lo que significa confiar en ellos y potenciar su autonomía.
- Regular ciertos límites relacionados con las redes sociales, al igual que hacéis en cualquier otro ámbito educativo.
- Comunicarse con vuestros hijos e hijas, creando un entorno de confianza donde todos puedan hablar y ser escuchados, se intercambien ideas, se valoren y se respeten.
- Potenciar sus valores y su sentido crítico para que los apliquen cuando usen las redes sociales.
- Tratar de entender las redes sociales desde la adolescencia.
- Conocer cómo funcionan las redes sociales, para saber qué es de lo que estamos hablando.
- Supervisar con vuestros hijos e hijas cómo usan las redes sociales y ayudarles a controlar sus riesgos.
- Mantener una actitud positiva ante las redes sociales, conociendo sus ventajas y potenciándolas.
- Ser conscientes y facilitar que las redes sociales no han de sustituir ningún otro aspecto de la vida social de vuestros hijos e hijas, si no que ha de complementarlo.

Como en otras facetas de la vida, **eduquemos a nuestros hijos en el uso responsable**. Ello les posibilitará adoptar una actitud crítica y personal frente a las múltiples ofertas que reciben de todo tipo. Resulta asimismo **importante dialogar periódicamente sobre el uso que se da al móvil** por parte de nuestros hijos.

## FUNDACIÓN SAN VICENTE MÁRTIR

**¿Habéis leído la última circular sobre el sentido cristiano de las fiestas? En ella queremos compartir con vosotros la importancia de las festividades que en breve vamos a celebrar. ¡No las dejemos pasar como si nada! Los cristianos caminamos de fiesta en fiesta: La Ascensión, Pentecostés, Santísima Trinidad y Corpus Christi. Como cada año, os invitamos a vivirlas intensamente y con el sentido que deben tener para nosotros.**

**Los cincuenta días pascuales y las fiestas de la Ascensión y Pentecostés, forman una unidad. No son fiestas aisladas de acontecimientos ocurridos en el tiempo, son parte de un solo y único misterio.**

**Cuarenta días después del Domingo de Resurrección celebramos La Ascensión y diez días después Pentecostés. El domingo siguiente a Pentecostés celebramos la Santísima Trinidad y el domingo siguiente el Stmo. Cuerpo y Sangre de Cristo.**



¿Somos especiales o vulgares? **¿Es la Vida y la Vida Inteligente una casualidad en un Universo homogéneo?** Es verdad que Copérnico propuso desplazar a la Tierra de la posición central ocupada en el sistema de Tolomeo, pero era una cuestión de medidas estelares y no pretendía rebajar la importancia del Hombre en la Creación. Muchos cosmólogos, hoy en día, invocan el "Principio Copernicano" para postular la homogeneidad del Universo, rechazando cualquier primacía en la posición o en las características que definen la Vida y la Vida Inteligente, en concreto. Sin embargo, nuestro lugar en el Universo, dista mucho de ser vulgar, anodino, homogéneo, del montón...

En efecto, **nuestro Sol**, por ejemplo, es una estrella rara. Pues sí, aproximadamente, el 90% de las estrellas son más pequeñas que el Sol y sólo el 8% son más grandes. Ahora bien, una estrella grande (como las gigantes azules) consume mucho combustible (Hidrógeno) y, en consecuencia tiene una vida corta, quizá unos pocos millones de años y eso no es suficiente para que se desarrolle la vida y mucho menos, para que la Evolución cree vida inteligente. Las estrellas más pequeñas duran más, pero su brillo y su calor es menor y así, es difícil que puedan albergar planetas donde la vida sea posible. No, nuestro Sol **es una estrella excepcional**, tardó 30 millones de años en formarse y tiene unos 4.600 millones de años de existencia; aproximadamente está a mitad de su vida.

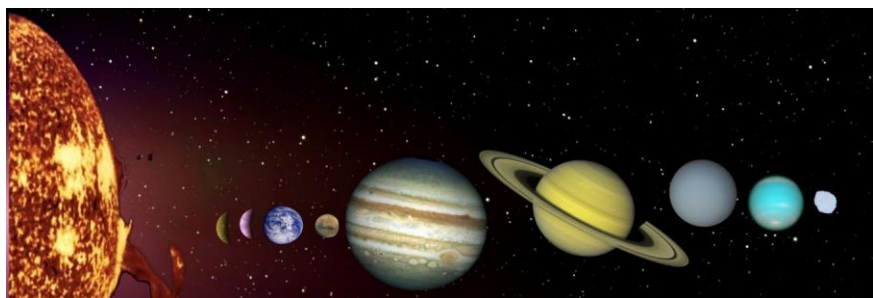
Además, el Sol está en una situación privilegiada. Se encuentra en un brazo de nuestra galaxia, **lo suficientemente cerca para que se puedan dar los elementos necesarios para la existencia de nuestro planeta y la vida, y lo suficientemente lejos del centro de la galaxia donde hay una fuente de energía nociva para la vida.** Estamos en la zona habitable de la Vía Láctea.

Por otro lado, **la Tierra** también está en la zona habitable del Sistema Solar. Dado que el agua líquida es fundamental para la existencia de vida, los científicos definen la zona habitable alrededor de una estrella como esa "cáscara" en la que sería posible encontrar agua líquida en un planeta. La Tierra está allí y Venus y Marte parece que estuvieron en el pasado pero ahora no.

Sin embargo, estar en la zona habitable es condición necesaria para que haya podido surgir la vida, pero no suficiente. El Sistema Solar se formó a partir de una nebulosa de polvo en rotación. Cerca del centro había mucha temperatura y los gases no se podían aglutinar, debían hacerlo los elementos que pudieran resistir el calor, elementos rocosos que formaron planetas rocosos. En el exterior sí podían condensarse gases y se formaron planetas gaseosos. Se esperaba que, cuanto más cercanos al Sol, los planetas tuvieran más hierro, y así ocurre con Mercurio, Venus y Marte, pero la Tierra tiene más hierro que Venus. Tiene un núcleo de hierro mayor incluso que Mercurio. ¿Por qué? Porque la Tierra **tiene algo que no tienen los demás planetas: un gran satélite llamado Luna.** Mercurio no tiene satélites, Venus tampoco y Marte tiene dos pequeños satélites del tamaño de una montaña que el planeta ha capturado recientemente y que terminarán cayéndose encima.

El hierro —una tercera parte de la masa de la Tierra— es el responsable de que la Tierra tenga un campo magnético que desvía las partículas del viento solar, las cuales destruirían la capa de ozono y se llevarían por delante nuestra atmósfera.

En resumen: **vivimos porque el Sol es una estrella rara y excepcional que está en la zona habitable de la galaxia, porque la Tierra está en la zona habitable del Sistema Solar, porque tenemos más hierro del que deberíamos tener, porque tenemos un campo magnético que otros planetas no tienen y porque tenemos un enorme satélite que otros no tienen.** En el próximo artículo hablaremos de esa Luna nuestra sin la cual no sería posible la vida pero, hasta entonces... **¿No parece que nos ha tocado la lotería demasiadas veces? ¿No da la impresión de que todo se afina delicadamente para que la Vida —y la Vida Inteligente— exista?** Quizá no seamos tan vulgares aunque la Tierra no sea el centro geométrico del Universo.



## PALABRAS DE NUESTRO ARZOBISPO

**“...os invito a que construyamos la familia cristiana en la entrega cotidiana a la oración, al trabajo, a vivir permanentemente en fiesta, en esa fiesta que nace en el corazón cuando Dios está junto a nosotros, como lo hizo la Santísima Virgen María...”**

+ Carlos, Arzobispo de Valencia. Jornada Mariana de la Familia (Torreciudad)