



*Building Our Future Through
Education, History and Culture!*

VIRTUDES SEPTIEMBRE 2015



Dando Vida a las Virtudes

Cortesía del
Departamento de Educación de las Islas Vírgenes
División de Educación Cultural de las Islas Vírgenes

Preguntas más frecuentes

Aprenda más sobre el Proyecto de Virtudes

¿Qué es el Proyecto de Virtudes?

El Proyecto de Virtudes es considerado una iniciativa de carácter mundial que ha inspirado la práctica de virtudes en todos los aspectos de vida. Alabado por las Naciones Unidas durante el año Internacional de la Familia como un “programa global modelo para familias de culturas”, sirve de catalizador para la renovación de generosidad, justicia e integridad en más de 90 países. Fue fundado en 1991 por Linda Popov, el Dr. Dan Popov y John Kaveline.

El Proyecto de Virtudes continua inspirando a miles de familias, educadores, líderes, y empleados a cometer actos de generosidad y servicio, a sanar la violencia con virtudes y a crear comunidades seguras y atentas.

¿Que son virtudes?

Tomando prestada la descripción de Sharon, una niña de seis años, “Virtudes son lo bueno de nosotros”.

Las virtudes son la esencia de lo que somos. Son el contenido de nuestro carácter y la base de una felicidad genuina.

¿Por qué virtudes? ¿Por que no virtudes?

Valores pueden ser cualquier cosa que valoramos y cuidamos. Podemos valorar hacernos ricos y famosos, podemos valorar ejercer influencia sobre los demás, pero eso no quiere decir que vamos a tener buen carácter. Los valores son específicos de la cultura ya que lo que se valora en algunas familias o culturas, en otras no se valora. Virtudes son mucho más elementales que los valores. Mientras los valores son específicos de la cultura, las virtudes son universalmente valoradas por todas las culturas.

¿Por qué enseñar virtudes?

Muchos maestros y administradores han llegado a la conclusión de que la aplicación de las estrategias del Proyecto de Virtudes transforma la cultura de la escuela lo cual ayuda a crear un ambiente de cuidado y respeto.

Ellos han remplazado el desánimo con empoderamiento al descubrir que palabras como “holgazán”, “retardado”, “estúpido” “inaceptable”, desmoralizaba y desanimaba a los estudiantes.

Cuando los maestros desbordaban su salón de clase con palabras alentadoras tales como excelente, servicial, trabajador, compasivo, auto disciplinado, integro y bondadoso, el buen comportamiento florecía.

¿Por que el Proyecto Virtudes ha tenido tanto éxito?

Su éxito se atribuye a la enseñanza y aplicación de las cinco estrategias. Estas estrategias son la contribución principal del Proyecto de Virtudes. Se basan en las virtudes que son universalmente valoradas por todas las culturas y religiones.

¿Cuales son las cinco estrategias y por que son importantes?

Las cinco estrategias son:

1. Usar el lenguaje de las virtudes
2. Identificar las oportunidades de enseñar
3. Establecer límites claros
4. Honrar el espíritu
5. Ofrecer acompañamiento

Las estrategias son importantes porque nos ayudan a vivir una vida mas reverente y llena de propósito. Nos ayudan a criar niños llenos de compasión e idealismo y a crear una cultura de buen carácter en nuestras familias, escuelas y lugares de empleo.

¿Se dará una explicación de cada estrategia?

Si, cada estrategia será presenda y explicada en los próximos meses. Durante el mes de octubre de 2015 se dará una explicación breve de cada estrategia.

¿Hay virtudes mensuales?

Si, de hecho hay virtudes semanales, que serán compartidas mensualmente. Como parte de esto, cada virtud incluirá:

1. Significado, practicidad y afirmación según descritas en las tarjeta de reflexión de virtudes
2. Proverbio cultural
3. Cuento “Broo Nansi” y / o “Island Story”
4. Actividades para cada una de las virtudes

¿Como se pueden fomentar y reforzar las virtudes?

Periódicamente, se utilizaran juegos simples y /o libros como instrumentos de enseñanza o como recursos.

¿Como puede ayudar?

Se le exhorta a reunir toda la información que sea posible acerca del Proyecto de Virtudes y asegurarse de impartir ese conocimiento en todos los aspectos de su vida, en el trabajo, escuela y hogar, además de compartir la información con todos.

Si desea información adicional, ¿a quién puede contactar? Puede ponerse en contacto con la facilitadora del Proyecto Virtudes, Arlene L. Pinney– Benjamin al 340-774-0100 x: 2804 o alpbenjamin@doe.vi, en el Departamento de Educación División de Educación Cultural de las Islas Vírgenes. Siéntase libre de visitar [www. VirtuesProject.com](http://www.VirtuesProject.com).

SEPTIEMBRE DE 2015

VIRTUDES DEL MES:

Afecto

Estoy agradecido por el don del afecto. Me ayuda a expresar amor.
(30 de agosto – 5 de septiembre de 2015)

Amor

Estoy agradecido por el don del amor. Es mi tesoro.
(6 de septiembre - 12 de septiembre de 2015)

Bondad

Estoy agradecido por el don de la bondad. Aviva mi corazón.
(13 de septiembre -- 19 de septiembre de 2015)

Compasión

Estoy agradecido por el don de la compasión. Conmueve mi corazón.
(20 de septiembre - 26 de septiembre de 2015)

Gentileza

Estoy agradecido por el don de la gentileza. Serena mi alma.
(27 de septiembre - 3 de octubre de 2015)

Próximo

OCTUBRE DE 2015

VIRTUDES DEL MES:

Responsabilidad

*Estoy agradecido por el don de la responsabilidad. Ayuda a realizar mi propósito.
(4 de octubre - 10 de octubre de 2015)*

Autodisciplina

*Estoy agradecido por el don de la autodisciplina. Es el jardinero de mi alma.
(11 de octubre - 17 de octubre de 2015)*

Confiabilidad

*Estoy agradecido por el don de la confiabilidad. Es la fuerza en mis promesas.
(18 de octubre - 24 de octubre de 2015)*

Excelencia

*Estoy agradecido por el don de la excelencia. Es mi verdadera prosperidad.
(25 de octubre - 31 de octubre de 2015)*

AFECTO

Afecto es dar amor y atención a las personas y cosas que son importantes para uno. Al sentir afecto por las personas, usted las ayuda. Realiza un trabajo con mucho esmero dando el mejor esfuerzo. Usted trata a las personas y a las cosas con delicadeza y respeto. El afecto hace del mundo un lugar mas seguro.

“ El que se preocupa, escucha.”

Paul Tillick

La Práctica del Afecto

... Práctico el afecto cuando...

Presto atención a los demás, a mi mismo y al mundo
Miro a las personas y escucho con atención
Manejo las cosas con cuidado
Soy atento con las personas y las cosas bajo mi cuidado
Trato mi cuerpo con respeto
Trabajo con entusiasmo y excelencia

Afirmación

Cuido de los demás y de mi mismo.
Doy atención amorosa. Doy lo mejor de mi en cada trabajo.

PROVERBIO CULTURAL

Bathe people chil'run bu' don' wash behin' de ears
It's all right to bathe your neighbors children but don't scrub behind their ears.

Significado

Es necesario preocuparse, sin embargo asegúrese de no extralimitarse

CUENTO ANANSI

Broo Nansi, Broo Tukuma and the Butter
Broo Nansi - - Una Selección de Cuentos Anansi
Recopilado por el Dr. Lezmore E. Emanuel

En Broo Nansi, Broo Tukuma y la mantequilla, usted verá como Nansi recompensó a Tukuma por ser un buen amigo.

Actividades con

el Afecto

Actividades con el afecto

- Haz una "lluvia de ideas" acerca de las necesidades de la clase o de una mascota de la familia.
- Organiza un proyecto enfocado hacia el cuidado del medio ambiente, por ejemplo la limpieza de una calle cercana.
- Ofrece ayuda a un anciano.
- Piensa en alguien de la clase o de tu familia y haz cosas por ella que demuestren afecto durante una semana. Después comenta en clase los cambios que has notado en esa persona.

Hablemos acerca del afecto

- ¿Cómo puedes darte cuenta cuando otros te tienen afecto?
- ¿Cómo te sientes cuando te parece que otros no te tratan con afecto?
- Nombra tres cosas afectuosas que has hecho esta semana.
- Nombra un personaje de un libro o de una historia y habla de lo que más te gustó de esa persona.
- Busca historias en el periódico o en una revista acerca de personas que necesitan afecto. Piensa maneras en que tú y otros pueden ayudarlas.
- Nombra tres maneras con las que puedes cuidar el medio ambiente. Haz un collage acerca del afecto.

Temas para los afiches

- Muestra tu afecto.
- El afecto es una forma especial del amor.
- Si, soy afectuoso.
- Doy lo mejor de mi.
- La tierra es nuestro hogar. Cuidémosla.

Citas acerca de el afecto

"La gente no se interesa por lo que sabes hasta no saber cuánto amor puedes dar."
Desconocido

"La caridad comienza en el hogar." Terence

"Lo más importante es ser atento." Hugel

"Cómo creen que podemos tener caridad para los demás si no tenemos caridad para nosotros mismos?" Thomas Brown

"El cuidar de la vida humana y de la felicidad, no su destrucción, es el primero y único objetivo legítimo de un buen gobierno."
Thomas Jefferson

"Cada lugar en esta tierra es sagrada para mi pueblo. Cada aguja brillante de un pino, cada playa arenosa, la neblina en un bosque oscuro, cada claro y cada insecto zumbando es sagrado en la memoria y en la experiencia de mi pueblo." Carta del Cacique Seattle al Presidente de los Estados Unidos, 1885

BROO NANSI, BROO TUKUMA, AND THE BUTTER

Broo Tukuma and Broo Nansi were friends for a very long time. One day as they were strolling through the woods they found a keg of salt butter. Now this was a great delicacy, as it was used to season food as well as butter bread. They hid the butter in the bushes and decided that they would come back soon and divide it equally between them. They promised to say nothing to anyone in the village.

Several weeks passed, and finally Nansi said to Broo Tukuma: "Broo, some friends in the next village have invited me to a christening. I will be gone for a few days." Nansi packed and pretended to be going on a journey. As soon as he was out of sight of the village, he hurried to the place where he and Tukuma had hidden the butter. He took the top off and ate a quarter of the butter. Then he returned to the village.

When he arrived, Tukuma said to him, "What is the name of the child?"

"Top off," replied Broo Nansi.

Several days later he told Broo Tukuma, "I am invited to another christening. I will be back soon." Broo Nansi repeated the same maneuver. This time he ate to the halfway mark of the butter.

When he returned to the village, Tukuma asked him, "What is the name of the baby this time?"

"Half gone," replied Nansi.

Some days later he said to Tukuma, "I don't know what is going on, but I have a third christening to go to."

"Well, you are a very popular fellow. Enjoy yourself," Tukuma returned.

Nansi went and ate all of the butter. When he returned, Tukuma asked him, "How is the child called this time?"

"Licked clean," replied Nansi.

A couple of weeks later Tukuma suggested that they go and divide the butter. Nansi agreed. He had his wife cook up some pea soup with cattle tongue dumplings. They walked all morning without a rest. When they got to the place where the butter was hidden, Nansi said that they should eat first because they had been traveling all morning. They ate, and the heavy meal plus the weariness from walking soon had Tukuma snoring.

As he slept, Nansi went to the barrel and scraped the remnants of the butter and smeared them on Tukuma's mouth and hands. Then he climbed a tree and started one big outcry. He shouted so long and so hard that pretty soon the entire village had turned out to see what the problem was.

"Look!" Broo Nansi shouted, "Tukuma is so greedy that he ate the whole keg of butter that we found, by himself. If you don't believe me, check his mouth and hands."

The villagers did so and cried shame on Tukuma. Poor Tukuma was startled from sleep, and unaware of what was going on, found himself being berated and beaten on all sides. When he collected his senses, he took off for parts unknown, vowing vengeance on Broo Nansi. Broo Nansi had a hearty laugh but he remembered what Broo Tukuma said about repaying him. So he stayed up in the tree, and he is there to this day.

AMOR

Amor es un sentimiento especial que llena el corazón. Se demuestra con una sonrisa, una palabra amable, un acto atento o un abrazo. Amor es tratar a las personas y a las cosas con cuidado y bondad porque significan mucho para usted. El amor es contagioso. Continua extendiéndose.

El amor es paciente; es generoso ... todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta.”

LA Sagrada Biblia, 1 de Corintios, 13:7

La Práctica del Amor

... Práctico el amor cuando...

Trato a los demás como quiero que me traten
Digo cosas amables y cariñosas
Comparto mis cosas y a mi mismo
Quiero a las personas como son
Cuido las cosas que quiero
Hago lo que amo y amo lo que hago

Afirmación

Soy una persona amorosa. Demuestro amor con mis acciones, con palabras amables y afecto. Trato a los demás como quiero ser tratado.

PROVERBIO CULTURAL

Bird sing sweet foh 'e own nes'
My teeth come before my family

Significado

La caridad comienza en el hogar.

CUENTO ANANSI

Jackass' Marriage

Broo Nansi - - Una Selección de Cuentos Anansi
Recopilado por el Dr. Lezmore E. Emanuel

Al explorar la boda del burro usted descubrirá como el burro le demostró amor a su esposa.

Actividades con el Amor

Muestre y comente

Anime a los estudiantes a traer cosas que ellos aprecian para mostrar a la clase. Deben comentar cómo es que ellos tratan con amor estas cosas especiales.

Reflexión acerca del amor

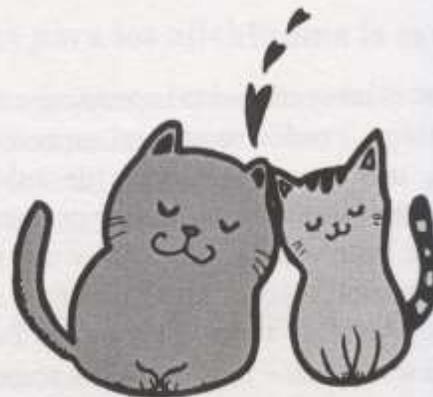
- Comenta tres maneras como puedes mostrar amor hacia la gente.
- Di tres maneras como puedes mostrar el amor hacia los animales.
- Nombra algunas cosas que amas, que no sean ni personas ni animales.
- ¿Qué es algo que amas hacer?
- ¿Qué sucede cuando haces alguna tarea con amor?
- ¿Cómo te gustaría que la gente te tratara?
- Nombra tres maneras amorosas de tratar a la gente.

Dibuja el amor

Dibuja una casa con toda la gente que amas. Puede ser cualquier persona, aún alguien que no conoces personalmente, puede ser alguna persona famosa o un figura histórica.

Temas para los afiches

- El amor es lo único que es realmente importante.
- El amor perdura.
- El amor es bondadoso.
- El amor es gentil.
- El amor es paciente.
- El amor es humilde.



Citas acerca del amor

"Tu tarea no es buscar el amor, sino encontrar todas las barreras al amor que has construido dentro de ti mismo."

Rumi

"El amor no es algo que se encuentra, como una piedra; hay que crearlo, al igual que haces el pan; hay que desarrollarlo continuamente, hay que renovarlo." Ursula K. Le Guin

"El amor sana a la gente – tanto a aquél que da el amor como aquél que lo recibe."

Karl Menninger

"Esparce el amor dondequiera que vayas, comenzando en tu propio hogar."

Madre Teresa

"Solamente el amor puede capacitar a la humanidad para crecer, porque el amor engendra la vida y es la única forma de energía que perdura eternamente."

Michael Quoist

"El amor es la única fuerza capaz de transformar a un enemigo en un amigo."

Martin Luther King

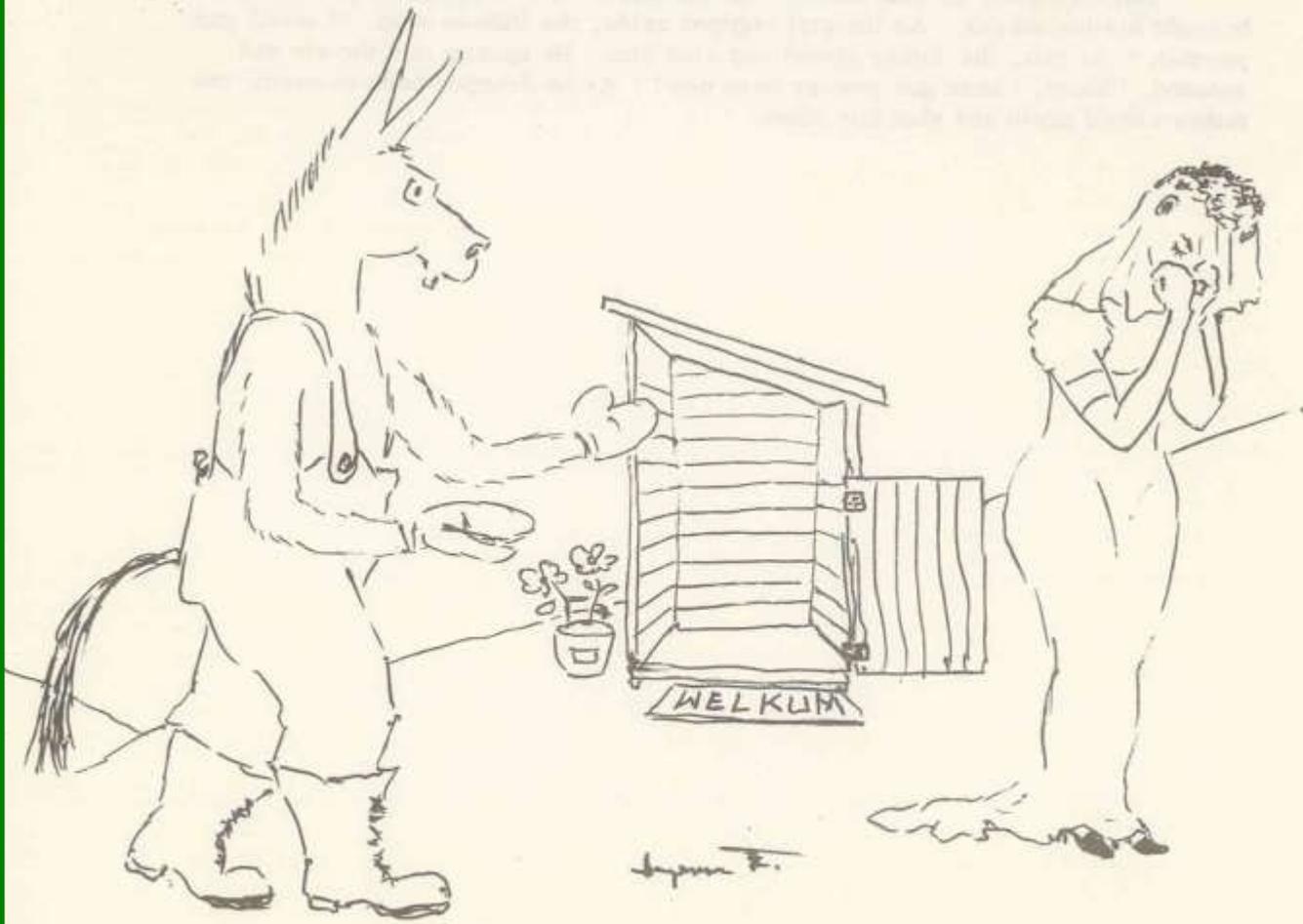
JACKASS' MARRIAGE

Once there was a girl named Helen who was the loveliest girl in the village. This made her very vain and proud. She wouldn't marry any of the young men in the village. They all had some fault. One was too tall, one was too short, one too thin, another too fat, and so on. Broo Nansi decided that he would try his luck. So he dressed himself up and went and asked the girl to marry him. But the girl's brother who was named Downiwar knew who it was and whispered in his sister's ear, "Don't you know who that is? That is Broo Nansi!" Then the girl and all her brothers and relatives beat Broo Nansi and sent him away.

When Jackass saw this, he laughed, "Hee haw, hee haw! You really thought that such a beautiful girl would marry you?" This made Broo Nansi very angry and he decided to revenge himself both on the girl and on Jackass who had laughed at him. He thought up a plan.

"You are right, Broo Jackass," said Nansi. "She certainly wouldn't marry anyone as little and as skinny as I. But you now, you are a perfect gentleman. I am sure that she will marry such a one as you."

Jackass was flattered to be called a gentleman. He decided to ask Helen to marry him. He dressed up and went and asked her to marry him. The girl decided



that his long face was very handsome, so she married him. Now, her brother, Downiwar was not at home at the time.

After the wedding, Jackass took his bride to his stable as that was the only place he could take her. Then she realized that she had married a Jackass. Well, what a carrying on. Jackass, being what he is, had no manners and began to bite and kick the girl. The girl began one wailing and bawling and singing:

"Ah, Downiwar, Oh Downiwar, Poor me Helen girl, Downiwar!
Jack a-bite me, Downiwar, Jack a-kick me Downiwar,
Ah, Downiwar, Oh, Downiwar."

Jackass heard her and sang in return:

"Ah, Downiwar, Oh, Downiwar,
Handsome man you want, Downiwar,
Handsome man you get, Downiwar,
Ah, Downiwar, Oh, Downiwar."

And then he kicked and bit her worse than ever.

She sang again, this time louder:

"Ah, Downiwar, Oh Downiwar, Poor me Helen girl, Downiwar,
Jack a-bite me, Downiwar, Jack a-kick me, Downiwar,
Ah, Downiwar, Oh, Downiwar!"

Her brother heard her singing and came running. He caught Jackass by the tail and put a rope around his neck and took him to the pound. And from that day to this whenever Jackass starts to kick and bite he is taken to the pound. And whenever a girl picks and chooses her suitors too much, she gets a Jackass in the end.

That's what Nansi says. The tale is told; if you don't like it, don't tell me.

Jamaican Anansi Story, Adapted;
Told by "Auntie Roachie" Louise Bennett

Bondad

Bondad significa demostrar afecto o hacer algo para mejorar la vida de los demás. Es ser considerado hacia las necesidades de otras personas. Es demostrar amor y compasión por alguien que esta triste o necesita ayuda. Cuando esta tentado a ser cruel, criticar o burlarse de alguien, en su lugar usted decide ser bondadoso .

Se una expresión viva de la bondad de Dios; bondad en tu rostro,
bondad en tus ojos, bondad en tu sonrisa ...”

Madre Teresa

La Práctica de la Bondad

... Práctico la bondad cuando...

Ayudo afectuosamente a los que lo necesitan
Hago cosas consideradas para dar felicidad a los demás
Ayudo al medio ambiente
Resisto la tentación de ser cruel
Acepto a las personas que son diferentes

Afirmación

Soy bondadoso. Demuestro compasión por los demás. Tengo el valor de mostrar mi interés en los demás.

PROVERBIO CULTURAL

Beat Yoh Chile An' Hide Yoh Han'
Lak yoh door an' beat yoh chile.

Significado

No deje que su mano izquierda sepa lo que hace la derecha.
Comer a solas; Hambre a solas.
Bocado consumido no tiene amigos.
Comparta cuando tiene, de modo que pueda tomar parte cuando este necesitado.

CUENTO ANANSI

Mr. Lenaman and the Jumbies
Broo Nansi - - Una Selección de cuentos Anansi
Recopilado por el Dr. Lezmore E. Emanuel

Mientras disfruta de Mr. Lenaman y los Jumbies, usted descubrirá como la bondad de los jumbies afectó a Mr. Lenaman.

Actividades con *La Bondad*

Bondad ambiental

Haz un proyecto para mejorar el ambiente, por ejemplo: recoger papeles u otra basura. Puedes ser parte de una excursión.

Reflexión acerca de la bondad

- ¿Qué hace la mayoría de la gente cuando mira que alguien es diferente o que tiene alguna discapacidad?
- ¿Cómo te sientes cuando eres ignorado o te hacen bromas, etc.?
- ¿Cómo puedes ser bondadoso con un discapacitado?
- Nombra tres maneras de ser bondadoso con los animales.
- Piensa en alguien que necesite de tu bondad hoy. ¿Qué acto bondadoso podrías hacer por él?
- ¿Qué harías si alguien no te trata con bondad? ¿Qué le podrías decir?
- ¿De qué manera has sido bondadoso con la gente o con los animales?

Dibuja la bondad

Haz un dibujo de ti mismo realizando el acto de tratar bien a una persona o a un animal.

Haz un afiche con ejemplos del reciclaje, la reutilización o la economía; por ejemplo: cerrando la llave del agua mientras que se lava los dientes.

Temas para los afiches

- Ojos bondadosos
- Una sonrisa bondadosa
- Palabras bondadosas
- Actos bondadosos
- Sé bondadoso con la humanidad

Citas acerca de la bondad

"Cuando siembras una lechuga y ésta no crece bien, no le echas la culpa a la lechuga. Buscas las causas del problema: puede ser que le falta abono, que tiene poca agua o mucho sol. No culpas a la lechuga. Sin embargo, si tenemos problemas con nuestros amigos o nuestros familiares, siempre la culpa es de la otra persona. Pero si sabemos cómo cuidarlos, crecerán bien, al igual que las lechugas."
Thich Nhat Hanh

"La mejor parte de la vida de un buen hombre son sus actos pequeños de bondad y amor sin renombres y olvidados."
W.W. Wordsworth

"El mejor fruto, el último en perfeccionarse, aun para las almas más bondadosas, es la ternura para la gente sin bondad, la tolerancia para los intolerantes, un corazón cálido para la gente fría..." Richter

"Procura que todos los que han acudido a ti salgan mejor y más felices. Debes ser la manifestación viva de la bondad de Dios; bondad en tu rostro, bondad en tus ojos, bondad en tu sonrisa, bondad en tu saludo afectuoso."
Madre Teresa

"Hay una gracia en escuchar bondadosamente y una gracia en hablar bondadosamente."
Anónimo

"Si alguien escucha o extiende la mano, o susurra unas palabras de aliento, o trata de entender a una persona solitaria, suceden cosas extraordinarias." Loretta Girzattis

MR. LENAMAN AND THE JUMBIS

Mr. Lenaman wanted to buy some land to grow some corn. After several inquiries he finally found a piece for sale in the country. He bought twenty acres of it and planted it with corn. It so happened that the land was an ancient cemetery. When he went to clear the land, he had a curious experience. As he cut the bush the first time, he heard a voice say, "Who is that chopping down the bush?"

Mr. Lenaman answered, "It's I — Mr. Lenaman."

The voice said:

Big and little, get up and help Mr. Lenaman chop the bush!

There must be no bush left here today.

So all the jumbis, big and small, got up and chopped down the bush clean. Mr. Lenaman was very happy. He went home and told his family what had happened. When the bush was dry, he decided to burn it. As he struck the match, he heard a voice say, "Who is that burning the bush?"

Mr. Lenaman answered, "It's I — Mr. Lenaman."

The voice said:

Big and little, get up and help Mr. Lenaman to burn the bush.

There must be no bush left here today.

And all the jumbis big and small got up and burned the bush clean.

The next day, Mr. Lenaman and his wife went to plant corn. As they put the hoe in the earth, they heard a voice say, "Who is that planting corn?"

Mr. Lenaman answered, "It's I — Mr. Lenaman."

The voice said:

Big and little, get up and help Mr. Lenaman plant the corn.

There must be no corn left today.

And all the jumbis got up and helped them plant the corn on the whole twenty acres.

At last the corn started to grow and needed weeding. Mr. Lenaman and his family went to weed it. As they started, a voice said to them, "Who is that weeding the corn?"

Mr. Lenaman answered, "It's I — Mr. Lenaman."

The voice said:

Big and little, get up and help Mr. Lenaman weed the corn!

There must be no weeds left today.

And all the jumbis got up and helped them weed the corn that day.

Now the corn grew up, and the ears grew big and lovely and finally dried. They were now ready for harvesting. Mr. Lenaman sent his wife and son to watch the ears. But he cautioned them not to break the corn or all the jumbis would break off all the ears. He told them that he would get the neighbors to come and help him reap the corn. When the wife and son got to the land, they forgot the warning. As they left the land, they broke one each. They heard the voice say, "Who is that breaking the corn?"

They answered, "Mr. Lenaman's wife and son."

The voice said:

Big and little, get up and help Mr. Lenaman's wife and son break the corn.

There must be no corn left here today.

And they broke off every ear.

The wife and son went home and told Mr. Lenaman. The three of them went back to the land. Mr. Lenaman was so angry that he began to beat his wife and son. The voice said, "Who is beating the wife and son?"

Mr. Lenaman answered, "It's I — Mr. Lenaman."

The voice said:

Big and little, get up and help Mr. Lenaman beat his wife and son.

There must be no wife and son left here today.

And all the jumbis got up and beat the wife and son until they killed them.

Now Mr. Lenaman didn't know what to do. As he stood there puzzling he scratched his head. The voice said, "Who is that scratching his head?"

"It's I — Mr. Lenaman."

The voice said:

Big and little, get up and help Mr. Lenaman scratch his head.

There must be no head left here today.

And all of the jumbis got up and scratched his head until he died.

Sometimes too much help is worse than too little help.

COMPASIÓN

Compasión es comprensión y preocupación cuando alguien esta lastimado o perturbado, aun cuando no conozca a la persona. Es querer ayudar, aunque lo que pueda hacer es escuchar y decir palabras amables. Usted perdona los errores. Usted es un amigo cuando alguien lo necesita.

“Si usted quiere que otros sean felices, practique la compasión. Si usted quiere ser feliz, practique la compasión.”

Dalai Lama

La Práctica de la Compasión

... Práctico la compasión cuando...

Me doy cuenta que alguien esta lastimado o necesita un amigo

Me imagino como se siente

Tomo tiempo para demostrar que me preocupo

Pregunto como está y escucho pacientemente

Le perdono a otros sus errores

Soy útil a una persona o animal necesitado

Afirmación

Soy compasivo. Me doy cuenta cuando alguien esta lastimado o necesita ayuda. Tomo tiempo para demostrar que me preocupo.

PROVERBIO CULTURAL

Cuss de dag but she ‘e tee’ white

Significado

Reconozca el bien en todo el mundo.

ANANSI STORY

La Monde Tay-Tay**

Broo Nansi - - Una Selección de Cuentos Anansi

Recopilado por el Dr. Lezmore E. Emanuel

Comparta como la compasión de Compere Zayeh ayudó al joven en la historia
La Monde Tay-Tay**.

Actividades con

la Compasión

Un proyecto de servicio

- En grupo, piensen en maneras de servir a la gente de su comunidad, que está muy sola o que necesiten una ayuda.
- Revisen los artículos en los periódicos sobre gente con necesidades. Pónganse de acuerdo en algún proyecto para ayudarles.
- Escriban una carta a un compañero enfermo que se quedó en casa o está hospitalizado.

Reflexión acerca de la compasión

- ¿Cómo se siente la compasión dentro de uno?
- ¿En qué momento has sentido compasión por un desconocido?
- ¿Cómo es sentirse muy solo?
- Nombra tres maneras para ayudar a un estudiante nuevo a sentirse menos solo.
- ¿Qué harías para ayudar a tu papá, si él estuviera internado en el hospital?
- ¿Cómo le mostrarías compasión?



Dibuja la compasión

Haz el dibujo de una persona compasiva que está ayudando a la gente o a un animal en apuros.

Temas para los afiches

- Mi corazón está lleno de compasión.
- Haz por los demás lo que te gustaría que ellos hicieran por ti.
- Me interesa.

Citas acerca de compasión

"Si en su compasión no se abarca a sí mismo, no está completa." Jack Kornfield

"Camine una milla con mis zapatos puestos."
Una Canción

"... nadie debe vivir sólo para sí mismo."
Ross Parmenter

"(El hombre) es inmortal ... porque él tiene un alma, un espíritu que puede tener compasión, hacer sacrificios y aguantar."
William Faulkner

"El individuo puede tener mucha compasión o mucha indiferencia. Está en sus manos alimentar la primera y dejar atrás la segunda."
Norman Cousins

"Procura que quienes acudan a ti salgan mejor y más felices." Madre Teresa

LA MONDE TAY-TAY*

CRICK! CRACK! MONKEY BREAK HE BACK UPON CARRICOU ROCK!

One time there was a woman who had one hundred children. She ate ninety-nine of them, and only one son was left. As she advanced upon him to eat him, he dashed out of the house and down the street. He ran and ran until he met Compere Goat. He rushed to Compere Goat and panted:

"Compere Goat, Compere Goat! Please help me. I am the last of my mother's one hundred children. She ate the other ninety-nine and now she wants to eat me."

Compere Goat tossed his horns. "She won't bother you as long as you are with me. If she tries, I shall give her a butt with my sharp horns." The boy hid behind Compere Goat. Just then his mother came singing down the street:

La Monde Tay-Tay
La Monde pou allez
Pwanga-lang, ga-lang.

She sounded so fierce that Compere Goat said "Boy, save yourself. I am going to save myself." And with that Compere Goat disappeared in a swirl of dust. The boy ran on and on until he met Compere Cow. He ran up to Compere Cow.

"Compere Cow! Compere Cow! Save me. My mother wants to eat me. She ate the other ninety-nine of my brothers and sisters."

"Stand behind me," Compere Cow said, "I shall take care of her. If she tries to bother you I shall give her such a butt with my horns that she will never worry you again." So the boy stood behind Compere Cow.

Presently, they heard the woman coming down the street. She was singing:

La Monde Tay-Tay
La Monde pou allez
Pwanga-lang, ga-lang.

Compere Cow got so frightened that he began to tremble, all four knees knocking. As the song drew nearer and nearer, he said: "Boy, save yourself. I am going to save myself." Compere Cow took off so fast that only his heels could be seen going around the corner. The boy ran on. He ran until he met Compere Donkey. He rushed up to him, all out of breath:

"Compere Donkey, save me please. My mother wants to eat me. She has already eaten my ninety-nine brothers and sisters."

"Stay with me," Compere Donkey said, "If she comes near you, I shall let her taste my back hooves." The boy stood close to Compere Donkey.

Soon they heard approaching them:

La Monde Tay-Tay
La Monde pou allez
Pwanga-lang, ga-lang.

Compere Donkey was so terrified that he let out one snort of a bray and shouted: "Boy, save yourself. I am going to save myself." And with that Compere Donkey hightailed it from view. The boy was exhausted. With a final burst of speed he ran up to Compere Zayeh.*

"Compere Zayeh, Compere Zayeh! You must help me please. My mother is chasing me. She wants to eat me. She has already eaten my ninety-nine brothers and sisters."

*The Grenadian name for Broo Nansi

"You stay with me," Compere Zayeh said. "I will protect you." The boy wondered how Compere Zayeh, who was the smallest and weakest of all the animals he had asked for assistance, could help him. However, he was desperate and decided to take his chances with Compere Zayeh. Soon, they heard the terrible song approaching them:

La Monde Tay-Tay
La Monde pou allez
Pwanga-lang, ga-lang.

They were both very frightened and the boy began to shake. Compere Zayeh was shaking too, but he dashed to his house which was not far off and donned a suit made entirely of bits of glass bottle. When the woman with breasts like the world advanced on them, he went to meet her. Grabbing him up, she swallowed him whole. As she reached for her trembling son, Zayeh began to dance a calypso inside her. Soon she was dead and Zayeh came out. The boy was overjoyed and Compere Zayeh sent him on his way.

And that is why the old people always say: "You don't have to have strength if you have sense." The story end, and the wine bend, and I don't have a pen to write me nen-nen!

An Anansi Story from Grenada



Gentileza

Gentileza se mueve con medida, toca suavemente, sostiene con cuidado, habla en voz baja y piensa con amabilidad. Cuando usted se sienta enojado o herido, utilice el auto-control. En vez de hacerle daño a alguien, hable de manera pacífica. Usted hace del mundo un lugar más seguro y apacible .

“La disciplina del guerrero espiritual es la gentileza. Afirmando gentileza en todas las esferas de la vida, la no violencia y paz son alcanzadas.

Radha Sahar

La Práctica de la Gentileza

... Práctico la gentileza cuando...

Hago los alrededores seguros para los demás
Manejo todo con cuidado
Hablo con voz amable
Expreso mis sentimientos pacíficamente
Soy apacible conmigo mismo
Creo tiempo para la actividad plácida

Afirmación

Soy afectuoso. Pienso, hablo y actúo con dulzura. Muestro afecto por la gente y todo lo que toco.

PROVERBIO CULTURAL

Do-So Noh like-so

Significado

Trata a los demás de la manera que te gustaría que te trataran a ti.

CUENTO ANANSI

The Beautiful Girl and the Jigger Man Foot
Broo Nansi - - A Selecccion de Cuentos Anansi
Recopilado por el Dr. Lezmore E. Emanuel

En este cuento usted vivirá la experiencia de como se demostró la gentileza.

Actividades con la Gentileza

Actividades con la gentileza

- Traiga un animal pequeño a la clase y deje que cada uno de los estudiantes lo sostenga o acaricie.
- Anime a los estudiantes para que redacten o cuenten una historia sobre un hombre grosero que aprendió a ser gentil.
- Por unos momentos, pídale que toquen el dorso de su mano, muy suavemente con la yema de los dedos, como si estuvieran acariciando un gatito. Después pídale que hagan lo mismo con la otra mano. El objeto es que noten lo suave que se siente la caricia gentil.

Reflexión acerca de la gentileza

- ¿Cuándo es más importante ser gentil con la gente?
- ¿Cómo te sientes cuando alguien es tosco o antipático?
- ¿Cómo te sientes cuando eres tosco o antipático?
- Nombra tres cosas que debes recordar si vas a manejar algo muy delicado.
- ¿Qué debes recordar si vas a levantar a un bebé?
- ¿Cuáles otras virtudes te pueden servir de ayuda si quieres ser gentil?
- ¿Cómo puedes conservar la gentileza si alguien te golpea y te molesta?
- ¿Cómo puedes decirle a un amigo algo que no le va a gustar? (por ejemplo que él necesita bañarse; o que ella viene a su casa con demasiado frecuencia; que a usted le gustaría pasar tiempo con otras personas)

Dibuja la gentileza

Dibuja unos polluelos que necesitan ser tratados con mucha gentileza.

Temas para los afiches

- ¡Con cuidado!
- Tan gentil como una paloma.
- Tan suave como una pluma.
- Cuidándolo.
- Un toque suave.

Citas acerca de la gentileza

"Por medio de una lengua dulce, cortés y gentil, puedes guiar a un elefante tirándolo de un pelo." Sa'di

"Quiero una nación más amable, más gentil."
George Bush

"Hay ciertamente algo especial en el arte de pescar con cañas... que tiende a producir un espíritu gentil y una mente serena."
Washington Irving

"La mente gentil se conoce por sus hechos gentiles." Edmund Spenser

"La virtud de la misericordia no es forzada, se desplaza como unas gotitas de lluvia que caen al suelo. La misericordia trae una bendición doble; una bendición para aquél que la siente y otra para aquél que la recibe."
William Shakespeare (El Mercante de Venecia)



THE BEAUTIFUL GIRL AND THE JIGGER FOOT MAN

Tim! Tim! Bapa Bel Come! One time there was a very beautiful girl who was as proud as she was beautiful. She refused to marry any of the local young men who asked her hand in marriage. She insisted that she only marry a man dressed in golden clothes and riding on a golden horse.

One day as she was taking a walk, she came upon a man riding on an old sway-backed donkey. The man's feet were covered with jiggers.

"Pretty girl, will you marry me?" he asked.

"Me? Marry a jigger-foot man? You must be crazy! I will only marry a man dressed in golden clothes and riding on a golden horse." She tossed her head and continued on her way. A little further on she met to her delight and surprise a man dressed in golden clothes and riding a golden horse!

"Pretty girl, will you marry me?" he asked.

"Of course I will marry you!" she replied eagerly. "All my life I have been waiting for a man such as you to come along." So they were married in the biggest wedding the village had ever seen. He took her to live in his beautiful house where she found his first wife. This woman had been very beautiful once but now her face was stained with tears and her eyes forlorn with sorrow. The man left them together and went out to invite some friends to dinner. As soon as he was out of sight, the first wife said to the beautiful girl:

"He really is the Devil. You must hurry away from here. He plans to kill and eat you!" She gave the girl some corn to feed the cock that was in the yard.

"When that cock crows, he will return. He must not find you here!" The girl fed the cock and hurried as fast as she could to her mother's house. There she told the whole story.

Soon, the cock finished eating the corn and crowed. The Devil returned to find her gone. He took his golden horse and rode to her mother's house to get her. After he took her to his house a second time, he asked her why she had run away when he had gone to invite guests to the wedding feast. He made her promise to remain at home and again went out. This time the first wife gave her some oats to give the golden horse. "When the horse neighs, he will return, and he must not find you here."

Again, the girl hurried home. The horse soon neighed and the golden man returned home to find only his first wife waiting for him. This time when he rode to fetch the girl home again, she resisted: "I don't want to go, mother, I don't want to go."

Her mother replied with a sad sigh: "He is your husband. You must go."

So one more time she returned to the house of the man in the golden clothes. Again, he left to invite some friends to the wedding feast and again the first wife said to the girl: "Take this and give it to the dog. As soon as the dog barks he will return and this time he will surely kill you and eat you!"

So saying, the first wife handed the girl a bowl of water which she gave to the dog. This time she did not go home but went wandering sadly along the seashore. As she wondered what must be her fate, who should come riding along on his sway-backed donkey but the Jigger Foot Man!

"Save me, save me," the girl cried, "the Devil wants to kill and eat me."

"I will save you on one condition," replied the Jigger Foot Man.

"What's that?" inquired the girl.

"I will save you on the condition that you clean all the jiggers from my feet and that you marry me.

"Oh, I will! I will!" shouted the girl and falling to her knees proceeded to remove the jiggers from the man's feet. He then put the girl into a boat and took her across the sea.

When the Devil arrived home and found the girl gone, he began to suspect that it was his first wife who had been helping her to escape. He made her tell him where the beautiful girl had gone. He crossed the sea on his golden horse and came to the house where the Jigger Foot Man and the girl lived. He told the man that he had come for the girl. They invited him inside and had him sit down over a trap door.

"Make yourself comfortable," the Jigger Foot Man said. "The girl is getting ready."

What the Devil didn't know was that right below the trap door they were heating up a huge copper kettle of water. He kept asking if they were ready and they kept saying "no."

Finally, the man sang out, "We are ready!" The Devil stood up and released the trap door spring and down he plunged into the boiling water. I am afraid that he was boiled alive. As for the girl, she lived with the Jigger Foot Man and devoted her life to keeping his feet free from jiggers. And me? I went there and you know they were eating crow and did not give me any. That is why I have come to tell you this story.





Building Our Future Through Education, History and Culture!



*Una iniciativa del Proyecto Virtudes,
Consejo de Niños y Familias del Gobernador
coordinado por la Fundación de la Comunidad
de las Islas Vírgenes,*

y

*El Departamento de Educación de las Islas Vírgenes
División de Educación Cultural de las Islas Vírgenes*

Dando Vida a las Virtudes

DEPARTAMENTO DE EDUCACION DE LAS ISLAS VIRGENES
DIVISION DE EDUCACION CULTURAL DE LAS ISLAS VIRGENES

ST. THOMAS / ST. JOHN
Dirección postal: 1834 Kongens Gade, STT, VI 00802
Dirección física: J. Antonio Jarvis Annex, STT, VI 00802
Número de teléfono: 340-774-0100 x: 2804, 2806, 2808, 2809
Numero de Fax: 340-777-4342
Correo electrónico: alpbenjamin@doe.vi; mmartin@doe.vi;
Websites: <http://www.vide.vi/> and <http://vicultural.ed.vide.vi/>