



## TOLERANCIA

### Acción y efecto de tolerar.

Respeto o consideración hacia las opiniones o prácticas de los demás, aunque sean diferentes de las nuestras.

—*Diccionario de la Lengua Española, Vigésimo segunda edición.*

### La tolerancia es mi valor

Una persona tolerante es capaz de aceptar sin molestias o nerviosismo las actitudes y características de los demás aunque sean diferentes de las suyas, siempre y cuando no le causen un perjuicio o afecten su bienestar. Respeta, acepta y aprecia la diversidad de las personalidades, de las culturas del mundo y de las variantes físicas que existen entre los seres humanos. Para llegar a ser tolerante se vale de los conocimientos que ya tiene o adquiere conocimientos especiales para entender la diversidad, se comunica bien y frecuentemente con quienes la rodean, tiene una actitud de apertura con respecto a las otras expresiones y, aunque reconoce las diferencias de los otros, siempre busca la armonía. La tolerancia es el requisito indispensable para vivir en familia y en comunidad, el elemento más importante para poner fin a la violencia.

### Olimpiadas de valor

En el mundo crecía poco a poco la conciencia de que las personas con alguna desventaja física bien podían desarrollar al máximo sus otras capacidades. Los I Juegos Paralímpicos se llevaron a cabo en Roma, 1960 con la participación de 400 deportistas procedentes de 23 países. A partir de entonces se celebraron en los mismos años de los juegos regulares y así ocurre hasta la fecha. En Toronto, 1976, las disciplinas se ampliaron más allá de las sillas de ruedas. Ello permitió que tomaran parte 1,600 atletas de 40 naciones. Seúl, 1988 marcó un cambio importante: a partir de esa edición los Juegos Paralímpicos se realizaron inmediatamente después de los Olímpicos y en la misma ciudad anfitriona. Existe, asimismo, una edición de invierno: los Juegos Paralímpicos de Invierno. En Beijing, 2008, hubo casi 4,000 atletas de 146 naciones que, con su esfuerzo, nos han enseñado a celebrar la diversidad y el esfuerzo que los caracteriza. Estos juegos tienen su lema, “Espíritu en movimiento”, su himno, *El himno del porvenir*, y su símbolo, que es una representación del cambio y la transformación. El Comité Olímpico Internacional lo establece claramente: “La práctica del deporte es un derecho humano. Cada individuo debe tener la oportunidad de practicar el deporte sin ningún tipo de discriminación... La discriminación de un país o una persona por razones de raza, religión, política o género se opone al espíritu olímpico.”

# El Día internacional para la tolerancia es una de esas celebraciones convocadas por Naciones Unidas que debiéramos fomentar todos.

El 16 de noviembre se celebra el Día Internacional para la Tolerancia.

## Una fecha para recordar

En 1995, la **UNESCO** declaró que el **16 de noviembre** de todos los años sería considerado El **Día Internacional de la Tolerancia**. Ello con el fin de recordarles a las personas lo importante que es este **valor**. Para este organismo, buena parte de las guerras, los atentados y la discriminación que observamos en el mundo tienen que ver con la ignorancia y el miedo. Frente a ello, nada mejor que la **educación** y el conocimiento de otras culturas, otras religiones, otras naciones, etc. “En el **Día Internacional para la Tolerancia** —ha dicho el actual secretario general de **Naciones Unidas Ban Ki-Moon**— hago un llamado a todos los pueblos y gobiernos para que combatan activamente el miedo, el odio y el extremismo con el diálogo, la comprensión y el respeto mutuo.”

“La tolerancia consiste en el respeto, la aceptación y el aprecio de la rica diversidad de las culturas de nuestro mundo, de nuestras formas de expresión y medios de ser humanos. La fomentan el conocimiento, la actitud de apertura, la comunicación y la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión. La tolerancia consiste en la armonía en la diferencia. No sólo es un deber moral, sino además una exigencia política y jurídica. La tolerancia, la virtud que hace posible la paz, contribuye a sustituir la cultura de guerra por la cultura de paz.” **28° Reunión de la Conferencia General de Naciones Unidas**.

## EL INVITADO DE HONOR: UN RELATO TURCO SOBRE LA TOLERANCIA

Al final hay cuestiones para pensar con el valor de la tolerancia.

### El invitado de honor

Nasreddin Hoca vivió hace quinientos años en Aksheshir, un pueblo turco. En una ocasión fue invitado a la casa del muhtar, el hombre más importante del pueblo. Aquel día desde temprano, mientras labraba su plantío de fresas, imaginaba lo bien que iba a pasarla en la fiesta de muhtar.

Trabajando, trabajando, vio transcurrir la mañana. Cuando se dio cuenta ya era demasiado tarde. No le daba tiempo de ir a su casa y cambiarse (la impuntualidad irritaba al muhtar). Entonces decidió presentarse con su ropa de labranza toda salpicada de polvo. Ni siquiera alcanzó a bañarse o a lavarse la cara.

Llegó al palacio. Los invitados ya se hallaban conversando animadamente. Pero nadie se acercó a saludarlo, nadie le dirigió la palabra, ni le pidió su opinión sobre los temas que discutían. Ni siquiera el muhtar le prestó atención. A la hora de la comida, lo hicieron sentarse en el punto más alejado del salón.

Hoca se dirigió a su casa. Tomó un buen baño con jabón y agua caliente. Se puso sus nuevos pantalones bombachos, una hermosa camisa de seda y un turbante color rubí. Para completar su

atuendo vistió su abrigo largo de piel, una prenda costosa y llamativa. Cuando estuvo listo, fue de nuevo a la casa del muhtar.

Los sirvientes lo hicieron pasar entre cortesías y lo sentaron inmediatamente a la derecha del anfitrión. Éste no cesaba de preguntarle su opinión sobre cualquier cosa. Momento a momento le servían ricos manjares. Pero para sorpresa del muhtar, Hoca tomaba estas delicias y las depositaba en los bolsillos de su abrigo, diciendo: “Come querido abrigo, come querido abrigo”.

Los invitados lo veían sorprendidos. -¿Por qué actúas así? –preguntó el muhtar. -Le estoy dando de comer al invitado de honor –respondió. -¿Acaso has perdido el juicio?

-No. Hace rato, cuando vine con mi ropa de trabajo, nadie me prestó atención. Ahora, que traigo este abrigo, todos son amables. Yo sigo siendo el mismo, así que la diferencia de trato sólo se explica por el abrigo. Por eso creo que es el invitado de honor.

Desde aquel día los habitantes de Aksheshir comprendieron lo inadecuado que es despreciar a las personas por su apariencia.

## **Pensémoslo entre todos**

- ¿Por qué fue inadecuada la conducta del muhtar y los demás con Nasreddin?
- ¿Crees que podría pasar lo mismo hoy?
- ¿Cómo se podría hacer para no discriminar?
- Tomen 4 acuerdos para trabajar la tolerancia en el salón de clases.



## ALEGRÍA

'La sonrisa cuesta menos que la electricidad y da más luz.'

—*Proverbio escocés*

'La alegría es la piedra filosofal que todo lo convierte en oro.'

—*Benjamin Franklin*

'La risa es el sol que ahuyenta el invierno del rostro humano.'

—*Víctor Hugo*

'El humor es la manifestación más alta de los mecanismos de adaptación del individuo.'

—*Sigmund Freud*

'La vida se domina sonriendo, o no se domina.'

—*Proverbio chino*

'Disfrutar de todos los placeres es insensato; evitarlos, insensible.'

—*Plutarco*

'A ninguna mente bien organizada le falta sentido del humor.'

—*Samuel Taylor Coleridge*

'Goza de tu vida sin compararla a la de los otros.'

—*Jean-Antoine Condorcet*

'Todo les sale bien a las personas de carácter dulce y alegre.'

—*Voltaire*



## EL HIMNO A LA ALEGRÍA, FUENTE DE ESPERANZA

La Novena Sinfonía de Beethoven quizá sea la composición más celebrada en la historia de la música, casi tanta relevancia tiene el poema La oda a la alegría de Schiller, el cual fue incorporado como arreglo coral al final del Cuarto movimiento sinfónico; la combinación es una experiencia llena de placer, tanto para los expertos como los profanos. Pero antes de continuar, te recomendamos dejar correr el video del final del post, de fondo, mientras lees. Ahora sí, retomemos la lectura: Johann Christoph Friedrich von Schiller es considerado uno de los dos escritores fundamentales de la actual Alemania (el otro es Goethe). Con apenas 14 años de edad fue arrebatado de su hogar y llevado a

una academia militar en extremo estricta en Stuttgart, y ahí pasó siete años. El panorama sería desolador para cualquier adolescente; un detalle ilustrador de esto es que aún a los 15 años Friedrich orinaba la cama. Como pudo sobrevivió, con el tiempo se preparó como médico ahí mismo, pero incluso como médico militar, su condición era desesperada. Decide huir de Stuttgart a los 26 años y este viaje lo alienta de tal manera que encuentra la inspiración necesaria para escribir la Oda a la alegría, una obra maestra y, para muestra, baste como botón, el coro: “¡Alegría, hermosa chispa de los dioses, hija del Elíseo! ¡Ebríos de ardor penetramos, diosa celeste, en tu santuario! Tu hechizo vuelve a unir lo que el mundo había separado, todos los hombres se vuelven hermanos allí donde se posa tu ala suave.” En este enlace: [Oda a la alegría](#), se encuentra el resto de la traducción del alemán al español, del poema más emblemático de Schiller, uno lleno de esperanza. [Ludwig van Beethoven](#) es bien conocido, vida, obra y la inexorable sordera creciente. Pocos años después de la publicación del poema de Schiller, Ludwig lo conoció y de inmediato quiso musicalizarlo, al paso del tiempo este impulso daría a luz el Cuarto movimiento de la última sinfonía de Beethoven. Aún más, mientras el genio alemán componía la Novena, su sordera ya era total y su temperamento se aferraba a lo único que le proporcionaba esperanza: su música. Él mismo dirigió el estreno de su obra maestra. Ambos, [Beethoven y Schiller](#), sumaron no sólo sus talentos sino también esperanzas y sueños para producir una obra con un papel singular en la cultura mundial. Hoy en día la frase *Himno a la Alegría* puede referirse al [himno de la Unión Europea](#), al del [Consejo de Europa](#), a una canción pop del cantante español [Miguel Ríos](#), al Cuarto movimiento de la Novena Sinfonía de Beethoven o a la Oda a la alegría de Schiller... ¿Por qué? Quizá porque como ninguna otra obra de arte, ésta funciona como Fuente de [Esperanza](#) para muchísimas personas: la escuchamos cuando comienza a flaquearnos el ánimo y languidecen nuestros sueños, con esta obra recargamos el tanque de Esperanza en el fresco manantial de sus notas y versos. A continuación te dejamos una grabación de este movimiento en una versión dirigida y arreglada por el mítico director de orquesta [Herbert von Karajan](#), justo quien le dio la inspiración.

## LA CAMISA DEL HOMBRE ALEGRE: CUENTO DE FELICIDAD

### La camisa del hombre alegre

Un rey enfermó gravemente y ningún médico podía curarlo. Un viejo que habitaba en el palacio indicó: “Lo que el rey necesita es la camisa de un hombre alegre”. Los lacayos trataron de hallar a un hombre alegre entre los nobles, pero no lo encontraron. Cuando iban de regreso al palacio pasaron frente al taller de un herrero que cantaba: “Soy un hombre alegre, he ganado mi pan, con cariño y con afán.” Se acercaron, pero vieron que era tan pobre que no llevaba camisa. Cuando se lo contaron al rey, éste ordenó que sus riquezas se distribuyeran para que todos los pobres tuvieran camisa... A los pocos días comenzó a aliviarse.

### Para Reflexionar:

Estar contento depende de ti. Aplica estos consejos en tu vida diaria.

- Nunca despiertes “de malas”. Controla tu pensamiento y tu ánimo a cada momento.
- Quiérete a ti mismo: disfruta quien eres.
- Goza de los buenos momentos sin pensar de los problemas
- Aprende a reírte. Incluso en las circunstancias difíciles.
- Olvida cualquier rencor o resentimiento que tengas.
- Recuerda que una alegría compartida es doble alegría.
- Busca actividades interesantes que te entretengan.
- Construye tu modelo de felicidad ¿Cómo lo imaginas?

## REFLEXIONA

**(Adaptación de un cuento turco)** Al día siguiente la sopa estaba hirviendo en la olla y el matrimonio se sentó para disfrutarla. Iban a llevarse la cuchara a la boca cuando alguien llamó a la puerta. Nasrudín se encontró con un completo desconocido.

—Hola hola, soy amigo del amigo de Hassan —explicó aquel hombre. Obligado por las leyes de la hospitalidad, Nasrudín lo invitó a pasar. Una vez dentro de la casa, el huésped se sentó y devoró un buen plato de sopa. Los tres permanecieron en silencio hasta que el visitante se fue.

Cuando la doña estaba levantando la cocina se dio cuenta de que en la olla sólo quedaba una cucharada de caldo. “Este poquitín me servirá para darle una lección a estos gorriones y al encajoso de mi marido que siempre me pone a trabajar” pensó.

Al día siguiente un tercer desconocido llamó a la puerta. —Hola hola, soy amigo del amigo del amigo de Hassan y vine porque ya me contaron que la doña hace muy rico de comer. —Claro, pásale y comparte nuestro menú —ofreció Nasrudín.

Aguantándose la risa, la señora fue a la cocina, sacó de la olla el poco de sopa que quedaba, lo distribuyó en dos platos y agregó a cada uno una taza de agua caliente. Los llevó a la mesa y se sentaron a comer. El invitado y Nasrudín miraron sus platos. Aparte del agua éstos sólo tenían dos o tres chícharos, unos cuatro granos de arroz y una cáscara de zanahoria.

—Hola hola, amigo del amigo de nuestro amigo Hassan. Holahola Nasrudín. Aquí tienen un rico plato de sopa de la sopa de los huesos del pilaf del estofado del conejo. ¡Buen provecho! —les dijo la doña.

Enojadísimo, el hombre se levantó, salió de la casa y azotó la puerta. Mientras tanto, Nasrudín y su esposa lloraban de la risa. —¡Vaya lección que les dimos a estos aprovechados! —dijo Nasrudín. —Y vaya lección que te di yo a ti, encajoso. De ahora en adelante tú tendrás que hacer de comer —dijo, entre carcajadas, la señora.

- ¿Hubiera sido mejor que Nasrudín y su esposa discutieran con quienes querían aprovecharse de ellos?
- ¿Qué habría pasado si el matrimonio no hubiera tomado con sentido del humor los acontecimientos?
- ¿Te parece justo que, en una casa, sea la mujer la que haga todo el quehacer?



## HONESTIDAD

Cualidad de honesto. Honesto (Dellat. honestus) adj. Decente o decoroso. Recatado, pudoroso. Razonable, justo.

*-Diccionario de la Real Academia Española*

### La honestidad de los niños y las niñas

La honestidad debe ser resultado de una elección personal, es una manera de actuar que adoptamos libremente porque consideramos que es lo mejor. A veces, se trata de una decisión difícil, pues trae consigo una pérdida o un sacrificio. Ser honesto significa, pues, decidir que vamos a conducirnos con rectitud, justicia y honradez frente a los desafíos que nos plantea la realidad; quiere decir que no vamos a mentir, robar, engañar o hacer trampa, aun cuando esto nos pueda producir algún beneficio.

La vida diaria contiene infinidad de situaciones que ponen a prueba la honradez de las personas. Pagar nuestras deudas, cumplir una promesa, no aprovecharnos de los demás, hablar con la verdad, no apropiarnos de cosas que no nos pertenecen, no engañar a los otros para obtener una ventaja; tales son algunas de las manifestaciones de este valor.

Pero ¿qué sucede cuando vemos a nuestro alrededor a personas que mienten, roban y hacen trampa sin que nadie les diga nada? ¿Por qué tenemos que ser honestos si hay quienes no lo son? ¿Por temor al castigo?

Como ya dijimos, **la honestidad es una decisión personal**. Quizá haya quien actúe honestamente para que no lo sancionen, lo regañen o lo encarcelen; sin embargo, los hombres y las mujeres realmente honestos actúan porque saben que este valor los hace mejores como personas, les permite estar en paz con su conciencia y los convierte en individuos confiables e íntegros ante los demás y ante sí mismos. El filósofo alemán Immanuel Kant, quien era un hombre de una gran honestidad personal, consideraba que este valor no sólo podía hacernos felices, sino que también permitía que la sociedad funcionara correctamente. “No hay mejor política que la honradez”, decía.

### ¿Y tú qué piensas...?

- ¿Consideras que ser honesto es fácil?
- ¿Crees que la sociedad sería mejor si todos los ciudadanos practicaran la honestidad?
- ¿Te has enfrentado a situaciones en las que te viste obligado a mentir? ¿Cómo te sentiste?

- ¿Crees que ser honestas haga mejores a las personas? ¿Por qué?

## La honestidad es mi valor

Una persona honesta habla con la verdad y vive de acuerdo con la verdad, renuncia a las mentiras o las trampas y afirma en cada momento los valores que son más importantes para ella. Sabe defenderlos más allá de los beneficios y ventajas prácticas que la mayoría de la gente suele poner delante.

Es sincera: no dice palabras falsas para quedar bien con los demás ni recibir su aprecio, no se apropia de los valores ajenos para aprovecharse de ellos, no toma los objetos que no le pertenecen y prefiere la paz de su corazón al éxito, la riqueza o el triunfo obtenidos con engaños o acciones prohibidas por las normas de su comunidad. En vez de ocupar su pensamiento en qué le quita o cómo se aprovecha de la gente y las situaciones, trabaja y se esfuerza para obtener logros seguros y disfrutarlos tranquilamente. La tranquilidad es una de las mayores conquistas en la vida. La mejor forma de conseguirla es aceptar siempre la verdad y actuar conforme a ella. Es un camino recto que, con gran rapidez, nos conduce a los mayores logros.

La mentira es un camino lleno de curvas, piedras y baches. Además, lo que se consigue a través de ella, no dura. Es como un juguete defectuoso que a los pocos días deja de funcionar. El mayor peligro de los deshonestos es que, a fuerza de mentir, llegan a confundirse tanto que ya ni ellos mismos saben cuál es la verdad. Si dijimos algo que no era cierto o nos apropiamos de lo que no nos pertenecía, las otras personas lo sabrán y tendrán mucha precaución al acercarse a nosotros. Ello nos cierra las oportunidades. Pero en cualquier momento podemos hacer que la verdad brille como un reluciente objeto de plata.

## Viviendo el valor

Todos estamos capacitados para reconocer qué acciones son buenas y distinguirlas de las malas: nos lo dice nuestro pensamiento y nuestro corazón. Esa capacidad se conoce como “conciencia moral”. La honestidad consiste en vivir y expresar esa conciencia en cada momento, no mantener nada oculto, dar importancia a la verdad, ser transparentes para nuestros semejantes, no escondernos nada a nosotros, ni a las demás personas. En otro sentido, la honestidad significa no querer apropiarnos de algo que no hemos conseguido o que le pertenece a otro. Al compartir ese valor estamos creando un ambiente de confianza y progreso. Para la vida diaria, la verdad abre todas las puertas: exprésala con tu familia, con tus compañeros y amigos. Invita a quienes te rodean a que siempre lo hagan.

### ***Recuerda las promesas que has hecho últimamente:***

- Si hay alguna pendiente, cúmplela. No olvides que una promesa es un compromiso.
- Si cometiste un error acéptalo ante los demás: “Di una respuesta equivocada”.
- No te apropiés de nada por medios indebidos.
- Si te prestaron algo hace mucho, devuélvelo ahora mismo.
- Por el camino de la honestidad
- Reconoce lo que sientes.

## Una lección de honestidad

Todos los días, en alguna parte del mundo, alguien nos ofrece una lección de honestidad. Los ejemplos son muchos, y a veces ocurren ante nuestros ojos. Así, por ejemplo, en septiembre de 2013, en la ciudad de Boston, Estados Unidos, un vagabundo que pedía dinero a la gente y buscaba



comida en los basureros, encontró un paquete con 42 mil dólares. El hombre se llama Glen James y en lugar de quedarse con el dinero fue con la policía y devolvió el paquete. Cuando los periódicos dieron a conocer la noticia, la comunidad de Boston organizó una colecta pública para recompensarlo. Además, la ciudad le otorgó a James una placa de reconocimiento por su buena acción. “Lo que ha hecho este hombre es extraordinario y quisimos reconocer su honestidad”, dijo el jefe de la policía.



## Ping, el jardinero.

**Vivió en China, hace unos dos mil años, un niño llamado Ping.** Su pasatiempo favorito era el cultivo de las plantas. Gracias a sus cuidados en el jardín de su casa habían crecido cientos de flores hermosas. La gente que pasaba por la calle se detenía a admirarlas y él, a veces, les regalaba un ramillete. El emperador de China también amaba las flores, pues pensaba que expresan las cualidades de quien las cultiva. Como ya era muy viejo, estaba buscando a una persona honesta que pudiera sucederlo en el trono. Se le ocurrió hacer un concurso. Convocó a todos los niños del reino y les informó que recibirían una semilla.

El que volviera al cabo de un año con la flor más hermosa heredaría el trono. Al llegar a su casa Ping la plantó en una maceta y la colocó en el mejor lugar del jardín, donde recibía la luz del sol y el rocío de una fuente cercana. Pero la semilla nunca germinó. Transcurrió el año del concurso y cientos de niños se presentaron en el palacio con sus plantas. En la fila destacaba un brillante colorido: rojo, morado, rosa... Ping lloró al ver que su maceta sólo tenía tierra. En el gran patio los niños se formaron para exhibir sus logros. El viejo emperador, que caminaba con dificultad, veía una flor y otra. Apreciaba su textura y matices o inhalaba su perfume sin hacer comentarios.

Cuando llegó frente a Ping, éste se asustó mucho, temiendo un regaño. —¿Acaso no plantaste la semilla que te di? —le preguntó el emperador. —La planté y por más cuidado que puse nunca brotó nada de ella —explicó el pequeño. El emperador siguió examinando las flores de los demás niños. Al cabo de un rato informó que había tomado una decisión. —Queridos niños. No comprendo de dónde salieron todas las flores que he visto esta mañana. Las semillas que les entregué estaban hervidas y no podían germinar. Ping es la única persona honesta entre todos ustedes, pues tuvo el valor de traer la maceta sin planta alguna. He decidido heredarle mi reino. Sólo un hombre honrado puede gobernar esta gran nación.

—Cuento popular chino