



Quien no vive de algún modo para los demás, tampoco vive para sí mismo.  
Michel de Montaigne

**Editorial**

Responsable:  
**Luis Ramos**

Diseño y Diagramación:  
**Maccam** - Tel.: 4855-6126  
info@maccam.net

Se permite la reproducción total o parcial de las notas de esta publicación, citando la fuente. La redacción no necesariamente coincide con los conceptos y posiciones de los autores que firman los artículos.

**Novedades**

**Hello Zumba**

Programa de baile y entrenamiento creado para aquellos que buscan hacer actividad física de manera divertida. Apto todas las edades. Profesor: Magali Juejati.



**Danza Libre**

La danza es una forma de arte en donde se utiliza el movimiento como una forma de expresión, de interacción social.

Profesora: Alejandra Parodi



**ESTUDIO FOTOGRAFICO:**

Espacios y equipamiento para el desarrollo de la producción fotográfica en sus múltiples aspectos.

**ALQUILER DE SALAS Y GABINETES:**

para el desarrollo de actividades que mejoren la calidad de vida

Vive y dej a vivir

Las personas se la pasan la mayor parte de su vida sintiéndose ofendidas por lo que alguien les hizo. La sorprendente revelación que te voy a hacer, va a cambiar tu vida... ¡Nadie te ha ofendido! Son tus expectativas de lo que esperabas de esas personas, las que te hieren. Y las expectativas las creas tú con tus pensamientos. No son reales. Son imaginarias. Si tu esperabas que tus padres te dieran más amor y no te lo dieron, no tienes por qué sentirte ofendido. Son tus expectativas de lo que un padre ideal debió hacer contigo, las que fueron violadas. Y tus ideas son las que te lastiman.

Si esperabas que tu pareja reaccionara de tal y cual forma y no lo hizo...Tu pareja no te ha hecho nada. Es la diferencia entre las atenciones que esperabas tuviera contigo y las que realmente tuvo, las que te hieren. Nuevamente, eso está en tu imaginación.

¿Enojado con Dios? Son tus creencias de lo que debería hacer Dios, las que te lastiman. Dios jamás ofende ni daña a nadie.

Un hábito requiere de



todas sus partes para funcionar. Si se pierde una, el hábito se desarma. El hábito de sentirte ofendido por lo que te hacen otros (en realidad nadie te hace nada) desaparecerá cuando conozcas mejor la fuente de las 'ofensas'.

Cuando nacemos, somos auténticos. Pero nuestra verdadera naturaleza, es suprimida y sustituida artificialmente por conceptos que nuestros padres, la sociedad y la televisión nos enseñan. Y crean una novela falsa de cómo deberían ser las cosas en todos los aspectos de tu vida y como deben de actuar los demás.

Una novela que no tiene

nada que ver con la realidad.

Una de las mayores fuentes de ofensas, es la de tratar de imponer el punto de vista de una persona a otra y guiar su vida. Cuando le dices lo que debe hacer y te dice 'no', creas resentimientos por partida doble. Primero, te sientes ofendido porque no hizo lo que querías. Segundo, la otra persona se ofende porque no la aceptaste como es. Y es un círculo vicioso. Todas las personas tienen el derecho divino de guiar su vida como les plazca. Aprenderán de sus errores por sí mismos.

Déjalos ser! nadie te pertenece. ■

Anonimo

# AMAR



"Sin un amor la verdadera vida humana no existe.

Por el amor existimos y para amar vivimos.

Aprender a vivir es aprender a amar porque sólo quien ama vive.

Una persona ama realmente cuando se entrega por entero sin pedir nada, sin esperar nada a cambio, tal como la naturaleza nos brinda generosamente sus dones.

Quien ama piensa constantemente en cómo puede dar felicidad a sus seres amados, más que en cómo pueden ellos hacerle feliz.

He aquí el verdadero significado del Amor..., Amar."

Mahatma Gandhi

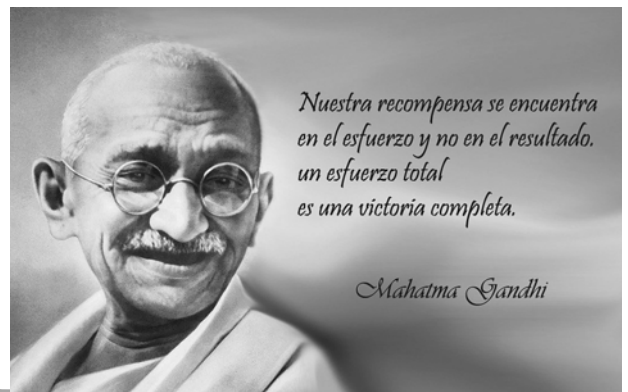
## LA FUERZA DEL PENSAMIENTO



"Una persona usualmente se convierte en aquello que él cree que es. Si yo sigo diciéndome a mí mismo que no puedo hacer algo, es muy posible que termine siendo incapaz de hacerlo.

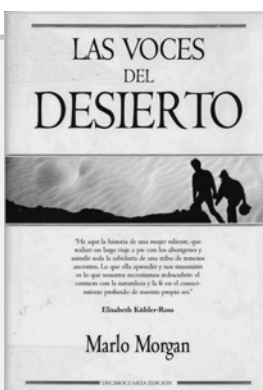
Por el contrario si yo tengo la creencia que sí puedo hacerlo, con seguridad adquiriré la capacidad de realizarlo aunque no la haya tenido al principio".

Mahatma Gandhi



*Nuestra recompensa se encuentra en el esfuerzo y no en el resultado. un esfuerzo total es una victoria completa.*

*Mahatma Gandhi*



### Libro Recomendado

Marlo Morgan no tenía edad ni talante de aventurera, pero la realidad se le impuso con la fuerza y el poder que suelen transmitirnos las grandes experiencias. Así fue como vivió una odisea fascinante: un viaje a pie por el desierto australiano en compañía de una tribu de aborígenes cuyas leyes de convivencia nada tienen en común con las nuestras. El aprendizaje fue duro, pues a lo largo de esa extraña peregrinación tuvo que desprenderse de sus antiguos hábitos y aprender distintas formas de comer, de caminar y de comunicarse para poder gozar, al fin, de una auténtica comunión con la naturaleza y con esa parte de su cuerpo y su mente que ella misma desconocía.