



"Es más fácil construir niños fuertes  
que reparar adultos rotos."

## Sendas del Sol

Lambaré 990 - CABA - Tel./Fax (011) 4861 - 3055 / 4865 - 0023 - www.sendasdelosol.com.ar - info@sendasdelosol.com.ar

### 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

#### Encontrá tu postura corporal

Discutiremos los funcionamiento mecánicos de la columna para luego ponerlos a prueba en diferentes movimientos cotidianos. La idea es desarrollar la percepción corporal para darme cuenta cuál sería la mejor elección de movimiento dependiendo de las circunstancias.



**Sábado 17 de diciembre  
de 13:15 a 17 hs**

Informes e Inscripción anticipada  
**Prof. CANDELA RAMOS**  
candelacelestemos@gmail.com

#### 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

Una hija se quejaba con su padre acerca de su vida y de cómo las cosas le resultaban tan difíciles. No sabía como hacer para seguir adelante y creía que se daría por vencida. Estaba cansada de luchar. Parecía que cuando solucionaba un problema, aparecía otro.

Su padre, un chef de cocina, la llevó a su lugar de trabajo. Allí llenó tres ollas con agua y las colocó sobre el fuego. En una colocó zanahorias, en otra colocó huevos y en la última colocó granos de café. Las dejó hervir. Sin decir palabra.

La hija esperó impacientemente, preguntándose qué estaría haciendo su padre. A los veinte minutos el padre apagó el fuego. Sacó las zanahorias y las colocó en un tazón. Sacó los huevos y los colocó en otro plato. Finalmente, coló el café y lo puso en un tercer recipiente.

Mirando a su hija le dijo: "Querida, ¿Qué ves?"; "Zanahorias, huevos y café" fue su respuesta. La hizo acercarse y le pidió que tocara las zanahorias, ella lo hizo y notó que estaban blandas. Luego le pidió que tomara un huevo y lo rompiera. Luego de sacarle la cáscara, observó el huevo duro. Luego le pidió que probara el café. Ella sonrió mientras disfrutaba de su rico aroma.

Humildemente la hija preguntó: - "¿Qué significa

## hacer cafe



esto, padre?" Él le explicó que los tres elementos habían enfrentado la misma adversidad: agua hirviendo, pero habían reaccionado en forma diferente. La zanahoria llegó al agua fuerte, dura; pero después de pasar por el agua hirviendo se había puesto débil, fácil de deshacer. El huevo había llegado al agua frágil, su cáscara fina protegía su interior líquido; pero después de estar en agua hirviendo, su interior se había endurecido. Los granos de café, sin embargo eran únicos: después de estar en agua hirviendo, habían cambiado el agua. "¿Cuál eres tú, hija?, Cuando la adversidad llama a tu puerta, ¿Cómo respondes?", le preguntó a su hija.

¿Eres una zanahoria que parece fuerte pero cuando la adversidad y el dolor te tocan, te vuelves débil y pierdes tu fortaleza? ¿Eres un huevo, que

comienza con un corazón maleable, poseías un espíritu fluido, pero después de una pérdida, una crisis, o un problema te has vuelto duro y rígido? Por fuera te ves igual, pero ¿Eres amargada y áspera, con un espíritu y un corazón endurecido? ¿O eres como un grano de café? El café cambia al agua hirviendo, el elemento que le causa dolor. Cuando el agua llega al punto de ebullición el café alcanza su mejor sabor.

Si eres como el grano de café, cuando las cosas se ponen peor tú reaccionas en forma positiva, sin dejarte vencer y haces que las cosas a tu alrededor mejoren, que ante la adversidad exista siempre una luz que ilumina tu camino y el de la gente que te rodea. Esparces con tu fuerza y positivismo el "dulce aroma del café".

¿Y tú?, ¿Cuál de los tres eres? ■

Seguinos en  Sendas del Sol

Por mayor información visite nuestro sitio web [www.sendasdelosol.com.ar](http://www.sendasdelosol.com.ar)

# arreglando el mundo

Un científico, vivía con preocupación todos los problemas del mundo.

Estaba decidido a encontrar por todos los medios una solución. Pasaba días en su laboratorio, en busca de respuestas.

Cierta día, su hijo de 7 años, invadió su lugar de trabajo, dispuesto a ayudarle a encontrar esa ansiada solución.

El científico, nervioso por la interrupción, le pidió al niño que fuese a jugar a otro lugar.

Viendo que era imposible sacarlo, el padre pensó en algo que pudiera distraer su atención:

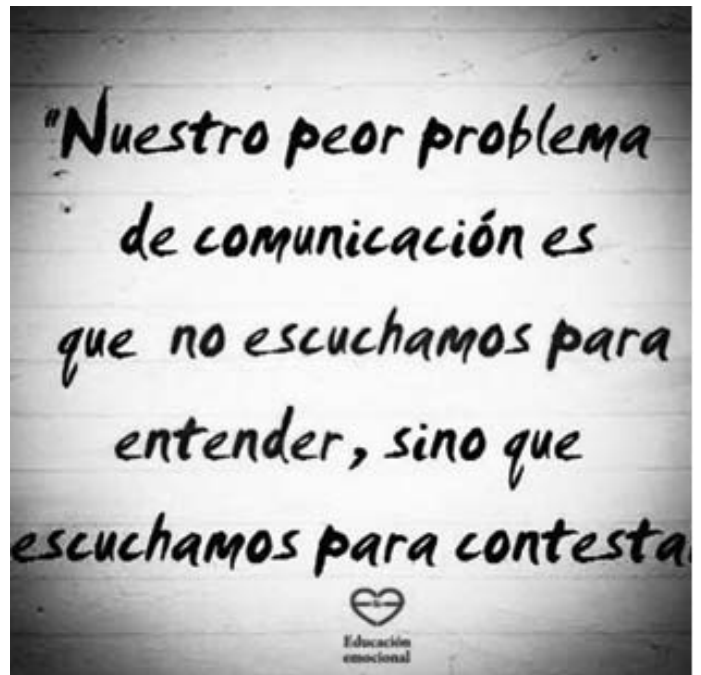
Encontró una revista, donde había un mapa del mundo, ¡justo lo que precisaba!

Con una tijera, recortó el mapa en varios pedazos y se los entregó al niño con un rollo de cinta, diciendo: Hijo, como te gustan tanto los rompecabezas, te voy a dar el mundo en pequeños pedazos, para que lo repares.

El científico pensaba, quizás se demoraría meses en



Cuando hay Calma en tu interior...  
la adversidad solo es parte del paisaje.



resolverlo, o quizás nunca lo lograra, pero por lo menos, le dejaría tranquilo por un tiempo; pero no fue así.

Pasada algunas horas, escuchó la voz del niño: "Papá, papá, ya hice todo, conseguí terminarlo".

Al principio el padre no dio crédito a las palabras del niño. ¡No puede ser, es imposible que a su edad, haya conseguido recomponer un mapa que jamás había visto antes!

Levantó la vista de sus anotaciones, con la certeza de que vería un trabajo digno de un niño: Para su sorpresa, el mapa estaba completo. Todos los pedazos habían sido colocados en sus debidos lugares. ¿Cómo era posible? ¿Cómo había sido capaz?

- "Hijito, tú no sabías cómo es el mundo, ¿cómo lograste armarlo?"

- "Papá, yo no sabía cómo era el mundo, pero cuando sacaste el mapa de la revista para recortarlo, vi del otro lado la figura de un hombre. Así que le di la vuelta a los recortes y comencé a recomponer al hombre, que sí sabía cómo era.

Cuando conseguí arreglar al hombre, di vuelta la hoja y me di cuenta que había arreglado al mundo."

PARA ARREGLAR EL MUNDO EMPIEZA POR TI



## Libro Recomendado

### TODO LO QUE PUEDES IMAGINAR

Este libro pretende ayudarte a realizar todos tus deseos a través del mayor regalo que nos ha sido concedido: la imaginación. El doctor Wayne W. Dyer explora esa región desconocida del subconsciente gracias a la cual serás capaz de descubrir la capacidad natural que posees para

convertir lo que imagines en realidad, cambiar la percepción que tienes de ti mismo y de tu realidad, y reajustar tu vida para que puedas encontrar tu verdadera vocación. Un libro inspirador con el que descubrirás lo mejor de ti de la mano del renombrado autor de Tus zonas erróneas.