



"La felicidad no es la ausencia de problemas; es la habilidad para tratar con ellos.-Steve Maraboli."

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



Ritmo Latino –Chacha Samba-Rumba

Prof. Rachel Makow
15 3120 0342



TALLER DE EXPRESIÓN VOCAL

Horario: Sábados de 14 a 16 hs

Profesor: Diego Blank

Cel/WhatsApp: 15-5578-0135

Facebook: Vibrante Expresión Vocal

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

el sol y el viento

El sol y el viento discutían sobre cuál de dos era más fuerte.

La discusión fue larga, porque ninguno de los dos quería ceder. Viendo que por el camino avanzaba un hombre, acordaron en probar sus fuerzas desarrollándolas contra él.

-Vas a ver – dijo el viento - como con sólo echarme sobre ese hombre, desgarró sus vestiduras.

Y comenzó a soplar cuanto podía. Pero cuantos más esfuerzos hacían, el hombre más oprimía su capa, gruñendo contra el viento, y seguía caminando. El viento encolerizado, descargó lluvia y nieve, pero el hombre no se detuvo y más cerraba su capa.

Comprendió el viento que no era posible arrancarle la capa.

Sonrió el Sol mostrándose entre dos nubes, recalentó la tierra y el pobre hombre, que se regocijaba

con aquel dulce calor, se quitó la capa y se la puso sobre el hombro.

-Ya ves - le dijo el Sol al Viento - como con la bondad se consigue más que con la violencia. ■



Los seres humanos deberíamos pensar profundamente acerca de nuestras acciones. Utilizamos la violencia, la ironía, la agresividad, la sorna y la burla para tratar de lograr nuestros objetivos. Pero no nos damos cuenta de que, la mayoría de las veces, con esos métodos, son más difíciles de alcanzarlos. Siempre una sonrisa puede lograr mucho más que el más fuerte de los gritos. Y basta con ponerse por un momento en el lugar de los demás para comprobarlo. ¿Preferimos una sonrisa o un insulto?... ¿Preferimos una caricia o una bofetada?... ¿Preferimos una palabra tierna o una sonrisa irónica?... Pensemos que los demás seguramente prefieren lo mismo que nosotros... Entonces tratemos a nuestros semejantes de la misma manera en la que nos gustaría ser tratados... Así veremos que todo será mejor... Que el mundo será mejor... Que la vida será mejor...

Seguinos en  Sendas del Sol

Por mayor información visite nuestro sitio web www.sendasdelosol.com.ar

alimentos orgánicos



En los últimos años se han hecho muy populares los alimentos llamados orgánicos, demostrando el interés de mucha gente por un cambio positivo en la alimentación y también la desconfianza en la seguridad y producción de los alimentos convencionales.

Se consideran "orgánicos" aquellos alimentos, en general vegetales y frutas que en ninguna etapa de su producción

intervienen fertilizantes, herbicidas o pesticidas químicos, así como tampoco en los suelos donde son cultivados.

Para algunos, la palabra "orgánico" significa nutritivo. Para otros significa alimentos más limpios y seguros; incluso, están quienes entienden por "orgánico" aquellos alimentos producidos sin causar polución o dañando lo menos posible el aire, la tierra y el agua.

3 ETAPAS DE VIDA

JOVENES: Tienen todo el tiempo y la energía, pero no tienen dinero.

TRABAJADORES: Tienen dinero y energía, pero no tienen el tiempo.

ANCIANOS: Tienen el dinero y el tiempo, pero no la energía.

LECCION: Disfruta la vida con todo lo que tengas en el momento, porque no podrás tenerlo todo al mismo tiempo.



La piedra



El distraído tropezó con ella

El violento la utilizó como proyectil

El emprendedor, construyó con ella

El campesino, cansado, la utilizó de asiento

Para los niños, fue un juguete

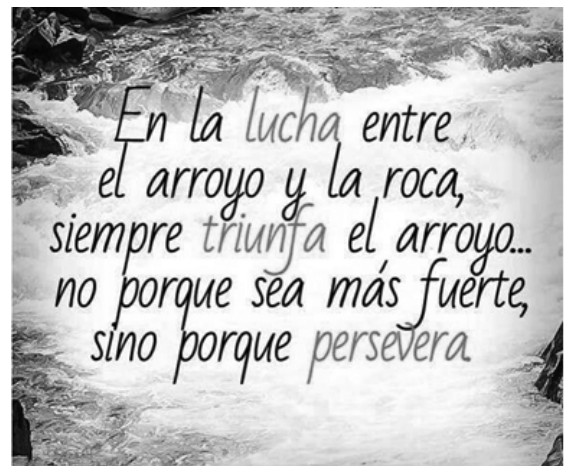
Drummond la poetizó

David, mató a Goliat

Y Miguel Ángel le sacó la más bella escultura

En todos estos casos, la diferencia no estuvo en la piedra sino en el hombre !!!

No existe "piedra" en tu camino que no puedas aprovechar para tu propio crecimiento



Libro Recomendado



"Silencio" de Thich Nhat Hanh

La práctica del mindfulness ha sido ensalzada por la medicina y la psicología como una eficaz herramienta para aumentar la autoconciencia y disfrutar de salud y bienestar. Ahora, el maestro zen Thich Nhat Hanh nos guía en el ejercicio del mindfulness mediante un

recurso tan accesible como poderoso: el silencio.

Vivir en un estado de paz y plenitud no requiere largas horas de meditación. El líder espiritual Thich Nhat Hanh nos muestra cómo un gesto tan sencillo como el silencio puede devenir una poderosa herramienta de conocimiento y armonía.