

JOSÉ MIGUEL BURGUI

Cuando  
EL AMOR  
comienza...

3

Ilustrado por PROPILEOS

## **Dedicatoria**

Al joven descubridor,  
a la joven descubridora  
de belleza y de alegría,  
de fortaleza, gracilidad, nobleza,  
sinceridad y simpatí;  
descubridores en el crecimiento  
del amor.

Para los educadores entusiastas,  
como ayuda y testimonio  
de su presencia  
en el mundo adolescente.

• • •

Pon cariño, afecto y amor en lo que hagas y tendrá sentido.  
Retíralos y todo se tornará vacío.

# Índice

## LIBRO 1

Introducción

1 Poemas de amor

2 Cartas y locuras de amor adolescente

## LIBRO 2

¿Por qué educar en la afectividad?

3 Piropos, declaraciones, mensajes...

4 Copos palabranieve sobre la amistad y el amor

5 Creaciones de jóvenes

## LIBRO 3

Pórtico 5

6 Te amo, dichos, canciones, casos y cosas 8

Te amo en quince lenguas 9

Y tú, ¿qué harías por amor? Respuestas de jóvenes 10

Refranes castellanos con tinte de amor 11

Dichos populares castellanos 12

Trabalenguas 12

El beso de Judas 13

Más enamorado que Macías 13

Pelar la pava 13

Canciones de amor	14
En un rincón del alma <i>Alberto Cortez</i>	15
Amor sin límites <i>José Luis Perales</i>	17
Estrella de mil colores <i>Camela</i>	18
A puro dolor <i>Son By Four</i>	19
Por siempre tu <i>Cristina Aguilera</i>	20
La magia del amor <i>Herzog y Estébanez</i>	22
Prendí la flor <i>Manolo García</i>	23
Casos y cosas	26
Me obsesioné con un actor de TV	26
Aspectos físicos y psíquicos que los chicos admiran en la mujer	26
Retrato robot del chico, de la chica perfecta	27
Fabricando a la mujer, al hombre perfectos	27
Prototipos odiados	28
Mimosa	29
Nombres escritos en las paredes	29
Consejos para triunfar con la pareja	30
101 propuestas sobre cómo hacer el amor sin sexo	33
<b>7</b> Frustraciones y decepciones amorosas	38
La frustración	40
Diez consejos para superar las decepciones amorosas	44
Educadores vivos	46
Anexos	50

## Pórtico

Se trata de una oferta para educar en la afectividad y la amistad haciendo hincapié en los elementos constitutivos de estos valores y a estas edades de los destinatarios, que queremos sean de 14 a 17 años, edad efervescente y fluctuante en afectividad, amor y amistad.

El ser humano madura si encuentra en el hogar y en su entorno más cercano un clima adecuado de afecto, un ambiente lleno de ternura, de calor humano, de aceptación y equilibrio.

Hay que cubrir las necesidades fundamentales afectivas, habremos de recordarlas:

Ser amado y amar y que el ambiente donde se mueva el adolescente sea de aceptación y amor.

Ha de ser aceptado como es, con sus limitaciones, defectos y cualidades. Se tiene que dar cuenta que es alguien y que cuenta.

En la convivencia es preciso y necesario cumplir unas normas, que esto le proporcione paz, tranquilidad, orden y equilibrio. Ha de darse cuenta que no vive solo.

Va a desarrollar su afectividad y su ternura en la medida en que se sienta satisfecho en el cumplimiento de las notas señaladas.

En la edad adolescente es cuando va a necesitar el joven más afecto, cariño y comprensión.

A estas edades se es variable, inconstante, irrespetuoso, con frecuencia mal educado, desobediente, agresivo, a veces insoportable, tozudo, se ensimisma en su soledad y narcisismo. Es una etapa de tormentas en odios y amores, tan pronto se come el mundo como quiere y desea que la tierra lo trague. A esta edad, la ayuda, la mejor va a ser darle serenidad, calma, que nos vean estables tanto a padres como a educadores. Están muy necesitados de todo esto, de ahí que poco más podemos hacer. Llenarnos de paciencia y quererlos así, “estúpidos” un tanto “imbéciles” y como son, queriendo y deseando con nuestra ayuda que sean –y así ocurrirá– otros. Hemos de ser pacientes,

tolerantes, siempre en diálogo, comprensivos y con mucha carga de esperanza.

“Nuestros jóvenes de ahora aman el lujo, tienen pésimos modales y desdén la autoridad, muestran poco respeto por sus superiores y pierden el tiempo en grupo yendo de un lado para otro, y están siempre dispuestos a contradecir a sus padres y a tiranizar a sus maestros”

Esto parece de un artículo periodístico de hoy y no es ni nada más ni nada menos que de Sócrates, del siglo IV antes de Jesucristo. ¡Casi nada!

El joven tanto el de hoy como el de épocas pasadas, necesita de modelos firmes. Nos toca ser su referencia en el equilibrio, es así como irá madurando y pasando de su inestabilidad y oleaje a la seguridad y la calma, al reposo y a la sensatez.

Presentamos diversos documentos, actividades, bases de concursos para uso de educadores, como apoyo a los tutores en la hora llamada de tutoría, o bien para grupos formativos o de tiempo libre.

Llevan unas pistas de trabajo para realizar con los adolescentes y jóvenes.

Este tema, llevado con elegancia, respetando siempre la intimidad, gusta a estas edades, les enfoca y les ayuda mucho a entenderse mejor en la maduración afectiva.

Hay cartas de amor de diversos jóvenes y resultado de distintos concursos, poemas de amor de autores de lengua castellana, pequeñas narraciones y cuentos creados por jóvenes, diversas bases de concursos y hasta consejos en el caso de la decepción amorosa.

El adolescente, el joven empieza a descubrir la vida, el mundo y abre su corazón.

El poema nos condensa vida, sentimientos, es como el frasquito de esencia. No es hojarasca. Cuando llega el amor, el enamoramiento va a ser el poema el que ayude a esa expresión de palabras y de miradas. Va a saber qué decirle a la persona que le

quita la razón, el tiempo, que no hace más que pensar en ella y que siempre está pendiente de sus movimientos. ¿Qué le podrá decir, cómo se lo podrá decir?

Muchos poemas le van a servir de apoyo, le van a quitar la incomodidad del no saber qué decir, algo similar a no saber, cuando está hablando con algún adulto, dónde poner las manos o la mirada. Su corazón, lleno de timidez se irá despejando y abriéndose, sabrá expresar sus sentimientos, no se quedará en blanco y dejará de balbucear.

Se irá entendiendo e irá comprendiendo qué es el amor en su vida, el sentido que debe tomar, la orientación que debe seguir, no andará desbrujulado y tendrá un norte.

Dame, José Miguel algún poema, dicho o frase corta para que pueda enviárselo por móvil a mi chica” “¿No tienes alguna carta de amor de algún otro joven y que “mole” para copiarme algo y así poder quedar bien”.

Han sido muchas las veces que he oído esto y que muchos jóvenes me han pedido, sobre todo de formación profesional, menos expertos en expresión y con mucho gusto les he dado “cosas” que vas a encontrar aquí. Y la respuesta posterior ha sido: “Con lo que me diste, triunfé con mi chavala”. Esto me ha llenado de alegría. De ahí que rondó por mi mente crear y concebir este hijo que ahora tienes en tus manos.

Muchos de estos elementos son fruto de bastantes años de experiencia, alegrías y disgustos en el trato con estas edades.

Creemos que todo esto va a ser de gran ayuda. Así confiamos que sea y así lo esperamos. Ésta será mi mejor paga.

Un saludo

*El autor*

## 6 Te amo, dichos, canciones, casos y cosas

### Único modo

No hables. Sólo sonrío.  
No me digas si volverás  
mañana por aquí. No me permitas  
que llegue a tocarte, ni a hablarte.

Sólo déjame ver  
una vez más tus ojos verdes.

Ya está. Vete. Ahora.

Es la única manera  
de que te quiera para siempre.

*Martín López-Vega*

En este capítulo vamos a ofrecer diversas actividades de las que gustan los adolescentes y jóvenes como por ejemplo: ¿Cómo se dice te amor en otras lenguas?

Gustan de la imaginación al preguntarles: y tú, ¿qué harías por amor?

En castellano encontramos muchos refranes con tinte de amor, señalamos alguno; lo mismo ocurre con dichos populares castellanos. Ponemos un apartado de canciones de amor, son un pequeño botón de muestra. Y por último señalo diversos casos y distintas curiosidades.

- ?
1. Apréndete de memoria cómo se dice en alguna lengua de las presentadas "Te amo".
  2. Si conoces y sabes cómo se dice "te amo" en otra lengua que no aparezca aquí, puedes escribirlo y comunicárnoslo.



Te amo en diversas lenguas

Ich liebe dich

(alemán)

TE AMO Ohipak

(árabe)

(castellano)

Yá te miluju

(checo)

GOY OI NAI

Je t'aime

(chino)

(francés)

Ani oheuet ot hath

(hebreo)

Ik hou van jou

(holandés)

I love you

(inglés)

Ti amo

(italiano)

Yeg elsker deg

(noruego)

YA CIE KOCHAM

(polaco)

EU te amo

(portugués)

Yag alskar dig

(sueco)

Et vull

(valenciano-catalán)

## **Y tú, ¿qué harías por amor?**

He aquí diversas respuestas de jóvenes a esta pregunta:

- Subiría al Everest en 10 minutos.
- Por amor, lo haría todo. Cambiaría cielo y tierra. Escribiría mi vida en sus labios y leería la suya en sus ojos. Por amor, viviría y moriría mil veces.
- Haría lo que no está escrito aún.
- Haría callar al silencio.
- Regalaría la luna.
- Sería capaz de todo sufrimiento.
- Cambiaría mi vida.
- Lo dejaría todo por amor. Perdería la razón por amor.
- Por amor le robaría la luz al sol
- Por amor, subiría hasta el cielo en cohete.
- Nada, porque cuanto más amas, menos eres correspondido.
- El amor es algo infame y sin sentido.
- Daría mi vida.
- Yo por amor, movería horizontes.
- Por amor iría a la luna en cohete y se la regalaría.
- Recorrería tierra y mar por amor.
- Haría lo nunca visto.
- Haría todo lo imposible.
- Haría lo que fuera, excepto humillarme o perder mi personalidad.
- Si viviera en el Polo Norte y mi amor en el Polo Sur, traspasaría la tierra para estar junto a ella.
- Yo, por amor, vaciaría los océanos y los rellenaría con whisky, lo bebería todo para coger un pelotazo que no me dejara pensar en la persona a la que quiero y no me corresponde.

- Mezclaría el cielo y el mar para perderme en el más intenso azul.
- Volaría sin alas.
- Por amor, sería capaz de convertir las estrellas en corazones y regalárselas una a una.
- Por amor, bajaría las estrellas del cielo y colocaría los mares en su lugar.

- ?
1. Leer todos los puntos con detenimiento.
  2. Quedarse con 3 de ellos como máximo.
  3. Comentar con brevedad uno de ellos.
  4. Crear otro nuevo y original.

## Refranes con tinte de amor

“A donde el corazón se inclina, el pie camina” Este es uno de los 51.000 refranes españoles que han llegado a recopilarse.

Lo dice muy claro y condensado que uno se dirige y encamina sus pasos hacia aquello o aquella persona que ama.

En estas breves sentencias se condensa la sabiduría popular, no la ciencia. Hay pueblos que no son muy ricos en el caudal científico pero sí lo son en lo de ser sabios. Nos descubren la hondura del corazón humano, sus aspiraciones, sus luces y sombras. Es algo no aprendido en libros. Algo de esto nos dan los refranes. En ellos aparecen todos los temas de la existencia humana: vicios, virtudes, familia, alegría, dolor, las menudencias del vivir cotidiano. Y cómo ¿no? El amor. Son una guía. Únicamente entresacamos algunos que nos sirvan en nuestro cometido. Son fruto de la sabiduría popular.

Veamos algunos refranes en castellano sobre el amor.

- Amor fuerte dura hasta la muerte.
- Amor comprado, dalo por vendido.
- Al amor no hay fuerza que le resista.

- Amor y muerte, nada más fuerte.
- Allá los ojos se van donde los amores están.
- Amor sin dolor no es verdadero amor.
- Árboles y amores, mientras tengan raíces tendrán frutos y flores.
- A mucho amor, mucho perdón.
- Amar, horas perdidas, sino son correspondidas.
- Amor primero no es olvidadero.
- Aquél que ama, él mismo se ata y se mata.
- Al amor lo pintan ciego.
- El amor es loco pero a muchos vuelve tontos
- El amor hace locos de cuerdos y sabios de necios; con que enamórate, Pedro.
- El amor vive en presencia y muere en ausencia.
- El amor y la luna se parecen: menguan cuando no crecen.



1. Lee estos 16 refranes castellanos sobre el amor.
2. Quédate con uno de ellos.
3. Hazle un breve comentario.
4. ¿Conoces algún otro que hable también del amor y que no aparezca en esta pequeña relación?

## Dichos populares castellanos

### Trabalenguas

¿Como quieres que te quiera, si el que quiero que me quiera no me quiere como quiero que me quiera?

Yo te quiero como quieres que te quiera, si tú me quieres como quiero que me quieras.

Si crees que no te quiera,  
dame una puñalada

y en cada gota de sangre  
verás tu imagen grabada.

- ?
1. Aprende de memoria uno de estos dichos
  2. Si conoces algún otro similar, escríbelo.

### **El beso de Judas**

Es el beso que se da con doble y con falsa intención. Este beso nos recuerda al que dio Judas a Jesús cuando, era la contraseña para que lo apresaran y lo llevaran al Sanedrín a juzgarlo. Esto ocurrió de noche, en el huerto de Getsemaní o huerto de los olivos donde se había retirado a orar al Padre.

Es un beso traidor, no verdadero.

- ?
1. Busca en el Evangelio de Lucas 22, 47-48 y escribe esos dos versículos.
  2. Explica con tus palabras el sentido que tiene dar un beso como el de Judas.

### **Más enamorado que Macías**

Se dice de aquella persona que está muy enamorado. Se recuerda a un poeta gallego del siglo XV, se llamaba Macías. Se hizo famoso por los amores que tuvo con una doncella del muy conocido marqués de Villena. Este personaje le sirvió a Larra para su novela El doncel de D. Enrique el Doliente.

- ?
- ¿Podrías curiosear esa novela de Larra y ver y comprobar cómo se basa este autor en Macías que está locamente apasionado por una mujer?

### **Pelar la pava**

Esto quiere decir que dos enamorados o novios están sin parar de conversar, como perdiendo el tiempo.

Hay muchas versiones sobre su origen. Nosotros presentaremos la versión de José María Sbarbi.

Se trata de una doncella sirvienta de una achacosa y anciana. Esta sirvienta era guapa y lista.

Un día el ama le manda que mate y pelase una pava para la comida.

La chica se fue a pelar la pava muerta a la ventana con reja que daba a una calle desierta; allí acudió su novio, ya habían quedado con antelación para la cita. Al mismo tiempo que conversaban y conversaban de sus ilusiones y amores, iban pelando la pava a cuatro manos. Lo hacían sin prisa para que durase más tiempo. El ama se pone nerviosa al ver que nunca llega la pava pelada y le grita a la criada, la cual responde que va, pero esto no ocurre, sigue y le responde diciendo que sigue pelando la pava y así una y otra vez. Ella seguía pelando la pava.

- ?
1. ¿Te ha gustado esta pequeña explicación sobre pelar la pava?
  2. Construye una frase donde aparezca este dicho popular y que tenga el sentido con el que lo hemos explicado.

## **Canciones con amor<sup>125</sup>**

Música y amor. Las notas musicales se prestan para expresar con arte y maestría el amor de la pareja,

Muchas chicas recuerdan aquella canción que les trae a su mente y corazón momentos felices pasados con la persona querida.

Recuerdan título, ritmo, el cantante que la interpretaba. Los chicos, menos. Ellas sí, guardan en lo profundo las caricias al oído de aquella música, de aquellas notas, de aquella tarde, discoteca, ritmo...

La canción de amor nace a diario. Señalamos alguna como modelo y ejemplo.

---

<sup>1</sup> Ver [www.napster.com](http://www.napster.com) Citamos unos pocas canciones, que sirvan de ejemplo. Cada día parecen en el mercado nuevas canciones de amor. Habrá que estar al día y saber ofrecerlas al mundo joven con alguna actividad apropiada

### **En un rincón del alma**

En un rincón del alma  
donde tengo la pena  
que me dejó tu adiós,  
en un rincón del alma  
se aburre aquel poema,  
que nuestro amor creó.  
En un rincón del alma  
me falta tu presencia  
que el tiempo me robó,  
tu cara, tus cabellos  
que tantas noches nuestras  
mi mano acarició.

En un rincón del alma  
me duele los “te quiero”,  
que tu pasión me dio,  
“seremos muy felices”  
“no te dejaré nunca”  
“siempre serás mi amor”.

En un rincón del alma  
también guardo el fracaso  
que el tiempo me brindó,  
lo condeno en silencio  
a buscar un consuelo  
para mi corazón.

Me parece mentira  
después de haber querido  
como he querido yo,  
me parece mentira

encontrarme tan solo  
como me encuentro hoy,  
de qué sirve la vida,  
si a un poco de alegría  
le sigue un gran dolor,  
me parece mentira  
que tampoco esta noche  
escucharé tu voz.

En un rincón del alma  
donde tengo la pena  
que me dejó tu adiós,  
en un rincón del alma  
aún se aburre el poema  
que nuestro amor creó.

Con las cosas más bellas  
guardaré tu recuerdo  
que el tiempo no logró,  
sacarlo de mi alma  
lo guardaré hasta el día  
en que me vaya yo.

*Alberto Cortez*

? 1. En uno de esos rincones del alma le duele el recordar expresiones que se dijeron y promesas que se dieron en otro tiempo como por ejemplo: "te quiero", "seremos muy felices", "no te dejaré nunca".

¿Podrías añadir otra similar que se dicen y prometen dos enamorados?

2. En la letra de la canción se ve que hay frustración en el amor; indica una frase que lo exprese.



## **Amor sin límites**

Ya podría yo tocar el sol  
y vaciar el mar  
o inventar un lugar al sur  
para la libertad  
conocer el principio y fin  
de cada estrella.  
si me falta el amor, ya ves...  
Yo no soy nada.

El amor  
es la espera sin límites,  
es la entrega sin límites  
y es la disculpa sin límites, sin límites,  
no es egoísta ni se irrita, no.

El amor cree todo sin límites,  
aguanta todo sin límites  
y es generoso sin límites, sin límites,  
no tiene envidia, ni sabe contar,  
no pide nada.

Ya podría yo morir por ti  
y luego despertar,  
o pintar de color la luz  
y hacer dulce la sal,  
ser profeta del porvenir,  
romper el aire  
si me falta el amor, ya ves...  
Yo no soy nada.

El amor  
es humilde sin límites  
es comprensivo sin límites  
y es la justicia sin límites, sin límites,  
es siempre tierno y dice la verdad.

El amor  
cree todo sin límites,  
aguanta todo sin límites  
y es generoso sin límites, sin límites,  
no tiene envidia ni sabe contar,  
no pide nada.

El amor  
es la espera sin límites,  
es la entrega sin límites  
Y es la disculpa sin límites, sin límites,  
no es egoísta ni se irrita, no,  
no pide nada.

*José Luis Perales*

- ?
1. Lee Corintios, 13, 1-8
  2. Compara ese trozo de la carta de San Pablo a los Corintios con la canción "amor sin límites", ¿qué observas?
  3. Escribe aquella frase que mejor te defina lo que es el amor para ti.

### **Estrella de mil colores**

Quiero contarte:  
cada minuto que yo paso contigo  
me siento tan feliz, mi vida,  
que nunca te puedo olvidar.  
No sé qué pasa  
mi sentimientos se mezclan con los tuyos,  
mi corazón se vuelve loco  
y no lo puedo controlar.

Soñaremos juntos llenos de ilusiones,  
veremos las estrellas de mil colores,

que nunca se apaguen nuestras pasiones,  
mi amor, mi amor.  
Soñaremos juntos llenos de ilusiones...

Quiero que nunca  
desaparezca nuestro pequeño mundo  
donde los dos siempre viviremos  
y nunca nos dejaremos de amar.

Te llevaré  
donde la lluvia no ha caído,  
donde las flores han crecido  
y luego yo te besaré.

Soñaremos juntos llenos de ilusiones...

*Camela*

?

"Soñaremos juntos"

Indica y señala dos ilusiones de esa pareja que sueña junta, aunque los sueños sean imposibles como soñar que la nieve arde, soñar en ver las estrellas de mil colores.

### **A puro dolor**

Perdona si te estoy llamando en este momento  
pero me hacía falta escuchar de nuevo  
aunque sea un instante tu respiración.  
Disculpa, sé que estoy violando nuestro juramento,  
sé que estás con alguien que no es el momento  
pero hay algo urgente que decirte

Me estoy muriendo, muriendo por verte  
agonizando muy lento y muy fuerte

Vida, devuélveme mis fantasías,  
mis ganas de vivir la vida,  
devuélveme el aire,

Cariño mío, sin ti yo me siento vacío,  
las tardes son un laberinto  
y las noches me saben a puro dolor

Quisiera decirte que hoy estoy de maravilla,  
que no me ha afectado lo de tu partida pero con un dedo  
no se tapa el sol

Me estoy muriendo, muriendo por verte,  
agonizando muy lento y muy fuerte

*Son By Four*

? 1. Se nota la decepción, el vacío cuando ha desaparecido la persona amada. Se ve amargura, dolor, el mismo título de la canción lo dice y afirma; se siente morir, le falta el aire, no hay ganas de vivir la vida.

¿Serías capaz de crear otra imagen que indique esta amargura que siente el ser querido cuando le deja la persona a la que amaba y sigue amando?

2. Es dura la marcha, pero luego afirma que "con un dedo no se puede tapar el sol". ¿A qué se referirá? Da una breve explicación de esta bella imagen y en este contexto.

### **Por siempre tú**

Cuando esté por caer,  
yo sé que tu amor me volverá a socorrer  
venceré el temor  
mientras sepa que tu sientes  
dentro lo mismo que yo  
en el dolor y el bien tu me supiste amar  
y lo que soy es por ti sin dudar.

Eres mi protección,  
mi sostén frente a todo, mi mejor acción  
por siempre tu.

Mi poder, mi valor a través de lo peor  
mi luz, mi cielo azul,  
mi gran amor aún por siempre tu.

No hay ningún amanecer  
y no me despiertes sin saber que te soñé.  
Soy por ti muy feliz,  
en mi alma para siempre  
hay un sitio para ti,  
no importa a donde esté tu amor, me encontrará  
iluminando mi ser, mi oscuridad.

Eres mi protección,  
mi sostén frente a todo, mi mejor acción  
por siempre tu.

Mi poder, mi valor a través de lo peor,  
mi gran amor aún por siempre tu.

Mi guardián será un refugio de tu querer,  
la fe que me hará creer  
que vale mi vida  
un hogar al cual por siempre volveré.  
Te amo aún  
por siempre tu  
sólo tu.

Eres mi protección,  
mi sostén frente a todo, mi mejor acción  
por siempre tu.

Mi poder, mi valor a través de lo peor,  
mi luz, mi cielo azul,  
mi gran amor aún  
por siempre tu..

*Cristina Aguilera*

? El amor da seguridad a la persona querida. Es guardián, protección, refugio ante el peligro y el miedo.

a) ¿Podrías hacer otra afirmación que nos mostrase la seguridad que da al ser querido, al ser querida por otra persona?

b) ¿Crees que es cierto que un adolescente, un joven se siente más fuerte, más seguro en su personalidad si es querido, o cuando se enamora? Da una razón.

### **La magia del amor**

Cuando la magia del amor  
Te llegue por primera vez,  
Cuando la magia del amor  
Te inunde todo el corazón.

Cuando te sientas dulce y amarga,  
Ya estás preparada para comprender.

Que en el amor no hay frío sin calor,  
No hay risa sin dolor,  
No hay calma si no hay viento.

Que no hay que amar si no es queriendo,  
Si no es sufriendo  
Si no estás llena de pasión.

Cuando la magia del amor  
Empiece a no dejarte ver,  
Cuando la magia del amor  
Oculte lo mejor de ti.

Cuando te sientas ángel y diablo,  
Ya estás preparada para comprender.

Que en el amor no hay frío sin calor,  
No hay risa sin dolor  
No hay calma si no hay viento.

Que no hay que amar si no es queriendo,  
Si no es sufriendo  
Si no estás llena de pasión.

No renuncies nunca,  
Tienes que apostar por ti.  
No dudes más ...y tírate sin red.

En el amor no hay frío sin calor,  
No hay risa sin dolor  
No hay calma si no hay viento.

Que no hay que amar si no es queriendo,  
Si no es sufriendo  
Si no estás llena de pasión.

...La magia del amor.

*Mikel Herzog / Alberto Estébanez*

### **Prendí la flor**

Prendí la flor de lis en tu pelo.  
Prendí la flor de lis sintiendo  
que se me escapaba el tiempo.  
En tus besos serios, fieros,  
prendí la flor y en mis dedos  
sentí que todo marchita,  
que todo se nos escapa,  
como los trigales lentos,  
lentamente hacia el olvido,  
lentamente sin remedio.

No pasa el tiempo desde que te fuiste.  
No hay meses ni años en el calendario.  
Soy como el árbol volcado  
que no acaba de secarse.

Un tango arrabalero y dulce,  
tan dulce como la melaza,  
quiero, mi vida, escribirte.  
Quizá para recordarte  
Que el amor sólo es entrega  
Y que a veces, oro es  
Lo que junto a ti reluce.

Prendí la flor de lis en tu pelo.  
Prendí la flor de lis sintiendo  
Que se me escapaba el tiempo.

Un tango pendenciero y triste  
quisiera amor, escribirte  
como una noche de farra,  
como un amanecer  
en una cama extraña.

Tango de la lejanía  
del amor de un solo bando.  
Lo que sentí junto a ti  
Jamás lo sentiré en otros brazos.

Prendí la flor de lis en tu pelo.  
Prendí la flor de lis sintiendo  
que se me escapaba el tiempo.

*Manolo García*

- ?
1. Debes conocer en primer lugar qué es una flor de lis. Viene del francés "lis" y éste del latín "lilius" y en castellano es lirio. Es el símbolo de una dinastía de reyes franceses. También la tienen como logotipo el movimiento juvenil mundial scout . Es una bella flor y algo exótica.
  2. Sabes y conoces qué se entiende en castellano por hipérbolo: es una figura que consiste en aumentar o disminuir exageradamente la verdadde aquello de que se habla. En la letra de la canción aparecen hermosas



hipérboles como: " No pasa el tiempo desde que te fuiste.  
No hay meses ni años en el calendario" " Lo que sentí  
junto a ti, jamás lo sentiré en otros brazos"

¿Serías capaz de transcribir otra hipérbole y que se  
dicen dos que se prometen amor por siempre jamás?

- ?
1. Hacerse con la música de una de estas canciones que cantan el amor o bien de otras muchas que hay en el mercado.
  2. Escucharla con la letra delante.
  3. Y dialogar sobre la canción, el contenido e interpretación.
  4. ¿Puede haber amor bien cimentado sin sufrimiento?



## Casos y cosas

### Me obsesioné con un actor de televisión

Así nos lo narra una chica de 16 años.

“Me emocioné con un actor, me molaba. Empecé a pensar en él a todas las horas. Me sentaba a verlo en la tele y me quedaba embobada. Me compraba todas las revistas en las que salía este actor, me forré la carpeta con su rostro. Empecé a compararlo con todos los chicos que conocía y pretendía que fueran como él, que hablaran y se vistieran igual que él. Estaba obsesionada. Llegué a pensar en hacer un club de fans. Esto duró hasta que vi otra serie y me encandiló otro actor, el primero se esfumó y pertenece al pasado. Ahora estoy loquita y vivo sólo por...”



1. Da tu juicio de lo leído.

2. Puedes contar tu historia y echarla al buzón de sugerencias en anónimo y luego las podremos ofrecer al resto de compañeros y compañeras.

### Aspectos físicos y psíquicos que los chicos admiran en la mujer

Aspectos físicos:

- El cuerpo en general, su anatomía.
- Pechos.
- Trasero.
- De modo especial, el rostro y los ojos, su mirada.
- Las caderas.

Aspectos psíquicos:

- Simpatía.
- Forma de ser en general.
- Personalidad.
- Inteligencia.

- Amabilidad.
- Sinceridad.
- Su feminidad.

### **Retrato robot del chico, de la chica perfectos**

Retrato robot del chico perfecto:

- Que sea divertido
- Guapo
- Inteligente
- Cariñoso y sensible
- Que no intente meter mano enseguida

Retrato robot de la chica perfecta:

- Con curvas
- Abierta
- Lanzada, sin ser loba
- Divertida
- Inteligente
- Simpática
- No creída

? 1. ¿Estás de acuerdo con el retrato robot del chico, de la chica?

2. ¿Quitás alguna nota, añades otras

### **Fabricando a la mujer o al hombre perfecto**

- ¿Qué es en lo primero que te fijas?
- ¿Has conocido a la mujer, al hombre ideal?
- Tendría que tener los ojos...
- La cara me gustaría que fuera...
- El cuerpo debería ser así: (breve descripción)

- La forma de vestir.
- ¿Qué carácter debiera tener?
- ¿Cuál es el estilo que te gusta?
- ¿Cómo te debiera seducir?
- ¿Qué plan te debería proponer?
- ¿Cómo debiera comportarse contigo?

- ?
1. Responder en anónimo, -señalar únicamente si eres chico o chica- a todas y cada una de las preguntas señaladas.
  2. Ver las respuestas que han dado los chicos y las que han dado las chicas.
  3. Entablar un diálogo.

### **Prototipos odiados**

- El guaperas creído
- La tía borde
- La frase: “¿Quieres rollo?”
- Las chicas que van de malas
- Los babosos
- Las que sólo calientan
- Las que te hacen creer que sienten algo por ti y luego se ve que pasan de ti

- ?
1. Da tu juicio sobre los prototipos odiados.
  2. Puedes formular una afirmación o si prefieres una pregunta, en anónimo y dejarla en el buzón de sugerencias.
  3. Si prefieres, señala tú las características, que en tu opinión tiene ese tipo de chico o chica que se hace odioso.

## Mimosa

He cultivado durante mucho tiempo la mimosa púdica o vergonzosa. Es un género de planta exótico, su hábitat autóctono está en América Central. La vi y me llenó de sorpresa en los campos de Puerto Rico. Sus flores son de color rosa o amarillo, es herbácea, de hojas bipinnadas. Comprende muchas especies. Algunas de ellas, es el caso en el que estamos son notables por sus movimientos de contracción, ya que al tocarlas se contraen sus hojas, quedan por algún tiempo como si estuvieran marchitas.

Es la mimosa púdica, vergonzosa o sensitiva.

Se la enseñé a un joven de 18 años y con sorpresa me pidió una pequeña planta. Compró un tiesto de metal, pequeño y muy bonito, un pozalillo que su chica Nuria le había echado el ojo y le había gustado, así me lo dice Antonio, su amigo. Con sumo cuidado planta dos, le pone unas pequeñas y curiosas piedras de playa y, con mucho esmero y algo loquillo la monta en su moto “Yamaha” para regalársela a su “Mimosa”, así le llama a Nuria.

Me lo agradece mucho, ya que no sabía ni conocía que existiese tal planta y con ese nombre, el nombre elegido por él para Nuria, su querida chica, la Mimosa.

- ? 1. ¿Conocías esta planta? ¿Te gusta su característica típica de que al tocarla se contraiga?
2. ¿Qué opinión te merece el que Antonio le llame así a su chica y le haga este delicado regalo?
3. ¿Te ha gustado esta pequeña historia de amor de la mimosa y de Nuria Mimosa? Da tu juicio.
- ? Seguro que conoces casos y cosas con tinte de amor y al estilo de los presentados.  
¿Serías capaz de transcribir uno de ellos y en anónimo, depositarlo en el buzón de sugerencias para una posterior lectura y comentario con otros adolescentes y jóvenes?  
Te damos las gracias con antelación.

## **Nombres escritos en las paredes**

¿Quién no ha visto un corazón, dos nombres y una fecha dibujado o pintado en una pared, en un muro, en el tronco de un árbol, en una roca, en puertas, libros, libretas...?

Parece que el amor está en todas partes.

Incluso en cumbres, pequeñas y altas aparece un “te quiero” con la fecha y los dos nombres. Y esto es inmemorial. He tenido la suerte de poder ver estos escritos de siglos pasados en rocas, cerca del mar en la playa y paraje natural del Cal Blanco, en Cartagena, cerca, muy cerca de la Manga del Mar Menor.

Incluso ese dicho o pareado de

“I love you” en inglés.

“Ti amo” en italiano.

Y lo mucho que te quiero  
te lo digo en castellano.

Me lo comunicó un joven que lo vio escrito de niño en su barrio, un servidor le gustó y lo anoté para en su tiempo podérselo ofrecer como título de una pequeña obra sobre la afectividad.

-Lo vi escrito en un gran muro: “Mi amor por ti, Mónica, es más grande que este muro”

-“Me preguntaron sobre el amor y yo les hablé de ti”

? Copia alguna de estas pintadas o bien invéntate una, que tenga originalidad y elegancia y escríbela para ofrecérsela al grupo.

## **Para triunfar en el amor**

La primera condición para que una relación funcione es el diálogo. Nunca hay que dar por hecho que el otro sabe lo que queremos o lo que nos está pasando por la cabeza.

## Consejos infalibles

- 1 Interrogarse sobre uno mismo. Conocer nuestra forma de ser.
- 2 Hay que darse tiempo para ir limando los desajustes.
- 3 Ninguna relación es un camino de rosas. Vas a encontrar dificultades. No hay rosas sin espinas.
- 4 Una relación sentimental exige trabajo, esfuerzo, voluntad y mucho sentido del humor.
- 5 Hay que tener en cuenta que el otro no es nuestro suplemento, sino complemento.
- 6 Aceptar al otro como es.
- 7 Nuestros esfuerzos no han de ir encaminados a intentar cambiar lo que no nos gusta del otro, sino que tenemos que preguntarnos una y otra vez: ¿Cómo puedo cambiar yo?
- 8 No hay que vengarse nunca por comportamientos.
- 9 No has de renunciar a las necesidades propias para satisfacer las del otro.
- 10 La comunicación es la única vía del amor.
- 11 Los desacuerdos de la pareja deben aclararse punto por punto. Sin prisa, pero sin pausa.
- 12 Hay que saber compartir, pedir ayuda y ofrecerla siempre que fuere necesario. Esto está unido al equilibrio amoroso.
- 13 Siempre abiertos para el diálogo. Hablar, comentar, escuchar y preguntar. Abiertos, nunca cerrados.

? 1. El diálogo, la comunicación no es un consejo, es condición imprescindible para que se dé una buena relación. ¿Estás de acuerdo? ¿Por qué?

2. Señala tres de los doce consejos que te parezcan los más apropiados y oportunos.

A continuación te presento una lista de consejos breves, realizada por un grupo de jóvenes:

- Comunicación, comunicación.
- Respetar las decisiones.
- Ser fieles.
- Ser sincero.
- Tener mucha confianza.
- Saber escuchar a la pareja.
- Que no se entere de cosas por otros.
- No agobiar.
- No ocultar nada.
- Saber aceptarle como es, respetar sus opiniones.
- Compartir aficiones e ilusiones.
- Tener detalles. ¿Una rosa...?
- No discutir ni pelearse, sí hablarlo todo y aclararlo.
- Dejarle libre, que esté con sus amigos, o amigas.
- Tener cosas en común para poder hacerlas juntos.
- Tratarle como te gustaría te trataran a ti.
- Contarlo todo: lo bueno y lo malo.
- No dejar que nadie domine al otro.
- Saber ceder en tus gustos, no hacer siempre lo que tú quieres.
- Las pequeñas discusiones ayudan.
- Hablar, escuchar e intentar ponerse en su sitio.
- No guardarse nada ni ser rencoroso, rencorosa.
- Reírse juntos mucho.
- Evitar el ser celosos.
- Cuando algo no le gusta a uno, decirlo.



- ?
1. Leer estos consejos dados por jóvenes para tener una buena relación con la pareja.
  2. Vosotros, ¿qué consejos daríais?
  3. ¿Con qué tres de estos consejos os quedáis?
  4. Hablar todo esto con la pareja.

## **101 propuestas sobre cómo hacer el amor sin sexo**

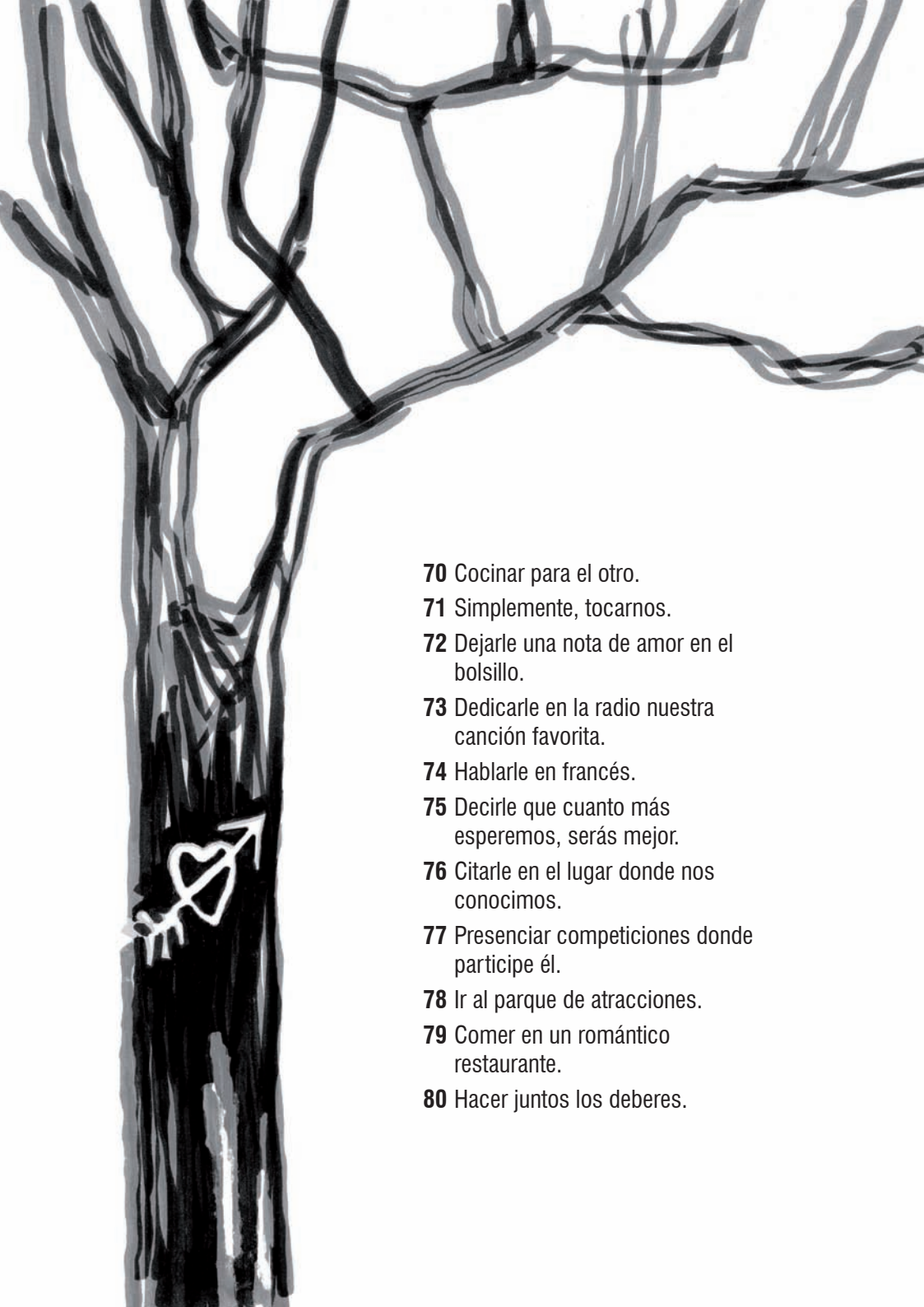
El Departamento de Salud del Estado de Nueva York editó un pequeño folleto con diversas respuestas de estudiantes de 15 a 18 años sobre cómo hacer el amor sin sexo. Luego lo distribuyó en los centros y colegios de enseñanza secundaria.

Cayeron en mis manos unas páginas arrancadas de alguna revista que daba a conocer en el mundo de habla castellana este hecho, desconozco la fecha y el título de la publicación. A duras penas pude sacar las 101 propuestas que a continuación ofrezco numeradas.

- 1 Decirle que la quiero.
- 2 Abrazarla.
- 3 Besarla.
- 4 Mandarle flores.
- 5 Cogerla de la mano.
- 6 Tener conversaciones profundas.
- 7 Tratarla con cariño.
- 8 Sonreírnos.
- 9 Escribirle una poesía.
- 10 Comentar los problemas.
- 11 Bailar juntos.
- 12 Decirle mis sentimientos.
- 13 Simplemente, estar juntos.
- 14 Llevarle a dar una vuelta.

- 15** Decirle que no quiero estar con ninguna otra.
- 16** Ir a un auto- cine.
- 17** Preguntarle cómo se siente.
- 18** Solucionar las riñas.
- 19** Frotarle la espalda.
- 20** Dejarle que me peine.
- 21** Aguantar a sus amigos.
- 22** Ir juntos a un concierto.
- 23** Hacerle regalos.
- 24** Jugar al billar.
- 25** Ver juntos las estrellas.
- 26** Compartir las aficiones.
- 27** Besarle en la oreja.
- 28** Susurrarle que le quiero.
- 29** Tratarnos con cariño.
- 30** Regalarle un recuerdo.
- 31** Visitar a su madre.
- 32** Escribir cartas de amor.
- 33** Telefonarle para decirle sólo “hola” o “buenas noches”.
- 34** Patinar juntos.
- 35** Enviarle besos con un soplo.
- 36** Darle un anillo.
- 37** Ir a un lugar especial.
- 38** Tomar un romántico “picnic” en el parque.
- 39** Demostrarle mi cariño.
- 40** Hablar de las razones de nuestra decisión de esperar para hacer sexo.
- 41** Comprarle cosas bonitas.

- 42** Ir a nadar juntos.
- 43** Ir juntos de excursión.
- 44** Ser su mejor amigo.
- 45** Sentarnos a hablar mucho.
- 46** Estar cerca el uno del otro.
- 47** Compartir los pensamientos.
- 48** Besarle en el cuello.
- 49** Cantarle una canción.
- 50** Hacer las cosas que hacíamos cuando nos conocimos.
- 51** Pedirle estar más tiempo juntos.
- 52** Tener una relación más estrecha.
- 53** Hacerle el trabajo de casa.
- 54** Comunicarnos.
- 55** Decirle que me preocupo de ella.
- 56** Acariciarnos.
- 57** Defenderle si tiene líos.
- 58** Decirle que siempre estará allí cuando me necesite.
- 59** Ser sensible.
- 60** Escuchar.
- 61** Salirse de la norma por él.
- 62** Ir de excursión.
- 63** Decirle que agradezco cómo me trata.
- 64** Respetarnos mutuamente.
- 65** Comprarle algo sentimental.
- 66** Llevarle los libros del colegio a casa.
- 67** No abandonarle nunca.
- 68** Dar un paseo juntos.
- 69** Ir a una fiesta.



- 70** Cocinar para el otro.
- 71** Simplemente, tocarnos.
- 72** Dejarle una nota de amor en el bolsillo.
- 73** Dedicarle en la radio nuestra canción favorita.
- 74** Hablarle en francés.
- 75** Decirle que cuanto más esperemos, serás mejor.
- 76** Citarle en el lugar donde nos conocimos.
- 77** Presenciar competiciones donde participe él.
- 78** Ir al parque de atracciones.
- 79** Comer en un romántico restaurante.
- 80** Hacer juntos los deberes.

- 81** Dejarle un anota en su cuaderno.
- 82** prestar atención a sus gustos y a sus manías.
- 83** Ver que está cómodo.
- 84** Dibujar un corazón en un árbol y escribir los nombres de ambos en el centro.
- 85** Tratarla como a una reina.
- 86** Mandarle una carta.
- 87** Llamarle cada noche.
- 88** Agarrarnos apretados.
- 89** Confiar en él.
- 90** Apoyarnos mutuamente.
- 91** Dar una vuelta en coche.
- 92** Llevarle a esquiar.
- 93** Sentarnos para ver una película juntos.
- 94** Cuidarle si está enfermo.
- 95** Darle un regalo.
- 96** Llevar fotos del otro.
- 97** Ir juntos a ver un partido.
- 98** Abrazarnos.
- 99** Contemplar juntos una puesta de sol.
- 100** Ser fiel.
- 101** Compartir los secretos.

- ?**
1. Leer el documento
  2. De las 101 propuestas, señala el número de aquellas que suprimirías y di las razones.
  3. Señala 5 las cuales en tu opinión te parecen las mejores y de más calidad.
  4. ¿Eres capaz de crear una propuesta nueva? No debe aparecer en esta lista.

## 7 Frustración y decepción

Ante una ruptura, llega la frustración, el desengaño y la decepción. Uno puede hundirse en la soledad, la tristeza o bien encerrarse y no querer saber nada de nadie, sólo él o ella, con su problema.

Ante esta situación debemos comunicar al adolescente que hay que desintoxicarse, distraerse, va bien olvidar, sin rencores ni desplantes, incluso va bien no seguir manteniendo la amistad a través de las redes de Internet, ya que te engancha de nuevo. Hay que vivir y hacer el adiós de verdad, lo demás es engañarse. Si vienen ganas de escribir una carta, que lo haga, pero que no la remita, que la lea al cabo de unos días y se alegrará de no haberla escrito. Lee y medita esta carta de amor del adolescente Carlos de 16 años, de Alicante. Es fruto de uno de tantos concursos de cartas de amor realizados en mi vida con el mundo joven y adolescente. Disfrútala como introducción a este capítulo de la frustración.

### El espejo

Soy el espejo del cuarto de baño y pertenezco a una joven chica y que para colmo es muy guapa, su cuerpo es perfecto.

Tengo una gran suerte. Soy el primero que ve sus preciosos ojos después que se abren a un nuevo día. Los veo, sin amanecer todavía y son dos soles: grandes, abiertos y azules.

Nada más levantarse se acerca a mí, así la miro y así se ve, sin aditivos ni maquillajes.

¿Por qué me mira así?

¿Me mira a mí o se mira ella en mí?

Al dibujarse en mi superficie se rompe la barrera que nos separa, su imagen entra en mí y yo soy muy feliz.

Soy afortunado sólo al pensar cuando aquella mano me colgó en este lugar.

Pero, amigos, no todo fue siempre felicidad. Comenzó mi tristeza cuando por vez primera dibujé en mí todo su cuerpo desnudo y de mujer, desarrollado y vivo, elegante, grácil y sin lunar.

Mi cristal se transformó en sentimiento, quise ser otro, distinto y así poder abrazarla, sentirle más de cerca, embriagarme de su perfume y tocar su rostro y su cuerpo..

Despejé en mí el interrogante que nació: “¿Para qué vivir una vida muy cerca de ti si no puedo compartirla contigo?”

Y un día, ¡triste día!, todo el amor que había acumulado dentro de mí, toda la pasión reprimida, al regalarme una de sus profundas miradas y la visión de su cuerpo, dibujándose en ella la primera sonrisa de la mañana, no pude más y de arriba hacia abajo explotó mi corazón en mil añicos resquebrajándome con un suave llanto y chasquido de dolor.

Así me marché para siempre se su lado; nunca más vería su cuerpo, ni rostro ni sonrisa; fui arrinconado en el contenedor del silencio de “sólo vidrio”.

No me llevé ni su nombre, nunca lo supe.

Así es mi triste historia de amor.

Sólo guardo el recuerdo, no así la imagen y sólo el recuerdo con un eterno silencio.

*Carlos (16 años)*

### **Es verdad <sup>1</sup>**

¡Ay qué trabajo me cuesta  
quererte como te quiero!

Por tu amor me duele el aire,  
el corazón  
y el sombrero.

---

<sup>1</sup> Federico García Lorca (1899 –1936) Es el poeta contemporáneo español más universal. Nació en Fuentevaqueros (Granada). En su obra se conjuga lo popular con lo intelectual. Sus poesías no son fáciles, tienen ritmo, color, imágenes, historias...

¿Quién me compraría a mí,  
este cintillo que tengo  
y esta tristeza de hilo  
blanco, para hacer pañuelos?

¡Ay qué trabajo me cuesta  
quererte como te quiero!

*Federico García Lorca*

### **La frustración**

Cando una persona se siente privada de una satisfacción, de algo que desea, al no alcanzarlo, podemos afirmar que está defraudada, ya no esperará nada y quedará bloqueada.

Este sentimiento nace al no encontrar respuesta al estímulo.

Estas dificultades pueden provenir del exterior y muchas otras veces provienen de la misma persona, de su interior.

El mundo adulto contribuye muchas veces a frustrar al joven con sus prohibiciones. Veamos cómo Gabriel Celaya <sup>2</sup> en su poema “¡No cojas la cuchara con la mano izquierda!” es plástico al respecto y nos da luz en este punto.

“No cojas la cuchara con la mano izquierda.  
No pongas los codos encima de la mesa.  
Dobla bien la servilleta.  
Eso para empezar.

Extraiga la raíz cuadrada de tres mil trescientos trece.  
¿Dónde está Tanganika? ¿Qué año nació Cervantes?  
Le pondré un cero en conducta si habla con su compañero.  
Eso para seguir.

¿Le parece a Ud. correcto que un ingeniero haga versos?  
La cultura es un adorno y el negocio es el negocio.  
Si sigues con esa chica, te cerramos las puertas.  
Eso para vivir.

---

<sup>2</sup> Gabriel Celaya (1911-1991) Poeta guipuzcoano, representante de la llamada “poesía social”.



No seas tan loco. Sé educado. Sé correcto.  
No bebas. No fumes. No tosas. No respires.  
¡Ay sí, no respirar! Dar el no a todos los nos.  
Y descansar: morir.

Cuando la frustración es amorosa la llamamos decepción.  
Suele ser dura el superarla.

Veamos cómo lo canta el poeta zamorano *Antonio Matilla Tascón*:

### **Antídoto**

Pájaros que cantáis vuestros amores  
en frondosas y frescas enramadas  
con gorjeos y trinos armoniosos  
al sonrosado resplandor del alba:  
hagan vuestras cadencias que yo olvide  
el cruel recuerdo de mi bella ingrata.

Flores de tantas clases y fragancias  
y de belleza de colores tanta,  
que sois lo más precioso de este mundo,  
pues hacéis celestial la vida humana:  
desvaneced, os ruego, de mi mente  
la imagen obsesiva de mi amada.

Golondrinas, jilgueros, ruiseñores...;  
rosas, claveles, tulipanes, dalias...;  
inmensidad eterna de los cielos;  
seres todos del aire, tierra y agua:  
devolvedme a mi espíritu el sosiego,  
que en tanta angustia se me muere el alma.

*Antonio Matilla Tascón*<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> Antonio Matilla Tascón, poeta de Zamora (1920 - ) Obra: Corazón herido, Madrid 2001. Es miembro de los Institutos de Estudios Madrileños y Zamoranos, Miembro de la Real Academia de arte y cultura de S. Dámaso, Miembro de la Real Academia de la Historia; Archivero Mayor del Reino.

- ?
1. El ser querido y que se ha perdido porque te ha dejado, produce un "recuerdo cruel", "su imagen es bella, ingrata y obsesiva". Sin su compañía se "va muriendo el alma"  
¿Estás de acuerdo con estas imágenes que emplea nuestro poeta zamorano?
  2. ¿Serías capaz de añadir algún adjetivo o imagen que exprese el dolor que tiene del que pierde el ser querido, que le deja y se va de su vida?

Los frutos van a ser de frustración y fracaso en el primer viento fuerte de la prueba.

Vamos a imaginar, lo he visto ya.

En muchos jóvenes, el primer fracaso en el caso del chico, cuando la mujercita de turno, la apetecida le dice no. No termina de aceptar la negación. No la concibe. Nadie, nunca ha recibido un no a su querencia y es así como nace en muchos casos una buena depresión.

Los versos más tristes de su vida, los puede escribir el adolescente esta noche.

Las raíces son poco profundas y se cae y se derrumba la bonita fachada juvenil, vacía de fondo, superficial en raíces...

Al fracaso amoroso de la adolescencia, unamos el fracaso escolar, fruto de la no exigencia, de la vagancia y de no invertir tiempo en el esfuerzo y renuncia a otras muchas ofertas.

El hundimiento puede ser fuerte. Superando las frustraciones, el joven irá madurando. Precisamente este hecho de superación, va a ser en la edad adulta el indicador para conocer el grado de madurez alcanzado.

Un día cayó en mis manos una pequeña revista "casera" de unos jóvenes, uno de los artículos decía algo de lo que a continuación te resumo y condenso, su firma era el anónimo. Escucha.

Ya hace mucho tiempo, cuando en aquel pueblo, todavía no había agua corriente en las casas, una señora, todos los días, tomaba dos grandes cántaros, los colgaba de los extremos de un

palo y los llevaba en los hombros para coger agua de la fuente que estaba cercana al arroyo.

Uno de los cántaros tenía una hermosa grieta por el que perdía mucho agua. El otro en cambio era perfecto y conservaba todo el agua hasta el final del trayecto, hasta su casa.

Pasaba por un camino árido y al llegar al hogar, el cántaro de la grieta sólo tenía la mitad de agua.

Así un día y otro.

La vasija perfecta estaba muy orgullosa, se sabía perfecta. Pero el pobre cántaro medio roto se avergonzaba de su pared agrietada y se sentía miserable porque sólo podía llegar con la mitad del agua.

Ya no pudo más y un día, cuando estaba llenándolo en la fuente, le habló a la mujer y le dijo: “Estoy avergonzado y quiero disculparme de lo que me ocurre”. La mujer no deja seguir y le interrumpe apresuradamente comunicándole: “Cuando regresemos a casa, por favor, fíjate y quiero que veas las bellas flores que hay en el camino”.

Así lo hizo el cántaro y en efecto, vio muchas y muy bellas flores, tiernas y de colores, gráciles y frescas, pero al llegar a la casa se miró y comprobó que como siempre estaba medio lleno y volvió a entristecerse.

Fue entonces cuando la mujer, al descargar, le volvió a reñir y le dijo: “¿No te diste cuenta de que sólo había flores en un lado del camino, en el tuyo. Siempre me di cuenta de tu grieta y te quise así, de ahí que un día sembré de semillas esa parte del camino y todos los días las has ido regando. Si no fueras como eres, con ese defecto al que llamas grieta, no hubiera sido posible crear esta belleza”.

El cántaro entonces lloró, pero de alegría.

Cada uno de nosotros tiene sus grietas. Todos somos vasijas, cántaros agrietados, pero debemos tener presente que siempre existe la posibilidad de aprovechar los defectos para obtener buenos resultados.



Esto un joven lo debe tener muy presente ante el fracaso, la dificultad, la duda y los fallos.

¿Qué pautas seguirá? La primera de todas es la aceptación de uno mismo para poderse superar.

Hay que ir entrenándose para vencer las pequeñas dificultades, de este modo se estará preparado para lo mayor.

Deberá reforzar conductas de tranquilidad, calma y alegría. No se consiguen las cosas con pataleos y llantos. Esos gestos son de personas inmaduras, de niños.

Si ha habido una progresión en la superación, cuando llegue la decepción amorosa se sabrá salir de ella, no sin lágrimas y sufrimiento pero sí sin pataleos de niño y con una cierta madurez.

De todos modos, ahí indicamos diez puntos que pueden servir a superar esa decepción amorosa en el joven.

Veamos.

### **Los 10 consejos para superar las frustraciones amorosas**

Estos 10 consejos van dirigidos a aquellas personas que tienen “el corazón destrozado”. Pueden ayudarle a que supere ese sufrimiento que este hecho les ha podido causar.

Esto suele ocurrir cuando la pareja rompe su relación, bien por culpa o causa de él o bien porque ella ha decidido dejarle a él.

En la adolescencia y juventud este hecho es muy corriente.

Muchas de las relaciones son de tanteo y de experimentación, y es natural, y por lo tanto, no definitivas.

Ahí van, amigos, amigas los 10 consejos.

- 1** No contar la historia de la separación a todo el mundo, ya que este hecho de contarla fortalecerá el dolor. Los amigos y amigas a quienes se les cuenten, tendrán condolencia de ti y te compadecerán.
- 2** Cambiar la imagen que se tenga de uno mismo. No sentirse víctima. No echar de menos el amor y las caricias del otro, de lo contrario nunca podrás superar la separación.
- 3** Hablar sobre lo ocurrido con la persona interesada, no para volverse a juntar ni arreglar las cosas. Es para borrar la esperanza y comenzar a ver el antiguo objetivo del amor tenido con otros ojos.
- 4** Debo reconciliarme conmigo mismo sabiendo aceptar los regalos y objetos que me recuerdan la relación pasada, afrontando el hecho con fortaleza y no tirándolos, rompiéndolos o poniéndolos lejos del alcance de la vista.
- 5** Si te sientes tentado a escribir una carta a la persona de la que te has separado, antes de dejarte llevar por el impulso, anota en un cuaderno o en hoja aparte todo lo que sientas y seis meses después, cuando la leas, verás que te produce rechazo y nunca se te ocurrirá enviársela.
- 6** Hacer una lista de todos aquellos problemas que habitualmente te solucionaba la persona de la que te has separado y en otra hoja o al lado, pon la solución a cada uno de ellos. Fuisteis independientes y ahora ha llegado el momento de volver a serlo.
- 7** En un día significativo para ti, como puede ser el día del cumpleaños o del santo; conseguir tener la capacidad de recibir la felicitación de la pareja de otro tiempo sin sentir ansiedad, angustia o frustración. Si te apetece llorar, llora y desahógate.

- 8 Si sientes la necesidad de vengarte de la persona separada, haz una lista de las cosas que le pueden hacer daño y guárdala como si de un arma se tratase, pero nunca la pongas en práctica. Si lo hicieras, te sentirás peor. Al cabo de un tiempo prudencial, vuévela a leer y verás qué ridícula te parece, te darás cuenta que acertaste.
- 9 Si tienes que ir a uno de los lugares “sagrados” que frecuentaba la pareja, saber superar el recuerdo y aceptar el hecho y no tanto “profanarlo” y despreciar dicho lugar.
- 10 No caigas en brazos de una nueva persona hasta que no hayas acabado interiormente con la anterior relación de pareja, la nueva pareja podría estar condenada al fracaso a causa de la no superación y olvido total de la anterior.

Te deseo, amigo, amiga, lo mejor. Enfrentate a ti mismo, a ti misma y repondrás tu corazón destrozado, el cual estará despierto para amar de nuevo, habiendo avanzado y aprendido mucho de tu anterior fracaso.

Suerte, amigo. Suerte amiga.

- ?
1. ¿Hay alguno de estos diez puntos con el que no estés muy de acuerdo? ¿Cuál y por qué?
  2. Si has sufrido la experiencia y quieres transcribirla, puedes señalar el punto de estos diez que más te ha ayudado. Te lo agradecerán otros jóvenes que podrán servirse de lo que tú has vivido.

## Educadores vivos

Comencé con poemas, me despido con otro bello poema de Gabriel Celaya, nos lo dedica a quienes estamos metidos en la apasionante empresa de la educación con jóvenes.

Como padres-madres, nunca debemos esperar gratitud ni nada a cambio por parte del educando. Sí hemos de realizar con el

joven aquello que creemos debemos hacer para que crezca, ame, vuele y sea libre, y así nos supere en muchas cosas. Esto debe ser de orgullo para un educador. De ahí que Gabriel Celaya exprese, a mi entender el pago que mejor nos puede dar un joven. Escucha y lee este poema como despedida, léelo en voz alta.

Educar es lo mismo  
que poner un motor a una barca...  
Hay que medir, pesar, equilibrar...  
...y poner todo en marcha.

Pero para eso  
uno tiene que llevar en el alma  
un poco de marinero...un poco de pirata...  
y un poco de poeta...  
y un kilo y medio de paciencia concentrada.

Pero es consolador soñar mientras uno trabaja,  
que ese barco, ese niño  
irá muy lejos por el agua.

Soñar que ese navío  
llevará nuestra carga de palabras  
hacia puertos distantes, hacia islas lejanas.

Soñar que cuando un día  
esté durmiendo nuestra propia barca,  
en barcos nuevos seguirá nuestra bandera enarbolada.

*Gabriel Celaya*

Espero que hayas disfrutado con la lectura de los poemas, con las cartas de amor, con los cuentos, piropos, copos y concursos y que de este modo se haya cumplido el objetivo propuesto por nuestra parte de servir de ayuda en el crecimiento, en la afectividad y en el amor del adolescente, del joven que se están abriendo a la vida.

? Poner en un bote de cristal, en una caja o en un recipiente que sea elegante, poemas escritos, copos, cartas de amor, dichos profundos, cualquier apartado de este libro; todos estos papelitos deben ir enrollados o muy doblados, pueden llevar una grapa, una cinta, o lacre, cualquier elemento que los cierre y que el abrirlos suponga un pequeño esfuerzo por descubrir el "secreto" que llevan dentro.

En el exterior del recipiente, colocar un rótulo que rece: "pildoras para vivir con más optimismo" u otro rótulo similar; debajo del mismo señalar: "puedes llevarte una al mismo tiempo que dejas otra de tu cosecha".

Es una actividad original y gustosa, educativa y que sirve como final y resumen o como comienzo y presentación de esta obra juvenil.

He disfrutado muchos años de la docencia y he de confesar que es la única profesión que crea todas las otras profesiones.

¡Siempre me sentí orgulloso de ser y haber sido maestro!

Gracias amigo, amiga, joven adolescente y queridos padres y educadores, gracias.

De sobra me sentiré pagado si en tu barca llevas enarbolada, al menos algún color de mi bandera. Gracias.





# Anexo 1

Documentos de apoyo al Capítulo 5

## Clases de versos

En la literatura tradicional ya existían versos que quedaban sueltos, sin presentar rima ni medida. La literatura moderna, en sus constante renovación, ofrece un panorama poético que aporta nuevos modos de composición, distantes de los rígidos esquemas clásicos. Estos nuevos métodos permiten mezclar versos de muy distinta medida, enlazarlos mediante una leve rima e incluso sin rima. Son los versos libres y versículos:

- Versos libres son los que presentan una leve rima asonante (repetición de vocales a partir de la última sílaba tónica en el verso) en los versos que componen el poema.
- Versículos son versos que carecen de rima, aunque contienen ritmo y los recursos literarios propios del lenguaje poético. Se presentan recursos como por ejemplo la repetición de palabras, o estructuras gramaticales, metáforas, antítesis, ...etc.

### Me queda la palabra

Si he perdido la vida, todo  
lo que tiré, como un anillo, al agua;  
si he perdido la voz en la maleza,  
me queda la palabra.

Si he sufrido la sed, el hambre, todo  
lo que era mío y resultó ser nada,  
si he segado las sombras en silencio,  
me queda la palabra.

Si abrí los ojos para ver el rostro  
puro y terrible de mi patria,  
si abrí los labios hasta desgarrármelos,  
me queda la palabra.

*Blas de Otero*<sup>4</sup>

**¡Si me llamas, sí,  
si me llamas!**

Lo dejaría todo,  
todo lo tiraría:  
los precios, los catálogos,  
el azul del océano en los mapas,  
los días y sus noches,  
los telegramas viejos  
y un amor.  
¡Tú, que no eres mi amor,  
isi me llamas!  
y aún espero tu voz...

*Pedro Salinas*<sup>5</sup>

**Para vivir no quiero**  
islas, palacios, torres.  
¡Qué alegría más alta:  
vivir en los pronombres!  
Quítate ya los trajes,  
las señas, los retratos;  
yo no te quiero así,  
disfrazada de otra,  
hija siempre de algo.

---

<sup>4</sup> Blas de Otero, Bilbao (1916-1979) Poeta de la posguerra.

<sup>5</sup> Pedro Salinas (1891-1951) Poeta de la Generación del 27.

Te quiero pura, libre,  
irreductible: tú.  
Sé que cuando te llame  
entre todas las gentes  
del mundo,  
sólo tú serás tú.  
Y cuando me preguntes  
quién es el que te llama,  
el que te quiere suya,  
enterraré los nombres,  
los rótulos, la historia.  
Iré rompiendo todo  
lo que encima me echaron  
desde antes de nacer.  
Y vuelto ya el anónimo  
eterno del desnudo,  
de la piedra, del mundo,  
te diré:  
“Yo te quiero, soy yo”.

*Pedro Salinas*

El joven Elio II, de 21 años, nos remite este poema para que lo incluyamos. Lo hacemos con gusto.

Yo espero,  
espero que pase el tiempo,  
ya llega  
...te espero, mujer.  
Sácame de aquí donde me cobijo,  
aunque tengamos que estar

bajo la lluvia y con el frío  
que esta tempestad nos trae.  
...Vamos, mujer, vamos.  
Aunque tengamos que estrellarnos  
igual que las olas del mar  
contra las rocas.  
...Te espero, te espero, mujer, te espero.  
Mujer, al comenzar la tormenta  
y comenzar las olas a chocar  
al empezar esta violencia desencadenada  
tú y yo nos unimos y nos confundimos con ella.  
...Nos arrastra el viento.  
Nos moja la lluvia,  
nos desencadenamos,  
nos diluimos con el aire, el agua,  
nos destruimos. . .

Sara, 17 años, nos remite estas creaciones creados para  
Juanfra:

- 1** Quisiera, cariño,  
que tú, nunca me olvidarás  
y mis labios con los tuyos  
en un beso se juntaran  
y que no hubiera nadie  
en el mundo que los separara.
- 2** Te miré al pasar, por guapo,  
me gustaste por moreno,  
me enamoraste por gracioso  
y te quiero por tío bueno.

## ¡Crea tu propio poema!

Ana Victoria, profesora de literatura, nos remite este ejercicio para poder crear el propio poema.

Intenta crear un poema, siguiendo las pautas que se indican:

- Observa las palabras que hay en cada una de las tres columnas que te señalo a continuación:

SUSTANTIVOS	ADJETIVOS	VERBOS
alegría	blanco	reír
risa	negro	sentir
sueño	azul	sufrir
juventud	rojo	brillar
calle	verde	cantar
pirata	solitaria	ofrecer
libertad	rosa	mirar
noche	fuerte	florecer
amor	débil	pensar
calma	suave	recobrar
nube	brillante	gritar
viento	luminoso	buscar
tempestad	tenebroso	imaginar
mar	profundo	soñar
ojos	vivo	decir
sonrisa	libre	crear
frente	huracanado	dudar
tormenta	dulce	tocarte
sol	doloroso	besar
tristeza	vital	crecer
luna	enamorado	llorar
sombra	profano	reposar
amigo	aguerrido	querer

- Piensa en qué sentimiento te gustaría expresar ( desear besar a alguien, pedir perdón, decirle que le amas, no saber a dónde va tu vida, sentirte perdido, sentirte feliz y con ánimo...)
- Elige las palabras que mejor se ajusten a tu sentimiento
- Ve escribiendo y enlazando esas palabras para formar versos
- Olvídate de la rima y métrica, importa más lo que se dice.
- Pongo un ejemplo:

Una noche tenebrosa  
 me encontré solo,  
 el viento huracanado soplaba  
 en las calles solitarias,  
 soñé con tu mirada,  
 esos azules ojos que un día  
 me miraron,  
 y recobré la calma.

Siguiendo esta pauta, aquí tenemos algunos de los poemas creados por alumnos:

**A veces me siento sola**

A veces me siento sola  
 como en una noche fría  
 siento un vacío  
 dentro de mi ser.

Sólo pienso en ti  
 tus ojos dulces,  
 tu rostro cálido,  
 tu sonrisa alegre.

Y al recordarte  
mi querido amor,  
sigo sintiéndome  
sola y vacía.

*Sandra (15 años)*

**La noche oscura,**  
la luna llena,  
tus ojos reflejados  
en la luz de la luna.  
Noche solitaria,  
noche silenciosa,  
pero el silencio se rompe  
por mis latidos,  
los de mi corazón.

*Marcos (16 años)*

**Sentí que gritabas**  
buscando algo más.  
algo que brillaba,  
llamado libertad.  
La noche tenebrosa  
llamó a tu ventana.  
Oscuridad majestuosa,  
tristeza temprana.  
Tu alegría yace en el fondo de un pozo,  
tu piel aguerrida reposa.  
En tu corazón sólo existe un gozo;  
el amor, esa fresca rosa.



Tocar tu cuerpo es florecer,  
sentir que aún nos sobra el tiempo.  
que juntos podemos crecer,  
desde ya, en este momento.

*Monika (16 años)*

La pareja María Jesús y Jorge de Alicante nos regala estos poemas:

**San Valentín,**

de tu novio que te quiere un montón

Anoche tuve un sueño  
tan borroso que casi no distinguía.

Así que tuve que poner mucho empeño  
para ver si te veía.

Se trataba de un hombre aguileño  
que contra tu voluntad te retenía.

De la floristería era el dueño  
y las más lindas flores poseía.

Yo entraba y con voz fina decía:

“¿De dónde viene ese resplandor de ensueño?”

El personaje miraba y reía,  
mientras de agua llenaba un barreño.

Se hacía el tonto,  
pues bien te tenía escondida.

Pero me di cuenta pronto  
y rápido ascendí por la tasca subida  
que a los dos nos separaba.

Llegué a una habitación oscurecida  
y escuché una voz que susurraba:  
“¿Dónde estás amor de mi vida?”

De repente la voz callaba  
y yo buscaba y buscaba  
hasta que tu estampa vi aparecida.

De las rosas la más delicada,  
de rojo eran tus labios  
y de tierno verde tu mirada.

De tocarte yo dudaba  
por si alguna espina quedase clavada  
en mi corazón enfermo de amor.

El sueño no pudo acabar mejor,  
juntos los dos  
el Príncipe y la linda Flor.

*Jorge (17 años)*

### **Otra vez**

Otra vez estamos aquí, estamos  
en el mismo punto,  
el punto desde el que empezamos.  
Y ante Dios, te juro  
que esto es muy duro  
y que todavía tengo esperanzas  
de que algún día pueda caer  
el gran muro  
que nunca hemos podido mover.

*Mª Jesús (17 años)*

## Anexo 2

### Documentos de apoyo al Capítulo 7

#### **Qué importa la gente**

Siento un cosquilleo  
cuando no te veo  
pero cuando bailas,  
niña, siento miedo.  
Siento un debaneo  
con tus contoneos,  
pero si te miran,  
yo me muero de celos.

Y es que te amo tanto y tanto  
que no puedo yo amar más  
y en mi pecho estalla un llanto  
que no puedo controlar  
y es que tú eres especial  
cuando me dices te quiero  
de mis hombros nacen alas  
que me elevan hasta el cielo.  
¡Qué importa toda la gente,  
si lo que importa eres tú.

Voy a regalarte  
las flores más bellas  
te daré el aroma de la primavera  
y es que en estas cosas  
no hay comparación,  
tu belleza es tanta  
que me muero de amor.

Y es que te amo tanto y tanto  
que no puedo yo amar más  
y en mi pecho estalla un llanto  
que no puedo controlar  
y es que amándote yo así  
sin medida y locamente  
que me digan que estoy loco,  
¡qué me importa a mí la gente!

*Manzanita*

### **Creación de una tarjeta visita de la pareja**

He aquí un ejemplo:

Juanma Bernal Fernández  
Jessica Mojica Martínez

*c/ Siempre juntos*

*3 de Marzo de 1999* (El día en que comenzaron a salir)

*Un beso y un te quiero*

*Tfnos: 4-2-83 y 25-8-83* (Las fechas de nacimiento)

## **José Miguel Burgui Ongay**

**[www.jmburgui.es](http://www.jmburgui.es)**

Licenciado en Ciencias catequéticas por la Universidad Pontificia de Salamanca.

Entusiasta en todo lo referente al mundo joven y tiempo libre tiene muchas y variadas publicaciones al respecto, entre otras: Recursos para el tiempo libre, 1. Recursos para el tiempo libre 3 en la Editorial CCS de Madrid.

Ha impartido muchos cursillos por toda la geografía española respecto al tiempo libre y campamentos; canciones originales, talleres creativos; técnicas para dinámicas de grupos etc...

Lleva a la práctica muchas de las imágenes que pasan por su mente y siempre al servicio –como salesiano que es– de los jóvenes. Toda su vida la dedicó a la enseñanza.

Durante bastantes años estuvo de guía en lengua castellana, en las catacumbas de S. Calixto en Roma, un guía apasionado y enamorado de las catacumbas, encantado con lo que hacía, disfrutando cada segundo, saboreándolo e intentado dar siempre una vuelta más al exprimidor para sacar lo mejor y así ofrecerlo y poderse lo dar a los visitantes de las catacumbas.

Brotan de su mente y corazón, como de un manantial, bellas y prácticas composiciones.

En este pequeño y nuevo trabajo podrás observar algo de lo que afirmamos respecto a su persona.

*Ana Victoria Navarro*

## **Marcos González González**

**[www.propileos.wordpress.com](http://www.propileos.wordpress.com)**

Ilustra este libro bajo el seudónimo *Propileos*.

Es arquitecto por la ETSAM, desarrollando su labor profesional en los campos de arquitectura, diseño gráfico y editorial, dibujo y fotografía.

Su interés por todo proceso creativo y su inquietud por entender todo lo creado, le ha llevado a acercarse a Portugal, Italia e India, entornos por los que siente verdadera fascinación.

Ha recibido reconocimientos en distintos concursos de todo tipo, actividad que aprecia realizar en grupo por lo que supone de aprendizaje del otro.

Colabora habitualmente con el escultor López-Arza, habiendo diseñado catálogos y carteles para varias de sus exposiciones, además de diseñar su página web, [www.lopez-arza.es](http://www.lopez-arza.es), y aprender en su estudio.

Durante los últimos años, ha colaborado en el diseño y edición de otras publicaciones de José Miguel Burgui, como son: *Leyendas del Camino de Santiago contadas y cantadas* (abril 2015), *Cantos a los mártires de las catacumbas de San Calixto* (enero 2015), *Actividades creativas para jóvenes* (julio 2014), *Homenajes a la madre, al que muere por la violencia, al músico creativo, al bombero valiente y al joven enamorado* (abril 2014), *Juegos educativos y Copos palabranieve* (enero 2013), *Relatos y Mensajes para amigos* (octubre 2012) y *Algunas leyendas vividas en Roma* (junio 2012).

Ilustraciones: Propileos  
Diseño cubiertas y edición: Marcos González  
Noviembre 2015

## **Agradecimientos**

Mi agradecimiento y reconocimiento a las diversas colaboraciones, a la revisión del trabajo, a los juicios y aportaciones de muchas personas, tanto jóvenes como educadores y compañeros de trabajo.

A los jóvenes: *Noelia, Mónica, Liarte, Sandra, Pedro José, Mónica, Juan Miguel, Noelia, Raquel, Antonio, Juan Francisco, Sara, Juan José, Laura, José Francisco, Mairoslava, José Luis, Daniel, Cristina, Miguel, Andrés, María Jesús, Jorge, Tamara, Rodrigo, Víctor, David, Alberto, José Antonio, María Ángeles, Patri, Raquel, Sergio, María Jesús, Elena, Cristina, Elena, Carlos, Raquel María, Juan José, Emilio Jesús, Pablo, Juan Francisco, María Loli, Francisco Javier, Jesús Ángel, Carlos y Miguel*; y a los educadores: *Juan José, Ana Victoria, Antonio, Juan Gabriel, María José, Francisco, Antonio, Donato, Antonio, Antonio, Silvia, Diego, José Antonio, María Jesús, Francisco, Cati y María Dolores.*



“Nadie debería perderse la lectura de estos poemas y cosas sobre el amor”

*David (16 años)*

“Nos ha gustado mucho el libro. Puede servir de ayuda a muchos jóvenes, tanto para demostrar sus sentimientos como para aquellos que sufran decepciones”

*Sara (16 años) y Juan Francisco (17 años)*

“En el tema de la educación en la pareja a la afectividad hay un hueco real; se nos venden experiencias físicas, cuantas más y más intensas mejor y se dejan al margen los sentimientos. Hay que enseñar a sentir, a soñar. Estoy de acuerdo con el objetivo que nos ofrece este trabajo”

*José Antonio (educador)*

“¡Es estupendo! Me ha encantado. De vez en cuando hace falta que caiga en nuestras manos cosas así; nos alientan y nos enseñan”

*María Jesús (educadora)*