

# VIVIR LOS VALORES

[www.valores.com.mx](http://www.valores.com.mx)



**CAMPEONES DE VALOR**



\$ 25.00 PESOS

0 10722 23171 2 01201



Este libro  
pertenece a:

---



**VIVIR LOS VALORES, CAMPEONES DE VALOR**

Derechos Reservados © 2012  
Editado y publicado por  
Editorial Televisa, S. A. de C. V.  
Avenida Vasco de Quiroga No. 2000,  
Edificio E, Col. Santa Fe  
C.P. 01210, México, D. F.  
Tel. 52-61-20-00



EDITORIAL  
**Televisa**

Edición especial para  
Fundación Televisa, S.A. de C.V.



Fundación  
**Televisa**

Distribuido por:  
Distribuidora Intermex, S. A. de C. V.  
Lucio Blanco No. 435, Azcapotzalco,  
C.P. 02400, México D. F.  
Tel. 52-30-95-00



VIVIR  
LOS VALORES

CAMPEONES  
DE VALOR

TEXTOS Y CUENTOS ORIGINALES DE

*Rafael Muñoz Saldaña*



ILUSTRADO POR

*Claudia Navarro*





**Emilio Azcárraga Jean**  
PRESIDENTE

**Alicia Lebrija Hirschfeld**  
PRESIDENTA EJECUTIVA

**Yolanda Gudiño Cicero**  
COORDINADORA DE PROYECTOS EDUCATIVOS

**José Ignacio Aldama**  
EDITOR GENERAL

**Soledad Aguirre**  
EDITORA



**Rafael Muñoz Saldaña**  
REDACCIÓN Y CUENTOS ORIGINALES

**Claudia Navarro**  
ILUSTRACIONES

**Martha García Calderón**  
COORDINADORA DE ARTE

**Adriana Cataño Vergara**  
CORRECCIÓN DE ESTILO

**FINANZAS**  
**M. Rosario Sánchez Robles**  
DIRECTORA DE ADMINISTRACIÓN Y FINANZAS

**CIRCULACIÓN**  
**Sylvia Cañas Moreno**  
COORDINADORA

**PRODUCCIÓN**  
**María del Refugio Michel García**  
DIRECTORA

**TELEvisa PUBLISHING INTERNACIONAL**

**Martha Elena Díaz Llanos**  
DIRECTORA GENERAL DE MÉXICO, ESTADOS UNIDOS Y PUERTO RICO

**Javier Martínez Staines**  
DIRECTOR GENERAL EDITORIAL INTERNACIONAL

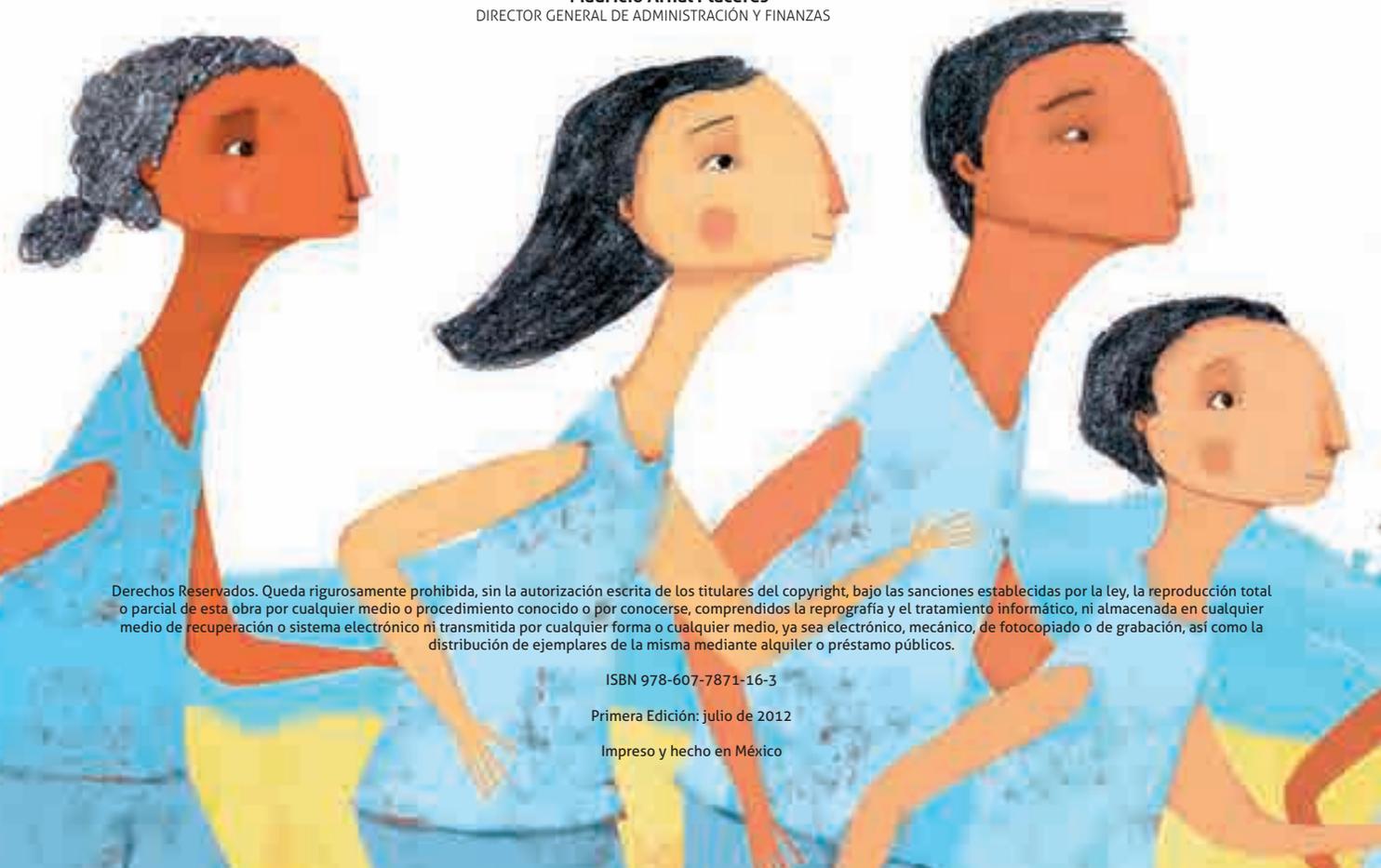
**Mauricio Arnal Placeres**  
DIRECTOR GENERAL DE ADMINISTRACIÓN Y FINANZAS

Derechos Reservados. Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del copyright, bajo las sanciones establecidas por la ley, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento conocido o por conocerse, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, ni almacenada en cualquier medio de recuperación o sistema electrónico ni transmitida por cualquier forma o cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, de fotocopiado o de grabación, así como la distribución de ejemplares de la misma mediante alquiler o préstamo públicos.

ISBN 978-607-7871-16-3

Primera Edición: julio de 2012

Impreso y hecho en México



# Presentación

Una educación basada en valores implica, primero que nada, el conocimiento de éstos para tomar conciencia de nuestras acciones, de nuestro proceder y poder entonces predicar con el ejemplo. Han transcurrido ocho años desde que nos propusimos editar un libro que diera a los padres de familia y a los maestros una herramienta fácil y didáctica para transmitir la enseñanza de los valores morales a los niños. Ocho ediciones después y unos cuantos millones de libros colocados en manos de lectores mexicanos, corroboran la avidez del público por cultivarse en valores y por promover, en las nuevas generaciones, las virtudes que nos hagan ser mejores personas.

El libro que hoy tienes en tus manos es prueba de que tú también, como muchísimas personas, te sumas a los que queremos vivir en una familia, una escuela, una comunidad y un país mejores, donde reinen la paz y la armonía; te unes a los que sabemos que esto es posible si empezamos por nuestra propia conducta, conscientes de la influencia que ésta puede llegar a tener en los niños, nuestros hijos, alumnos, nietos, sobrinos o amigos. En un mundo como el de hoy, en el que los pequeños reciben tanta información fuera de su casa y de su escuela, resulta de vital importancia fortalecer su formación en valores para hacerlos personas de bien que puedan enfrentar con la virtud cualquier situación que se presente en su camino.

En esta ocasión abordamos la enseñanza a través de una perspectiva novedosa y divertida, aprovechando la enorme cantidad de coincidencias que el espíritu de los Juegos Olímpicos, a celebrarse este verano, tiene con la educación en valores. Encontrarás en las páginas de este libro narraciones, explicaciones y reflexiones que te permitirán entender el valor para que te lo apropiés y lo vivas en tu transcurrir diario, para alcanzar así el objetivo de que todos seamos unos campeones de valor.

Nuestro reconocimiento y agradecimiento para ti que das el primer paso en esta carrera hacia la meta y para nuestros patrocinadores, que han hecho posible que todos estos años nuestra publicación llegue hasta tus manos: Fundación Televisa, Fundación Alfredo Harp Helú, Bimbo y Compartamos Banco. Gracias por creer, como nosotros, que solamente cuando la educación esté basada en valores logrará el conocimiento enaltecer el espíritu humano.



Compartamos Banco



# A los lectores

**B**ienvenidos de nuevo (o por primera vez) a la edición anual de nuestra serie “Vivir los valores”. Si ustedes la han coleccionado, agradecemos la lealtad que nos guardan. Si es el primer libro que tienen en sus manos, reconocemos la confianza que nos otorgan. Prometemos esforzarnos por estar a la altura: el trabajo que desarrollamos sólo cobra sentido cuando ustedes recorren estas líneas con su mirada y aprovechan algunas ideas expuestas aquí para transformar su forma de actuar y promover un cambio positivo en las vidas de quienes los rodean.

*Campeones de valor*, la octava entrega de este esfuerzo editorial posible gracias al entusiasmo de los lectores, la generosidad de los patrocinadores y la imaginación creativa del equipo que colabora en su realización, coincide con el año en el que tendrán lugar los Juegos Olímpicos de Londres. Esa concurrencia sugirió la idea de enfocar la edición en los valores tal como se han ejemplificado en numerosos casos de esta justa deportiva a lo largo de un siglo.

Cuando empezamos a explorar la posibilidad de materializar esta idea descubrimos la pertinencia de su planteamiento. El proyecto concebido por el barón Pierre de Coubertin para revivir los Juegos de la Antigüedad no estuvo sustentado en el poder físico de los atletas y sus prodigiosos cuerpos, sino en el poder espiritual de los distinguidos miembros de la humanidad que luchan por los ideales que Coubertin enunció explícitamente:



el equilibrio, la proporción, el fortalecimiento, la amistad, la justicia, la equidad, la superación moral, el esfuerzo y el honor que conducen a la alegría y a la plenitud.

En cada paso del proyecto descubrimos que los Juegos (en gran escala) y nuestro proyecto de valores (hasta el límite de sus alcances) buscan fundamentalmente lo mismo. Así tomaron forma los capítulos de esta obra que recupera casos concretos, hazañas, ideas y recuerdos de los hombres, las mujeres y las colectividades que han vivido los valores en la historia moderna del olimpismo poniéndolos como ejemplos a seguir para miles de lectores.

No es ésa la única novedad que presentamos este año: por primera vez nuestro libro incluye cuentos creados originalmente para ustedes, pequeñas historias llenas de fe en México y sus habitantes como personas capaces de vivir en la verdad y para la verdad. Los diferentes elementos que se entranan en cada capítulo apelan a la imaginación, a la experiencia histórica y a la vida cotidiana; sirven como pequeñas lecciones que dejan a un lado la pretensión y la arrogancia de cualquier doctrina y prefieren hablarle cariñosamente a los niños, los padres, los maestros y, en general, a todas las personas que nos privilegien con su atención para despertar en ellas el interés de vivir una vida ética, una vida de acciones libres y reflexivas que nunca pierden de vista al prójimo.

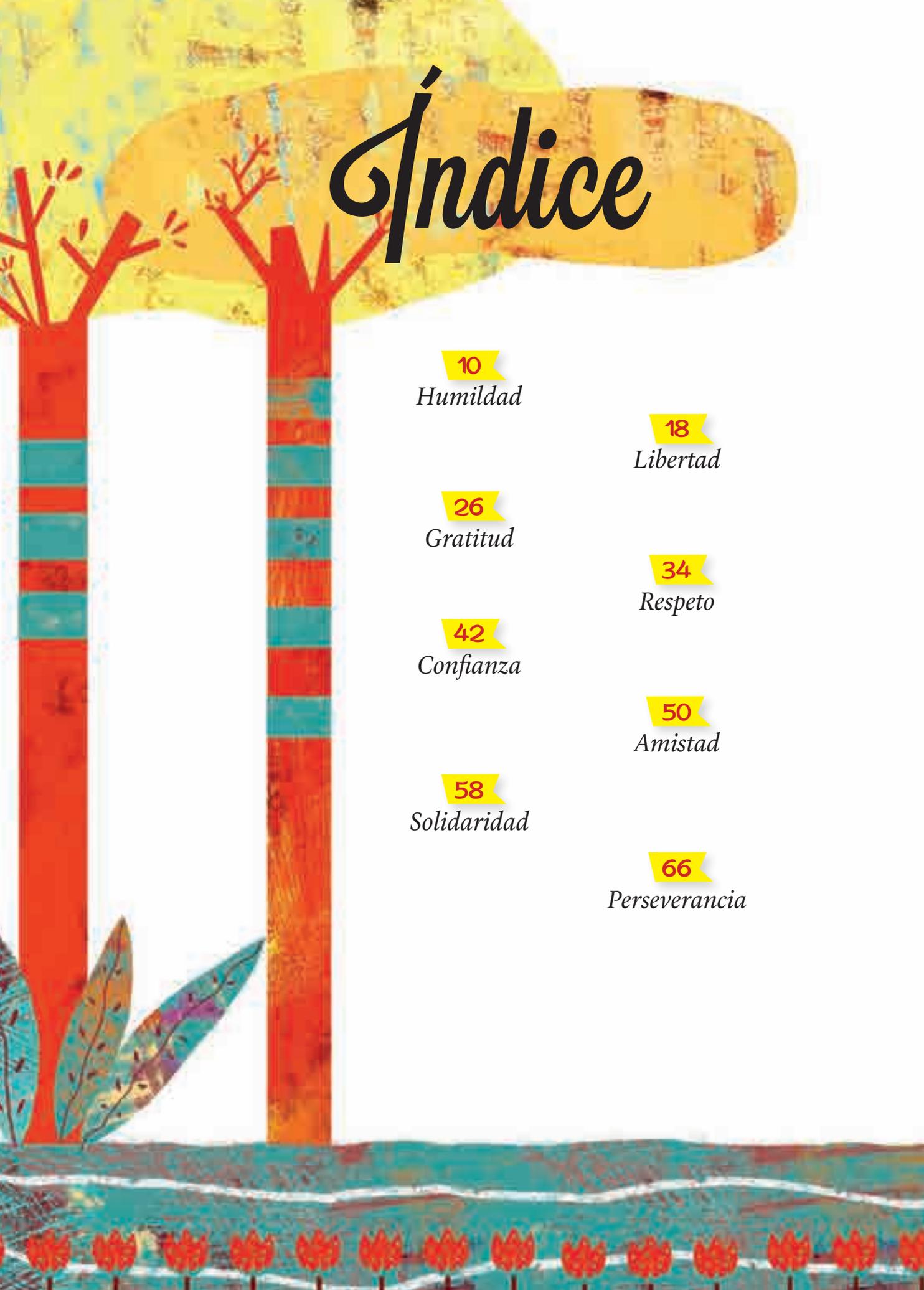
Hallarán en estas páginas a muchos de los héroes deportivos que ya conocen. También descubrirán a otros personajes que no alcanzaron a subir al podio de premiación ni consiguieron las anheladas medallas pero que, sin embargo, protagonizaron momentos extraordinarios, brillaron por su vocación, por su capacidad de defender el juego limpio y enriquecer las vidas de los demás.

En el mundo de los valores ocurre lo mismo de manera aún más clara. No siempre hay medallistas ni primeros lugares, no existen más trofeos a la bondad que la propia satisfacción y el feliz desarrollo de nuestro entorno. Lo esencial es participar en el esfuerzo, mantenernos activos con todo el aliento y entregar con generosidad lo que tenemos, todo lo que somos capaces de dar —y aún más, para seguir creciendo. Esperamos que este libro sea un recurso útil y estimulante para esos atletas de élite que, sin deslumbrarse por los espejismos de la victoria, jamás detienen su carrera y piensan que cada meta alcanzada es sólo otro punto en su recorrido que se extiende hasta el límite de la vida. Ellos, y no otros, son los campeones de valor.

*Los editores*  
—Julio de 2012



# Índice



10

*Humildad*

18

*Libertad*

26

*Gratitud*

34

*Respeto*

42

*Confianza*

50

*Amistad*

58

*Solidaridad*

66

*Perseverancia*



74

*Tolerancia y diversidad*

82

*Responsabilidad*

90

*Dignidad*

98

*Esfuerzo*

106

*Paz*

114

*Generosidad*

122

*Justicia*

130

*Honestidad*

138

*Esperanza*

146

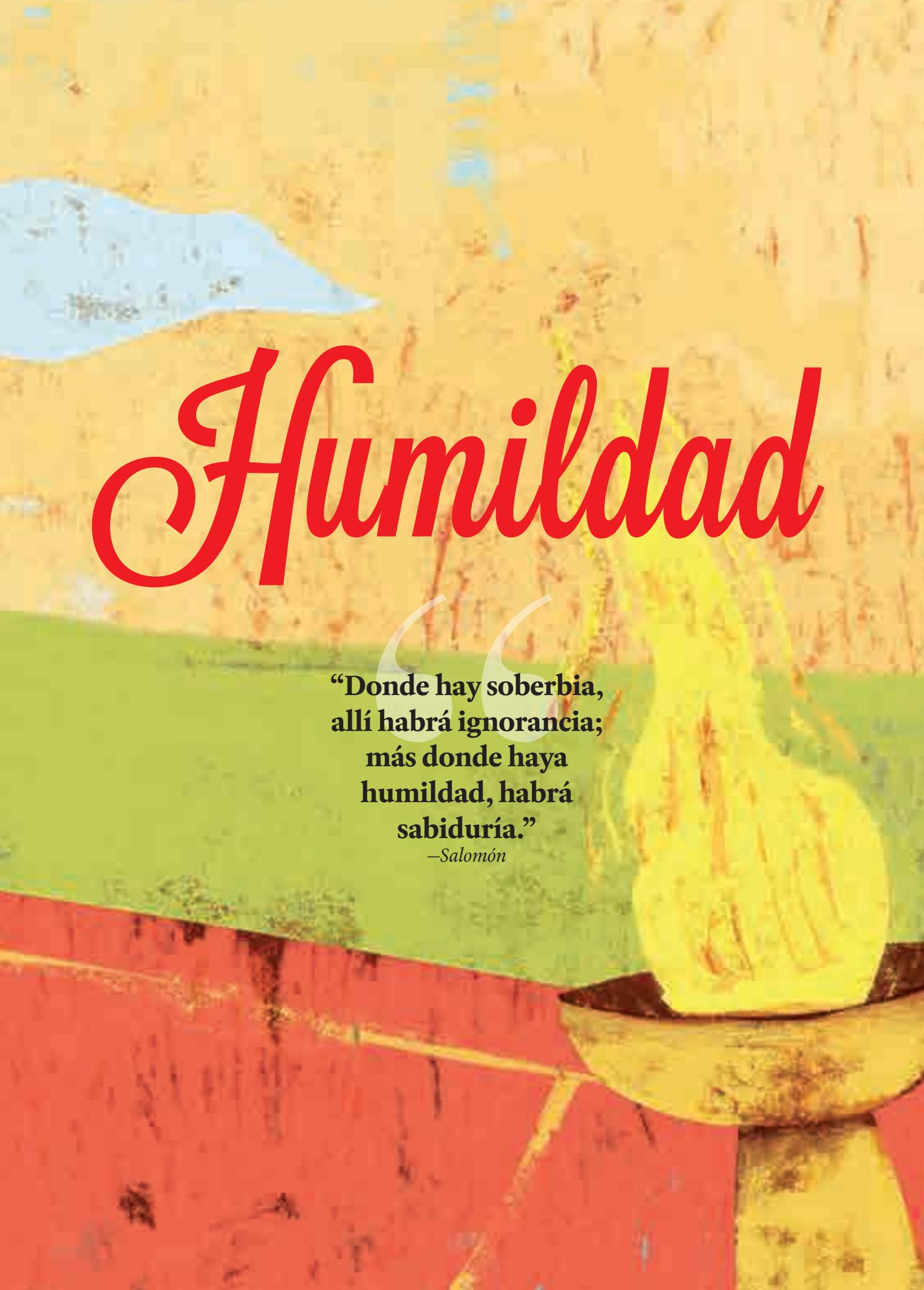
*Momentos extraordinarios*





*En voz de los campeones*  
“Aún soy joven. Tengo mucho  
tiempo. Si alguien rompe mis  
récords en el futuro no lloraré.  
Eso es el deporte.”

—Noureddine Morceli, atleta,  
medallista de oro en Atlanta, 1996



# Humildad

**“Donde hay soberbia,  
allí habrá ignorancia;  
más donde haya  
humildad, habrá  
sabiduría.”**

*—Salomón*

# Tres monedas de plata

**C**amila Darién tenía todo lo que cualquier joven de la Nueva España podía desear: belleza, fama, fortuna y dos padres que la adoraban.

Como hija única de un matrimonio mayor, había recibido todos los mimos posibles. Aunque era una mujer de corazón noble, siempre había pensado que se hallaba por encima de los demás, en especial de la gente sencilla que atendía las innumerables tareas de su mansión en la Ciudad de México, a quienes solía tratar con desprecio.

Aquella tarde era muy especial, pues se llevaría a cabo su petición de mano. Don Luis de las Heras la amaba,

aunque sufría al ver la forma en que maltrataba a la gente sencilla. Así ocurrió durante la fiesta de ese día. “Este ponche

es repugnante”, le dijo a Mariana, la cocinera, frente de los demás. “El sillón

## Reflexiona

- ¿Por qué piensas que Camila maltrataba a los empleados?
- ¿Qué harías si te encontraras en lugar de uno de ellos? ¿Le darías la moneda?
- Si estuvieras en el caso de ella, ¿hubieras preferido suspender la boda a pedir el dinero?
- ¿Piensas que la lección que le dio Luis fue muy dura?



está lleno de polvo”, le gritó a Julia, la recamarera. “Tú no estás invitado a la fiesta”, informó a Marcos, el cochero, que se había atrevido a entrar al gran salón a escuchar la música. Don Luis observó todo esto con disgusto y cuando llegó el momento de la petición los invitados, entre quienes se hallaban las personas más notables del Virreinato, quedaron sorprendidos pues el novio hizo algo inesperado. “Te amo y te respeto Camila” —le dijo—. Sin embargo, para que se realice nuestro matrimonio necesito que me regales una corbata de seda que vi en el Parián. Sin ella, simplemente, no puede haber boda.”

Camila rompió a reír frente a todos. “¿Una corbata, querido? Las más caras cuestan apenas tres monedas de plata y tú sabes que yo tengo cientos de ellas.” “Más despacio, Camila —repuso el novio—, lo que te solicito es que la compres con una moneda que te dé Mariana, otra que te dé Julia y una más que te dé Marcos y que se las pidas aquí frente a todos nosotros.” Los invitados, incluyendo a los padres de la novia, quedaron en silencio mientras Camila derramaba un par de lágrimas que sabían a coraje y desesperación; sin embargo, su amor por don Luis era más grande que su orgullo. “¡Que por favor vengan Mariana, Julia y Marcos!”, solicitó con un dulce tono de voz desacostumbrado en ella.

Los tres empleados de la casa entraron al salón atemorizados temiendo un nuevo regaño. Camila les explicó la situación. “Ahora mi felicidad está en manos de ustedes —les dijo—. ¿No me dan una moneda, por favor?” Mariana, Julia y Marcos sonrieron como si se hubieran puesto de acuerdo y mientras sonreían buscaban en el fondo de sus bolsillos aquellas monedas que significaban la felicidad de Camila. Marcos y Julia le entregaron las suyas. Sin querer Mariana dejó caer la tercera en el suelo y Camila se agachó para recogerla con dificultad por su

elaborado vestido. “Gracias —les dijo al incorporarse—. ¿Aceptarían ustedes una invitación para la fiesta de mi boda? Y con respecto a ti, Luis —le dijo a su prometido—, espero que aprendamos juntos muchas cosas en nuestra vida de casados.” 🙏



Olimpiadas de valor

## Los héroes del origen

El deporte se ha convertido en una especie de fábrica de estrellas inaccesibles para el gran público.

Pero no siempre fue así. En su origen el movimiento olímpico no estaba dirigido a deportistas, sino a *amateurs*, personas



ESPÍRITU DEPORTIVO

### El campeón sin zapatos **ABEBE BIKILA**

(1932-1973)

Hoy día los zapatos deportivos alcanzan precios elevados y los profesionales los consideran indispensables para lograr sus hazañas. Sin embargo, puede más el esfuerzo de hombres y mujeres. El atleta etíope Abebe Bikila fue hijo de unos sencillos pastores. En Roma, 1960, triunfó en la prueba de maratón con una marca de 2 horas, 15 minutos, 16 segundos. Para lograr su hazaña pidió que le permitieran correr descalzo, como siempre lo había hecho. En Tokio, 1960, mejoró su marca, aunque en esta ocasión sí usó zapatos por respeto a los reglamentos oficiales. En 1969 sufrió un accidente de automóvil y afrontó con entereza lo más difícil que puede ocurrirle a un atleta: quedar por completo inmovilizado. Murió a los 41 años.



comunes que practicaran alguna disciplina sin buscar mayor fama o fortuna. Las historias de los hombres y las mujeres que realizaron las primeras hazañas en las Olimpiadas inspiran y emocionan, pues enseñan que nosotros podemos llegar tan lejos como ellos. Recordemos algunos casos célebres. Spiridion Louis (1873-1940), conocido como “Spiros” era vendedor de agua potable en las calles de Atenas y no contaba con entrenamiento profesional. Ganó la medalla de oro en la prueba de maratón en los Juegos de 1896. Tras su victoria se retiró a Marousi, su pueblo natal, donde trabajó como policía y granjero. Duke Kahanamoku (1890-1968), nadador que obtuvo medallas de oro y plata en diversas pruebas verificadas en Estocolmo, 1912, Amberes, 1920 y París, 1924 era un sencillo nativo de Hawái que aprendió a nadar con sus amigos en las playas de Waikiki. No podemos olvidar al boxeador mexicano Francisco Cabañas Pardo (1912-2002), primer medallista mexicano en la historia de los Juegos, pues obtuvo la plata en Los Ángeles, 1932. Entrenaba en un modesto gimnasio de la colonia Obrera, en la Ciudad de México y tuvo que recaudar 500 pesos entre sus amigos del barrio para poder viajar al lugar de la competencia. Tras retirarse se dedicó a vender gelatinas en la calle. Tales relatos honran al movimiento olímpico en el que el valor de la humildad también debe expresarse aceptando la derrota y celebrando el triunfo de los otros competidores. ①

## Tarjeta roja

### LA VANIDAD DE UNA ESTRELLA

Los atletas de hoy se convierten en estrellas perseguidas por los fotógrafos, los noticieros, los publicistas y las revistas del corazón.

Ello puede hacer que consideren que están por encima de los demás. Un buen ejemplo de nuestro tiempo es el futbolista portugués Cristiano Ronaldo (1985-), quien jugó con la Selección Nacional de su país en los Juegos de Atenas, 1994. Celebrado en todo el mundo, Cristiano ha desdeñado a los periodistas y ha hecho muecas y señas ofensivas a los aficionados que no lo apoyan. El futbolista parece haber olvidado su sencillo origen en un barrio pobre de la isla de Madeira, cuando era un chico tímido y rechazado por su aspecto.





## Camino a la victoria

### La humildad es mi valor

Con frecuencia pensamos que la palabra “humildad” se refiere a la pobreza en que viven algunas personas. Esto es un error. La humildad es un valor que puede extenderse a todos aquellos hombres y mujeres dispuestos a reconocer que, aunque tienen una dignidad y un valor que nadie puede quitarles, y tal vez algunas cualidades propias (como la belleza, la inteligencia o determinada habilidad), no se encuentran por encima de los demás. Una persona humilde se reconoce como un integrante más de la humanidad al mismo nivel que cualquiera de sus semejantes, sin discriminar a ninguno de ellos.

En vez de usar sus talentos propios para ponerse *por encima* de los otros, los emplea para ponerse *al servicio* de los demás y construir una auténtica comunidad humana en la que no tienen cabida el orgullo, la presunción o el desprecio por quienes se encuentran en desventaja.

### Con ganas de triunfar

Selecciona a un personaje de tu comunidad a quien no concedes mayor importancia y descubre cuáles son sus ventajas y atributos positivos.

- ◆ Distingue cuáles son tus propias cualidades y aprovéchalas, pero nunca presumas de ellas. Siempre habrá alguien que haga las cosas mejor que tú.
- ◆ Ser humilde no significa permitir que te humillen. Sirve y ayuda a los otros siempre y cuando se mantengan claros los límites que exige el respeto.
- ◆ Separa aquellos valores que son propios de las personas, como los que tratamos en este libro, y distínguelos de “valores inventados” como la ropa que usan o la posición social que ocupan. Los primeros son los que importan. 1

## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la humildad. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Eviten exaltar el bienestar económico como marca del éxito. Promuevan una idea de éxito consistente en alcanzar logros perdurables y sencillos, como la armonía familiar.
- ◆ No señalen en forma agresiva o burlona las desventajas o defectos de algún miembro de la familia. Trabajen en conjunto para corregirlos.
- ◆ Estimulen a sus hijos con un reconocimiento explícito por sus logros. Manténgalo en un nivel sensato para evitar que se sientan por encima de los demás.
- ◆ Eviten las actitudes prepotentes en la convivencia diaria. Sus hijos deben verlos defender sus puntos de vista, pero jamás humillar o someter a los demás.

### Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de la humildad y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

- ◆ Genere con ellos una actitud de confianza que permita a cada uno reconocer sus defectos y ventajas.
- ◆ Evite señalar a alguno de los educandos como el “mal ejemplo” o el “buen ejemplo” del salón, pues podría incitar a los demás al acoso.
- ◆ Detecte y rechace cualquier actitud infantil basada en la prepotencia que algunos padres inculcan en el hogar por su fuerza física o su posición social.
- ◆ Contribuya a construir una comunidad escolar armónica en la que exista un esquema horizontal de autoridad y se reconozca el valor de todos (desde el señor que barre hasta la directora) en la experiencia educativa. 😊





*En voz de los campeones*  
“Corrí y corrí libremente todos los días y así adquirí la determinación de no rendirme jamás.”

—Wilma Rudolph, atleta ganadora de tres medallas de bronce en Roma, 1960



# Libertad

**“No pido  
riquezas  
ni esperanzas,  
ni amor, ni un  
amigo que me  
comprenda;  
todo lo que pido  
es el cielo sobre  
mí y un camino  
a mis pies.”**

*—Robert Louis Stevenson*

# La invasión de los teporingos

**E**n el hermoso pueblo de Atlixco, cerca de los volcanes Iztaccíhuatl y Popocatepetl, vivía una sencilla familia conformada por Mariana y Jaime, los padres, y Jaimito, el único hijo. Jaime era herrero y su oficio apenas le daba para cubrir los gastos de los tres. Habitaban una casa sin lujos, pero muy acogedora, que les prestaba la tía Cristina, una rica ganadera de Apizaco, en Tlaxcala. La tía nunca se había casado y se sentía muy sola, tenía pocas amistades porque era severa y exigente. Cada que visitaba a la familia les recordaba que gracias a ella tenían dónde vivir. Cuando Jaimito cumplió once años pensó en llevarlo a vivir con ella. Mariana y Jaime se resistieron, pero cuando los amenazó con quitarles la vivienda tuvieron que aceptar. “Jaimito tendrá todo lo mejor conmigo, por eso no se preocupen.”

El muchacho se despidió llorando de sus padres e hizo el viaje hasta Apizaco. La casa, su habitación y los alimentos eran espléndidos, pero extrañaba el sencillo cuarto de antes desde donde podía ver las fumarolas del volcán Popocatepetl y soñaba con su erupción. Lo que más lo afligía era la forma de ser de su tía: no le permitía salir de la casa, lo encerraba bajo llave, lo obligaba a acompañarla todo el día y le exigía siempre que la cuidara, pues a cada rato decía que se estaba muriendo. La piel bronceada de Jaimito, acostumbrado a jugar bajo el sol, comenzó a palidecer y nunca tenía apetito.

Por las noches lloraba en silencio. Al verlo así, la tía Cristina pensó en darle una mascota e hizo que los peones atraparan a un teporingo, uno de los pequeños conejos que sólo viven esa región. Jaimito lo recibió con alegría y le acondicionó una caja de madera. Aunque lo trataba con mucho amor, notó que el animalillo estaba cada vez más encanijado, triste y soñoliento. Una tarde, mientras le acariciaba sus diminutas orejas, le dijo: “Te sientes así porque estás fuera de tu ambiente, lejos de tu familia. Encerrado aquí. Hoy mismo vamos a resolverlo”. Aprovechando que la tía dormitaba, llevó al conejito al jardín y lo dejó ir por un agujero que había en la cerca.

El teporingo llegó con los suyos y les contó lo ocurrido. El más valiente de todos propuso: “Tenemos que rescatar a ese muchacho”. Convocaron a sus parientes y formaron un ejército de miles que se dirigió a casa de tía Cristina. Su tamaño les permitió invadir fácilmente la propiedad: estaban en la sala, la cocina, las escaleras, el baño y el cuarto haciendo ruido con sus hociquillos. Al verlos la tía pensó que se estaba volviendo loca y le pidió a un trabajador que la llevara al manicomio de Cholula para consultar a un médico. Cuando el coche arrancó Jaimito supo que era momento de huir. Los teporingos lo escoltaron hasta la carretera y le dieron unas monedas para pagar el autobús. Cuando volvió a su hogar sus padres lo recibieron felices. “Es hora de buscar otra casa”, dijo Jaime. Empacaron sus cosas y comenzaron a andar. Cientos de pequeños ojos los seguían con emoción. 🐰

### Reflexiona

- ¿Qué opinas de la actitud de la tía que ponía condiciones a la familia de Jaime?
- ¿Crees que sus padres hicieron bien en dejarlo ir a casa de su tía?
- Si estuvieras en su caso, ¿hubieras dejado ir al teporingo?
- ¿Cómo piensas que reaccionó la tía al volver a casa y ver que Jaimito ya no estaba?



## En busca de la libertad

**A**l terminar la Segunda Guerra Mundial los países del mundo quedaron divididos en dos grandes tendencias políticas: el capitalismo, representado por Estados Unidos, y el comunismo, liderado por la Unión Soviética. Este segundo sistema se extendió a muchas naciones europeas, como Bulgaria, Checoslovaquia, Hungría, Bulgaria, Albania y Polonia, y también a un país de América: Cuba. Los gobiernos de esos países dependían por completo de la Unión Soviética, que tomaba todas las decisiones y combatía a quienes luchaban por tener naciones más libres e independientes, como ocurrió en la Revolución de Hungría (1956) y la Primavera de Praga (1968).

Esos gobiernos ejercían un feroz control de los habitantes. Prohibían la libertad de expresión, impedían la libertad de tránsito, exigían que se doblegaran a las decisiones de los líderes políticos y los vigilaban a cada momento. Muchos de los gobernantes se convirtieron en verdaderos tiranos, con tanto poder como tenían antes los reyes, y en sus países se fue acrecentando el malestar. La rivalidad entre la Unión Soviética y Estados Unidos provocó el boicot de dos ediciones de los Juegos Olímpicos, en 1980 y 1984. A algunos deportistas olímpicos procedentes de las naciones comunistas aprovecharon sus salidas del país para huir de los regímenes que les quitaban la libertad. El jugador soviético de hockey sobre hielo Sergei Fedorov se valió de un viaje de su equipo para refugiarse en Estados Unidos. Los jugadores de fútbol húngaros Sándor Kocsis y Férénc Puskás, miembros de la selección que triunfó en Helsinki, 1952, se hallaban fuera de su país cuando la URSS invadió Hungría y tomaron la oportunidad

**Medallista  
de la libertad**

**JESSE OWENS**

(1913-1980)

El atleta estadounidense Jesse Owens descendía de esclavos africanos. En los Juegos Olímpicos de Berlín, 1936, celebrados en la Alemania nazi, obtuvo cuatro medallas de oro, lo que disgustó a las autoridades alemanas que intentaban demostrar la supremacía de los deportistas blancos. Su vida después del triunfo no fue sencilla, pues en Estados Unidos existía aún un gran rechazo contra la población negra.

El presidente Franklin Delano Roosevelt se negó a recibirlo por temor a la reacción de los racistas en el sur del país y Owens tuvo que ganarse la vida de mil maneras, incluso poniendo los discos en un club de jazz. Sin embargo, en 1976 fue premiado con la Medalla Presidencial de la Libertad, la máxima condecoración que otorga el gobierno de ese país.

ESPÍRITU DEPORTIVO

de escapar del régimen. También hubo casos entre los deportistas cubanos. Huyeron del régimen comunista el levantador de pesas Roberto Urrutia, la gimnasta Ana Portuondo y el esgrimista Elvis Gregory Gil.

Los gobiernos de sus países los llamaron “desertores”, palabra que se usa en la milicia para condenar a los soldados que abandonan sus obligaciones. Pero ellos no fueron traidores, sólo buscaron nuevos horizontes para desarrollar sus vidas de manera más autónoma. Los gobiernos comunistas cayeron a fines de la década de 1980 e inicios de la década de 1990. Tras su fin salieron a la luz hechos indebidos. El gobierno de Alemania Democrática, por ejemplo, administraba drogas a sus atletas para que ganaran en las competencias. El mundo de hoy no es mejor ni peor que antes de la caída del comunismo. Sin embargo, esas naciones deciden de forma independiente su destino y respetan las libertades de sus ciudadanos. ①

## Tarjeta roja

### LA MATANZA DE TLATELOLCO

La mayor crítica que se hace a los Juegos Olímpicos es que las ciudades anfitrionas, en busca de dar una buena imagen ante el mundo, violan (con el pretexto de los Juegos) la libertad de sus ciudadanos. El hecho más grave de este tipo ocurrió en México, en 1968. En los meses anteriores a los Juegos cobró forma un movimiento estudiantil que buscaba mayor libertad y participación en las decisiones del gobierno. A fines de septiembre ya tenía miles de seguidores. El 2 de octubre un grupo militar enviado por el gobierno ejecutó a trescientos estudiantes de los que se manifestaban pacíficamente en la Plaza de las Tres Culturas de Tlatelolco. Días después, el 12 de octubre, iniciaron los Juegos. Durante la inauguración el presidente sufrió una rechifla y un papalote negro voló hasta su palco.



## *La libertad es mi valor*

Una persona libre se opone a todo lo que pretenda sujetarla a las decisiones de los demás cuando éstas invaden aspectos de su vida que no les corresponden. Al mismo tiempo, sabe acatar las reglas de su comunidad y proteger la libertad de los demás. Respeta los principios de convivencia y la dignidad de quienes lo rodean. Por otra parte, sus acciones y decisiones no están guiadas por los impulsos y no se deja controlar por las emociones. Usa el recurso de la reflexión y el razonamiento para decidir qué le conviene hacer y mide las consecuencias de sus actos. Sabe reconocer lo que siente y no tiene temor de expresarlo: habla con la verdad y busca vivir en la verdad para ser independiente. La libertad no es una meta, es la búsqueda de un camino que se lleva a cabo desde la niñez y hasta la muerte.

## *Con ganas de triunfar*

- ◆ Respetas la autoridad de tus padres y maestros pero pregúntales siempre la razón de sus decisiones y todas las dudas que tengas sobre ellas.
- ◆ Evita que los demás te fuercen o te obliguen a hacer algo que no quieres. Si tus compañeros de la escuela te acosan de alguna manera, repórtalo a tu maestro.
- ◆ La libertad tiene un importante aspecto físico relacionado con tu cuerpo. No permitas que alguien te toque si tú no estás de acuerdo. Esa regla incluye a los miembros de tu familia. Denuncia cualquier abuso en ese sentido.
- ◆ Ten cuidado con las “modas”. Están disfrazadas de libertad, pero en realidad te obligan a aceptar y seguir valores ajenos, creados por otros para controlar a los demás. 📌



## Palabras para las familias

La familia y el hogar ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la libertad. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ La regla de oro para medir el grado de libertad que se concede a los menores es el riesgo que conllevan las acciones que quieren realizar. Eviten verlo con superficialidad, pero impidan también proyectar en la situación miedos irracionales o inseguridades personales.
- ◆ Supervísenlo pero no interfieran en él mientras éste sea saludable.
- ◆ Eviten a toda costa manipularlos, explotarlos o cohibirlos de cualquier forma. ¡Trabajen en sus propios problemas!
- ◆ Eviten la sobreprotección y tengan sobre ellos un cuidado sutil. Sean guardianes delicados, no tiranos amenazantes.

## Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de la libertad y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

- ◆ Promueva la absoluta libertad de expresión en el aula. Siempre y cuando se mantengan los límites del respeto cada alumno puede decir lo que quiera.
- ◆ Recuerde que la experiencia educativa no es un acto de sometimiento ni un plan para controlar la conducta. Es, por el contrario, un proceso formativo para tomar mejores decisiones y más informadas.
- ◆ Diseñe las tareas y deberes extracurriculares de manera que dejen a los chicos el suficiente tiempo libre para tomar un respiro y volver a la escuela con nuevas energías.
- ◆ Oriéntelos sobre el manejo del tiempo libre e invítelos a aprovecharlo en actividades que, de una u otra manera, beneficien su formación: las visitas a sitios de interés, la afición por el cine, la lectura, la práctica de un deporte o el trabajo comunitario. ①





*En voz de los campeones*

“Ser parte del equipo ganador y esperar en el cuadrilátero el anuncio de la decisión final es algo que agradeceré toda la vida.”

—Graham Cheney,  
medallista de oro en Seúl, 1988



# Gratitud

**“Un corazón agradecido  
no es sólo la mayor  
virtud, sino la fuente  
de todas las virtudes.”**

*—Marco Tulio Cicerón*

# Los aretes



**D**oña Refugio trabajaba en el Palacio de Bellas Artes de la Ciudad de México. Era acomodadora, es decir, se encargaba de conducir a los asistentes hasta sus lugares alumbrando el camino con una linterna. Había quedado viuda desde muy joven, antes de tener hijos. Su esposo Raymundo falleció en un accidente de tranvía y ella nunca quiso volver a casarse. Su vida era bastante triste: de la casa al trabajo, del trabajo a la casa, con pocas amistades, escasos paseos y una rutina igual de aburrida a lo largo de los años.

Sin embargo, algo la alegraba de tarde en tarde: su afición al cine. Su actriz favorita era la célebre Angelina Mendoza; había visto todas sus películas de amor, intriga y aventuras e incluso se sabía algunos diálogos de memoria. Siempre había anhelado conocerla y decirle cuánto la admiraba. Por eso se alegró mucho al saber que la actriz se presentaría muy pronto en una función del Palacio de Bellas Artes, como



*Angelina Mendoza*

protagonista de la obra *Claveles para la cena*. Pensó en visitarla en su camerino y ofrecerle un obsequio: el par de aretes que Raymundo le había regalado hacía años, cuando se conocieron. No eran costosos, valían unos cuantos pesos pero le recordaban la parte más feliz de su vida.

Cuando Angelina Mendoza apareció en escena la noche del estreno el público le aplaudió por dos minutos. Lucía más hermosa que nunca, con un vestido antiguo y un par de aretes con grandes esmeraldas cuyos destellos se reflejaban en todo el teatro. Su actuación fue extraordinaria y, cuando la obra terminó, se retiró a descansar un momento en el camerino. Doña Refugio se atrevió a tocar la puerta, un poco nerviosa porque iba a encontrarse con su admirada estrella. “¡Adelante!”, respondió ésta desde dentro.

Doña Refugio entró, saludó a la actriz y le explicó: “Me atreví a visitarla para darle las gracias por todas las tardes que me ha hecho feliz con sus películas. Las he visto varias veces, me han hecho llorar, soñar y divertirme. Mi vida ha sido mejor gracias a ellas y por eso le traigo este obsequio”, le dijo antes de presentarle los aretes y explicarle por qué eran tan valiosos. Angelina Mendoza quedó callada un instante mirando el regalo. “Lo que usted viene a contarme —le dijo a doña Refugio— me hace saber que mi carrera ha valido la pena. Sus palabras y los aretes son el mejor trofeo que he recibido y soy yo quien debe agradecerle a usted.” Al instante se quitó los aretes de esmeraldas y se los entregó a doña Refugio:

“Guárdelos en recuerdo de esta noche”, le dijo antes de abrirle a los periodistas que esperaban entrar a felicitarla. 🙋

## Reflexiona

- ¿Qué le había dado Angelina a doña Refugio a lo largo de los años?
- ¿Por qué doña Refugio le obsequió los aretes y no otro objeto?
- ¿Era importante que unos aretes fueran caros y otros baratos?
- ¿Qué significa haber intercambiado los dos pares?





## Olimpiadas de valor

# La orden olímpica

**L**os Juegos Olímpicos son eventos de enorme complejidad que requieren la ayuda, la entrega y el entusiasmo de todos sus participantes. Pero ese esfuerzo no se limita a los deportistas que compiten en ellos: se extiende a todos quienes los hacen posible; por ejemplo, los albañiles que construyen las instalaciones, los voluntarios que ofrecen su trabajo gratuito para atender a los millones de turistas y delegaciones internacionales, los funcionarios del país donde se llevan a cabo y las empresas que ofrecen su patrocinio. El presidente en turno del Comité Olímpico Internacional (COI) hace patente su agradecimiento a todos ellos en sus discursos de inauguración y clausura, pues sin ellos los Juegos no tendrían éxito.

En los casos más importantes el COI cuenta con un recurso especial para formalizar su agradecimiento: la “Orden Olímpica”. Ésta surgió en 1975 con tres diferentes grados, equivalentes a las medallas de las competencias: oro, plata y bronce. La presea es un collar que presenta al frente los aros olímpicos y las hojas de laurel con las que se reconocía a los mejores atletas en la Antigua Grecia. Se les entrega en la ceremonia de clausura a las personas que hayan prestado un servicio destacado al




### La princesa rumana **NADIA COMANECI**

(1961-)

La célebre gimnasta rumana Nadia Comaneci sorprendió al mundo con su actuación en los Juegos de Montreal, 1976 y Moscú, 1980, en los que recibió nueve medallas, cinco de oro. Fue la primera en lograr una puntuación perfecta, pues obtuvo 10 puntos en barras asimétricas. Ella es hasta la fecha la única persona que ha recibido en dos ocasiones la Orden Olímpica, y la más joven en obtenerla, en 1983 y 2004. Al término de su carrera deportiva Comaneci decidió promover e impulsar el deporte como una forma de agradecer el gran apoyo del Movimiento Olímpico: “Ahora me toca a mí corresponder todo lo que se me dio con tanta generosidad y solidaridad humana”, aseguró en aquel momento.



Movimiento Olímpico, incluyendo por supuesto al Comité Organizador de cada país. Desde la entrega inicial, en 1976, diversos personajes han recibido la Orden Olímpica. Uno de los primeros fue Jesse Owens, el atleta ganador de cuatro medallas de oro en los Juegos de Berlín, 1936. En 1982 la recibió el papa Juan Pablo II por su apoyo al olimpismo como una forma de contribuir a la paz y la hermandad entre las distintas naciones del mundo. En 1985 otra figura reconocida con ella fue la primera ministra de la India, Indira Gandhi, pues en una época en que el mundo se dividía en dos bloques (uno que simpatizaba con Estados Unidos y otro que se inclinaba por la Unión Soviética), su gobierno ignoró las tensiones y favoreció la celebración fraternal del deporte. Muchos otros políticos y jefes de Estado han recibido esta prueba de gratitud: el rey Rama X de Tailandia (1987), el primer ministro de Italia Giulio Andreotti (1990), el presidente de la Federación Rusa Boris Yeltsin (1993), y el de Sudáfrica, Nelson Mandela (1994). La han merecido, asimismo, los presidentes del Comité Olímpico Internacional.

La Orden Olímpica se suma, así, a los símbolos del olimpismo como la antorcha, los aros, la bandera, los himnos y las mascotas creadas para cada edición. Se eleva sobre ellos como una muestra de gratitud que festeja la cooperación, la buena voluntad y el entusiasmo de tantas personas para hacer de los Juegos el mayor evento deportivo del mundo. 🕒

## Tarjeta roja

### PREMIOS PERDIDOS

La ingratitud consiste en no saber reconocer las manifestaciones de apoyo que los demás han tenido con nosotros, en despreciar lo que nos dan. En los Juegos Olímpicos de Grecia, 2004 varios deportistas perdieron sus medallas. El remero neerlandés Simon Diederik dejó la suya en un taxi; el tenista chileno Nicolás Massú las olvidó en su habitación de la Villa Olímpica; el marchista español Francisco Fernández la abandonó en la sala donde dio una conferencia de prensa. La honestidad de quienes las hallaron les permitieron recuperarlas.



## Camino a la victoria

### *La gratitud es mi valor*

Una persona agradecida está inspirada por un sentimiento, el amor: experimenta afecto por quien le ha proporcionado un valor y se lo demuestra con alguna acción concreta o con palabras claras. Las personas agradecidas no sufren odios ni resentimientos: libremente reconocen y premian a quienes las han ayudado pues aceptan en lo más profundo los beneficios que han recibido de los demás, mismos que son también una muestra de cariño. Agradecer significa aceptar, dar valor y celebrar aquello que nos entregan quienes nos rodean en la medida de sus posibilidades. En el mejor de los casos marca el inicio de una relación sólida y comprometida en la que las dos partes se turnan para dar y recibir constantemente.

### *Con ganas de triunfar*

- ◆ Haz que la palabra “gracias” forme parte de tu vocabulario cotidiano. Pronúnciala para reconocer todo lo que recibes de los demás, incluyendo a tus familiares y compañeros.
- ◆ Cuando recibas un favor de otra persona piensa con cuidado todo aquello que hizo para ayudarte y los valores que aplicó, como la amistad y la cooperación.
- ◆ Ayuda siempre a los demás pero no lo hagas para recibir algo a cambio. El mayor agradecimiento es el que surge naturalmente del corazón.
- ◆ Agradece, en general, cualquier beneficio que te dé la vida: gozar de salud, tener un lugar donde vivir, contar con el cariño de quienes te rodean. Correspóndelo haciendo algo por tu entorno y tu comunidad. 🙏





## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

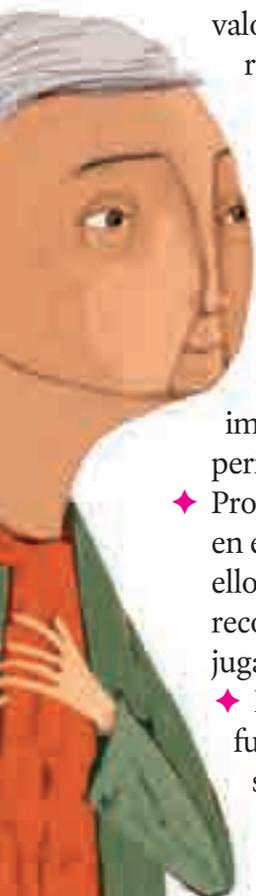
La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la gratitud. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Reconozcan la utilidad de cualquier acción positiva que los niños hagan a favor del ámbito familiar; por ejemplo, “cuando ayudas a tu hermanito a vestirse yo puedo limpiar la casa, gracias”.
- ◆ Enséñenles formas prácticas de agradecer a los demás por algo que recibieron: un obsequio simbólico, una visita, un pequeño servicio o una carta que exprese sus sentimientos.
- ◆ En las actividades diarias pongan el ejemplo frente al niño agradeciendo explícitamente al cartero, al señor que barre la calle o al policía que cuida la esquina.
- ◆ Dentro de sus posibilidades sean generosos compartiendo con ellos lo que tienen. Es una muestra de afecto valiosa en sí misma que puede inspirar a los demás.

### Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de la gratitud y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

- ◆ Hágalos entender que tanto usted, como ellos, tienen que dar más de lo que indican los formalismos de la escuela y que eso merece agradecimiento.
- ◆ Fomente la cooperación e impulse a los alumnos a reconocerla periódicamente en el grupo.
- ◆ Promueva en ellos una línea bidireccional en el sentido de “favor con favor”. Si ellos lo ayudan con una buena conducta, reconózcalos con un poco de tiempo para jugar o el plan de una excursión.
- ◆ Impulse la etiqueta en el salón de clases y fuera de éste: “Por favor” y “Gracias” debe ser la norma de comunicación cotidiana. 🗣️





*En voz de los campeones*

“Cuando participas en los Juegos Olímpicos estás allí para realizar un trabajo. Hay que tomarlo en serio. Hay que ser respetuosos. Vestimos los colores de nuestras respectivas banderas y estamos allí para competir en nombre de los países que representamos.”

—Shannon Miller, gimnasta  
ganadora de oro, plata y bronce  
en Barcelona, 1992 y Atlanta, 1996



# Respeto

**“La libertad es el  
respeto de los derechos  
de cada uno. El orden  
es el respeto de los  
derechos de todos.”**

*—Jean Firmin Marbeau*

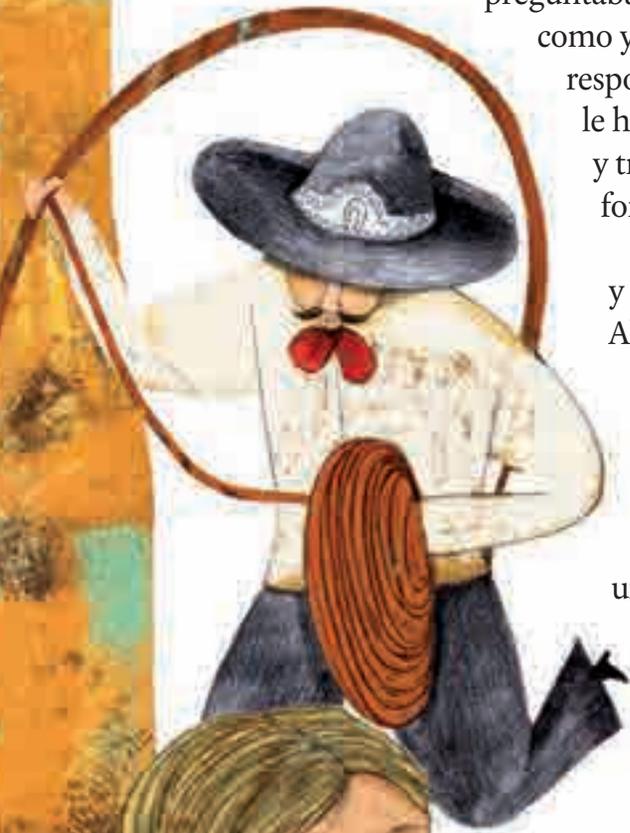
# La vocación de Mateo

**E**l pequeño Mateo era un niño dulce de ojos azules, rasgos muy finos y una sonrisa que ablandaba corazones. Vivía en Salamanca, Guanajuato, pues sus padres trabajaban en la refinería petrolera que hay en esa ciudad. Su abuelo Pedro, que había sido hombre de campo, se encargaba de cuidarlo durante el día y lo fascinaba con los relatos sobre las aventuras y amores de su juventud en la Hacienda del Potrero. “¿Entonces tú eras charro como los de las películas?”, le

preguntaba Mateo. “Así mero, mijo. Nadie dominaba la reata como yo. A nadie obedecían los caballos como a mí”, le respondía el abuelo. De tarde en tarde, en el jardín cercano, le hacía demostraciones del floreo de la cuerda que giraba y trazaba complicadas figuras en el aire. En torno suyo se formaba un círculo de personas para verlo.

Mateo tenía doce años cuando su abuelo murió y le lloró todas las lágrimas que nunca había llorado. Al día siguiente del entierro recibió una caja, la única herencia de don Pedro, al que no le quedaba nada.

Era el traje de charro que había usado de joven: negro, con una brillante botonadura de plata y bordados que parecían hechos por las manos más hábiles de San Juan de los Lagos. Había también una camisa, calzado y un par de espuelas, pero faltaba el sombrero. Entre las prendas Mateo halló una nota manuscrita: “Aquí te dejo la parte más feliz de mi vida, Mateo. Dile a tus padres que respeten mi voluntad y guarden este traje hasta que te quede. Por lo que falta no te preocupes: *al que ha de ser charro*”



*del cielo le cae el sombrero*". Pasaron los años. Cuando Mateo era ya un apuesto adolescente su familia cayó en problemas económicos pues sus padres perdieron el empleo y vivían de una escasa pensión. Más de una vez la madre pensó en vender el traje del abuelo para cubrir los gastos. "No, mujer —dijo el padre— tenemos que respetar la última voluntad de mi suegro." En una ocasión ella se atrevió a descoser un botón de plata para empeñarlo. El marido le pidió que devolviera el dinero, lo recuperara y lo prendiera de nuevo en su lugar. La única esperanza del matrimonio era que Mateo, que ya estaba a punto de cumplir dieciocho años, entrara a trabajar a la refinería y ganara dinero.

Pero ¡oh sorpresa! El día de su cumpleaños Mateo se probó el traje de su abuelo que parecía cortado a la medida del nieto y le daba una apariencia espléndida. "Yo quiero ser charro", decidió al verse en el espejo y corrió a decírselo a sus padres. "¡Cómo charro! De eso nos vamos a morir de hambre. ¡Entra a la refinería!", exclamó la madre. "Silencio, mujer, si ésa es la vocación del muchacho, hay que aceptarla", dijo el padre y luego habló a solas con Mateo: "Mira, mijo, eso de la charrería es de otro tiempo, de otro México, pero si es lo que te gusta, estoy seguro de que podrás florear la reata y mandar al ganado y hacer de tu vida algo extraordinario". Cuando Mateo agarró el camino al monte su padre lo abrazó y lo bendijo.

Desde el balcón lo miró y le arrojó el sombrero de charro que le había comprado con sus últimos ahorros. 🕒

## Reflexiona

- ¿En cuáles situaciones de este relato entra en juego el valor del respeto? ¿Por qué?
- Compara las conductas del padre y de la madre. ¿Con cuál estás más de acuerdo?
- ¿Por qué es importante que cada persona siga el llamado de su propia vocación?
- ¿Consideras que en tu familia se da el valor adecuado a las decisiones de cada miembro?





## EL RESPETO A LA POBLACIÓN NEGRA

En los Juegos de México, 1968 los atletas afroamericanos Tommie Smith y John Carlos recibieron las medallas de oro y bronce por su participación en los doscientos metros planos. Eran miembros de un movimiento conocido como Black Power que luchaba por el respeto a los derechos de la población negra que sufría rechazo en Estados Unidos. Al subir al podio de premiación levantaron sus puños cubiertos con un guante negro, el símbolo de su lucha. Avery Brundage, el presidente del Comité Olímpico Internacional, determinó que ese hecho violaba los reglamentos oficiales y ordenó su expulsión. ¿Quién expresó realmente el valor del respeto?

*Olimpiadas de valor*

# Reglamentos olímpicos

**H**oy, cuando observas los eventos olímpicos, con seguridad admiras el perfecto orden en que ocurre todo y el ajuste de cada participante a las normas. Si investigas un poco sabrás que todas las prácticas deportivas que se presentan en ellos cuentan con un estricto reglamento. Tú mismo sabes que los deportes que ejercitas, como el beisbol, el básquetbol y el futbol tienen reglas que es indispensable respetar para que todo funcione de una manera regular, ordenada y justa.

¡Pero hace un siglo no era así! En el inicio de los Juegos Olímpicos los reglamentos no existían y todo era un completo desorden, al grado que los pusieron en riesgo de desaparecer. En las ediciones de Atenas, 1896, París, 1900 y San Luis Missouri, 1904 los criterios de selección deportiva no existían

ni había forma de determinar qué participantes eran los mejores en su especialidad.

La organización también era un desastre.



En París los eventos se confundieron en medio de la Exposición Universal y en San Luis se perdieron en los cinco meses! que duró la Feria Mundial. Los Juegos de Londres, 1908 fueron decisivos para salvar el movimiento olímpico y en esa edición cobraron muchos de los rasgos que han hecho posible que sigan existiendo en el presente: reglamentos estrictos de respeto obligatorio, una base de participación más amplia y justa, normas para combinar los esfuerzos de las empresas privadas y los organismos de gobierno y un calendario bien delimitado. También se perfeccionó el proceso para decidir en qué país y ciudad deben organizarse los Juegos Olímpicos de Verano. A partir de Londres, 1908 el Comité Olímpico Internacional realizó varias reuniones pioneras para la elaboración de esos reglamentos. Éstas se celebraron en Lausana (1913), París (1914), Lausana (1921), Praga (1925) y Berlín (1930).

Hoy día el conjunto de reglamentos más importante se concentra en la *Carta Olímpica* y sus diferentes capítulos: 1. El movimiento olímpico, 2. El Comité Olímpico Internacional, 3. Las Federaciones Internacionales, 4. Los Comités Olímpicos Nacionales, 5. Los Juegos y 6. Medidas y sanciones, procedimientos

disciplinarios y resolución de disputas. Respetar las reglas estipuladas en ésta es obligatorio para todas las personas que deseen ser parte del movimiento olímpico. 🚫

## Tarjeta roja UN TRAGO DE LICOR

La falta de reglas que respetar en los Juegos Olímpicos de Verano generaba una serie de situaciones divertidas pero irresponsables. En los Juegos de San Luis, 1904 el corredor estadounidense Thomas Hicks estaba a punto de desmayarse a causa del agotamiento por las malas condiciones de la pista y el polvo de los autos que lo seguían. Sus amigos lo reanimaron con un buen vaso de brandy y lo llevaron cargado hasta la meta. Fue premiado con la medalla de oro.



## *El respeto es mi valor*

Una persona respetuosa sabe valorar y reconocer adecuadamente a qué tiene derecho y a qué no lo tiene. A partir de ese reconocimiento, acepta las reglas impuestas por el mundo externo y evita apropiarse o dañar aquello que no le pertenece. Ello no se refiere sólo a los objetos, sino a lo que es un derecho de los otros: su vida, su integridad física, su vocación profesional, sus decisiones, su libertad y proyectos. El respeto evita que pensemos sólo en nosotros mismos e invadamos el terreno de las personas que nos rodean. Este valor también se aplica a nuestro ser: nos invita a reconocer nuestra dignidad humana y a evitar todo lo que nos daña.



## *Con ganas de triunfar*

- ◆ Antes de llevar a cabo cualquier acción considera si afecta los derechos o la integridad de las demás personas.
- ◆ Aunque siempre te indiquen que hay que respetar a los mayores, recuerda que hay que hacerlo con todos.
- ◆ Solicita una copia del reglamento de tu escuela y sigue las normas que se indican en él. Si no estás de acuerdo con alguna conversa con los directivos.
- ◆ Controla las faltas de respeto en tu familia llamando la atención de quien las cometa. 🗣️



## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor del respeto. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Aprendan a escuchar con atención lo que les dicen a ustedes y así lograrán que ellos escuchen con igual cuidado.
- ◆ Enséñenles a responder con educación utilizando “por favor” y “gracias”.
- ◆ Establezcan límites de espacio, horario, recursos y conducta.
- ◆ Manejen con sensatez las diferencias de opinión y criterio.

### Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor del respeto y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

- ◆ Acepte la diversidad de carácter, opiniones, preferencias y vocaciones de los niños.
- ◆ No tolere un trato arrogante, ofensivo o despectivo por parte de los alumnos.
- ◆ Explique con cuidado cuáles son las reglas para el funcionamiento de la clase.
- ◆ Extienda la idea de respeto con ejemplos enfocados en espacios como la comunidad, los animales y el medio ambiente. 



# Confianza

**“La confianza en  
la bondad ajena es  
testimonio de la  
propia bondad.”**

*—Michel de Montaigne*

*En voz de los campeones*  
“Valor, confianza, resistencia  
y poder mental son lo que se  
necesita para triunfar en la vida.”

—Jeremy Bloom, futbolista y esquiador olímpico en los  
Juegos de Invierno de Turín, 2006




*Aventuras de valor*

# Chiras pelas

“¡P ara manzanas las de Zacatlán, Manuel!”, decía mi tío que murió hace un año. Tenía razón el viejito, en ningún otro lado son tan perfumadas y jugosas. En la época de la cosecha —que toca en las vacaciones— los chamacos trabajan por gusto y se trepan como changos a los árboles para cortarlas y meterlas en canastas.

Les pagan unos pesos que se gastan en la feria y, de pilón, reciben unas cuatro que les regala el patrón. Cuando éste junta bien hartas se lavan bien, se secan y se meten en cajas que se venden para fabricar sidra, la bebida más famosa del pueblo, fría y espumosa.

Fue en unas de esas vacaciones cuando conocí a Rubén, un niño huérfano que venía de Apizaco. Trabajábamos en el huerto de mi padre. Un día sacó sus canicas y me enseñó a jugar; por él supe diferenciar una bombona y una agüita, y lo que significaba “chiras pelas”. Él era el mejor de todos y nunca



hacía trampa. Por eso se quedó a vivir en la hacienda. Años después, yo empecé a estudiar en Puebla para veterinario y él siguió trabajando en el campo, pero siempre que yo iba allá nos veíamos. Cuando papá ya estaba viejo y cansado me pidió que me encargara del negocio.

Un sábado que fui no encontré a Rubén. Estaba preso en la cárcel municipal y por la tarde se lo llevarían a la de Puebla. “¿Por qué?”, pregunté a Mario, el capataz, a quien yo ya había agarrado en algunas transas. “Se perdieron dos cajas de manzanas de las buenas y se me hace que él las agarró porque trae botas nuevas.” Cuando oí esto no dudé ni un momento. Sabía que Rubén era incapaz de hacer algo así y las botas yo se las había regalado. Caminé a la cárcel y le dije a los oficiales que soltaran a mi carnal. “Hay que pagar mil pesos de fianza”, me dijeron. Yo traía la raya semanal; sin pensarlo entregué los billetes. A Rubén le brillaron los ojos por las lágrimas.

Pasaron semanas y un día le pedí que fuera a Cholula a recoger una caja de sidra muy cara que le dicen champaña. Rubén no sabía cuántas botellas traía, pero yo sí: tenían que ser doce. Me la entregó, la abrí, las conté y la cifra no coincidía. Me puse bien nervioso. Conté de nuevo. ¡Ah chirrión! No eran 12, sino 13. “No se me asuste”, me dijo Rubén riendo mientras me palmeaba la espalda. “La que sobra la compré con mi lana. Es para brindar porque confiaste en mí. Las manzanas se las clavó el Mario.” Nos tomamos un vaso frío y nos fuimos a jugar a las canicas. 🍷

## Reflexiona

- ¿Cómo aprendió Manuel a confiar en Rubén?
- ¿Por qué no confiaba en Mario?
- ¿Por qué no hizo preguntas antes de sacarlo de la cárcel?
- En la parte del relato en que Manuel abre la caja ¿pensaste que faltaban botellas?
- ¿Qué crees que ocurrió con Mario? Investiga el significado de “chiras pelas”.

## “¡Más rápido, más alto, más fuerte!”

Los Juegos Olímpicos dependen, básicamente, de la confianza. Este valor se expresa, en primer lugar, en la trayectoria de cada deportista participante. Los psicólogos del deporte nos explican que los atletas que toman parte en ellos están seguros de sí mismos y confían en que harán un papel extraordinario en las competencias de su especialidad. Antes, durante y después éstos identifican todos sus sentimientos negativos, como la desesperación, la tensión y el miedo al fracaso y los reemplazan con confianza.

Los integrantes de un equipo de alto rendimiento deben analizar todo lo que se refiere a la confianza y acrecentarla reconociendo los aciertos, no señalando los errores. Sus entrenadores deben ser cuidadosos al corregir cualquier aspecto técnico durante la preparación del competidor y no hacerlo sentir como una crítica negativa, sino al contrario, como un refuerzo de todas las habilidades que domina. Los grandes atletas de los Juegos no se permiten las quejas, los lamentos ni los reproches. Si en una edición pierden, luchan para calificar a la siguiente, borran el registro de sus fracasos y saben que cada competencia abre



ESPÍRITU DEPORTIVO

### Piernas para correr **CATO ZAHL PEDERSEN**

(1959-)

Cuando tenía catorce años la vida del pequeño noruego

Cato Zahl

Pedersen sufrió un cambio radical. Al acercarse a un cable de alta tensión sufrió una descarga eléctrica de alto voltaje que le provocó graves

quemaduras y fue necesario amputarle un brazo y la mitad del otro. Sin embargo, sus padres confiaban en que aun así el pequeño podría llegar a ser alguien extraordinario.

Al ver su entusiasmo le facilitaron la capacitación especializada en la Escuela Noruega de Ciencias del Deporte y, con el tiempo, fue un exitoso participante en los Juegos Paralímpicos de Verano y los Juegos de Invierno.

Participó en eventos de campo y pista y en justas de esquí. Hasta 2008 había recibido 24 medallas, 13 de oro. En 1987 se graduó como economista en la Escuela Noruega de Administración.



una oportunidad. Ésa es la lección que nos dejan los máximos medallistas de la historia. La gimnasta Larisa Latynina (18 preseas) y el nadador Michael Phelps (16) confiaron en su potencial, olvidaron sus derrotas y dieron todo para triunfar.

Pero no sólo importa la confianza de ellos y sus colaboradores, sino también la del movimiento olímpico en general que cree en los atletas como

grandes deportistas. Es por eso que su lema es la frase latina *Citius, altius, fortius* que en español significa “¡Más rápido, más alto, más fuerte!”, y expresa la confianza en que logren dar lo máximo de sí y lleguen más allá de lo que todos esperan. Algunas ediciones han tenido sus propios lemas en los que también podemos encontrar un voto de confianza no sólo en los atletas, sino en elevados ideales de la humanidad. En Seúl, 1988 fue “Armonía y progreso”; en Barcelona, 1992, “Amigos para siempre”; en Sídney 2000, “Compartamos el espíritu”; en Salt Lake City 2002, “Enciende el fuego interior”; en Turín 2006, “La pasión vive aquí”; en Beijing, 2008, “Un mundo, un sueño” y en Londres, 2012, “Inspira a una generación”.

En esas frases, y en las entusiastas (por desgracia, no siempre respetuosas) porras que animan a los deportistas en los estadios, hallamos la gran aportación del movimiento olímpico al tema de los valores. Los Juegos confían en la posibilidad de construir un mundo mejor y aprecian a los atletas como entusiastas promotores de la paz, la alegría, el esfuerzo y la armonía que saben transmitir a toda una generación. Cuando veas alguna competencia de los Juegos piensa que más que una exhibición de destreza física son una expresión de confianza en la capacidad humana de conquistar la bondad, la verdad y la belleza. 🏆

## Tarjeta roja

### JERET PETERSON

Cuando el miedo se impone y la confianza en uno mismo se pierde los resultados pueden ser fatales. Tal fue el caso de Jeret “Speedy” Peterson (1981-2011), competidor en tres Juegos Olímpicos de Invierno y ganador de la plata en Vancouver, 2010.

Su especialidad era el esquí aéreo en el que diseñó una nueva suerte, conocida como el Huracán. A pesar de su poder como deportista, diversas experiencias le hicieron perder la confianza en sí mismo. De niño sufrió abuso; años más tarde perdió a su hermana en un accidente y luego vio morir a un compañero de habitación. Poco a poco fue cayendo en el alcoholismo, dejó el deporte y en julio de 2011 se quitó la vida.



## La confianza es mi valor

Por favor abre el índice de tu libro *Campeones de valor* y revisa la lista de valores que mencionamos allí, por ejemplo *paz*, *perseverancia* y *respeto*. Una persona confiada es aquella que da por ciertos todos esos valores positivos en sí misma y en las demás. Tiene seguridad y mira con fe los aspectos valiosos de los seres humanos, por lo que espera que todos tengan una conducta favorable. La confianza debe estar basada en lo que observamos en quienes nos rodean. Cuando no es así puede ligarse a la ingenuidad o la ilusión y permitir que nos engañen, entonces ya no es un valor, sino un punto débil de nuestro carácter. El secreto es saber hallar el matiz preciso. Si no confiamos en nadie la vida es dolorosa e imposible. Si nos dejamos guiar por las ilusiones corremos riesgos. La objetividad al reconocer los valores propios y ajenos hace que la confianza nos permita correr más rápido, saltar más alto, ser más fuertes.

## Con ganas de triunfar

- ◆ Aprende a aceptar las críticas que construyan, o sea, las que te dicen cómo y por qué debes cambiar algo de ti o hacerlo de otra forma.
- ◆ Construye la confianza en ti mismo con acciones concretas: por ejemplo, preparándote bien para el examen o entrenando lo suficiente para el juego.
- ◆ Demuestra tu confianza en los demás: diles que esperas lo mejor de ellos, que sean buenos, cariñosos y honestos.
- ◆ Cuando la actitud de un maestro, un adulto de tu familia o algún amigo no te inspiren confianza o te despierten algún tipo de miedo convérsalo con tus padres. 🗣️



## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la confianza. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Apuesten por un modelo donde todos participen en la toma de decisiones.
- ◆ Inviten a sus hijos a conversar de uno a uno en una atmósfera tranquila.
- ◆ Eviten el uso de comentarios peyorativos que denigren o rebajen su autoestima.
- ◆ Aunque deben advertir a los niños de los peligros comunes del mundo, no creen en ellos una sensación de miedo que los paralice.

### Palabras para los docentes

- ◆ La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de la confianza y ustedes, los mejores entrenadores para eso.
- ◆ Hágales saber que, aparte de ser el maestro, la máxima autoridad del salón, usted es también un guía al que pueden recurrir si algo los inquieta.
- ◆ Distinga las fortalezas y las debilidades de cada alumno. Impulse las primeras y mire con respeto las segundas, sin burlas ni comentarios desagradables.
  - ◆ Promueva un ambiente de tolerancia en el salón donde todos puedan comunicarse entre sí. 🗣️





*En voz de los campeones*

“En el olimpismo el valor de la amistad se refleja en la voluntad de construir un mundo mejor a través del deporte basado en la solidaridad, el espíritu de equipo, la alegría y el optimismo. Promovemos el deporte como una oportunidad para el trabajo en equipo, la camaradería y la mutua comprensión entre todos los individuos del mundo más allá de sus diferencias.”

—Comité Olímpico Internacional

# Amistad

“Un poco de amistad vale más que la admiración de todo el mundo.”

—Otto von Bismarck



# La décima pregunta

**M**ariana y Elena se habían conocido en el Instituto Francia de San Luis Potosí justo el día en que entraron a primero de primaria. Al principio no simpatizaban, pero un día Mariana (la más inteligente de las dos) ayudó a Elena a hacer la tarea y desde entonces comenzaron a juntarse dentro y fuera del salón de clases. Las dos eran hijas de familias más o menos semejantes, aunque los padres de cada una tenían distintas formas de educarlas. Los de Mariana eran comprensivos y generosos. Los de Elena muy estrictos y severos con ella. Sin embargo, a unos y otros les parecía bien que las niñas fueran amigas y era común que una acudiera a la casa de la otra.

¿Qué les gustaba hacer juntas? Vestían y desvestían a sus muñecos, saltaban la cuerda, jugaban a las comiditas y al resorte. Tenían un pequeño horno en el que, gracias al calor de un foco, cocían pasteles tan feos que ni el perro se los quería comer. Pero no sólo se divertían, también dedicaban buenas horas de la tarde a estudiar juntas y hacer las tareas



que les dejaban. Gracias a ello se convirtieron en las alumnas más aventajadas de casi toda la escuela... Así pasó el tiempo hasta que ya estaban cursando sexto. Los maestros del Instituto Francia les informaron que pronto tendrían que realizar el examen para ver cuál de ellas era la mejor alumna que habría de representar a la escuela en un concurso nacional cuyo premio era un viaje por la ruta que siguió el padre Miguel Hidalgo y un almuerzo con don Adolfo Ruiz Cortines, un viejito que era presidente de México.

Cada niña le contó a sus padres que ambas eran finalistas del concurso. El padre de Mariana le prometió que si ganaba, le regalaría el piano que había soñado. El padre de Elena le dijo que, si su amiga ganaba, a ella la enviaría a un internado. Las dos amigas se contaron la promesa y la amenaza y pensaron qué hacer. “Bueno —dijo Mariana—, lo único que nos queda es ponernos a estudiar y defender nuestra amistad.” De ese modo todas las tardes repasaban juntas lo que habían aprendido y avanzaron más que en los meses anteriores. ¡Podían calcular la raíz cuadrada sin un error!

El examen se realizó en un salón grande y oscuro vigilado por el maestro Cuervo. Mariana y Elena eran las dos únicas presentes, separadas por varias filas. Cada una recibió el examen de diez preguntas. Mariana contestó hasta la pregunta 9. Cuando llegó a la 10 (“Por favor pinta un león”) pensó: “si lo dibujo voy a sacar 10 y Elena tendrá que irse al internado. Voy a dejar la hoja en blanco”. Elena, por su parte, contestó hasta la 9 y pensó “si pinto el león voy a sacar 10 y Mariana no tendrá su piano. Voy a dejar la hoja en blanco”. Al calificar los exámenes los maestros resolvieron que, por ser tan ignorantes (¡“Cómo es posible que estas incapaces no puedan dibujar un león!”), gritó la maestra Leal), ninguna merecía representar a la escuela.

Mariana, de cualquier modo, recibió su piano. Elena no se fue al internado, pues nadie le había ganado. Nunca comentaron entre ellas por qué habían dejado incompleto el examen y cada una guardó su secreto. Pero una tarde se juntaron llevaron sus lápices de colores, como siempre, y una enorme cartulina. Entre las dos hicieron el dibujo de un león tan perfecto que sólo le faltaba rugir. 🗣️

## Reflexiona

- ¿De qué estaba hecha la amistad de las dos niñas? ¿Qué compartían? ¿Por qué piensas que se acercaron tanto?
- ¿A qué le dieron más importancia? ¿A su provecho personal, al provecho de la otra o al provecho común?
- ¿Qué les parecía más importante? ¿El cariño que se tenían o recibir el premio del concurso?
- ¿Por qué crees que nunca se contaron lo que habían hecho?
- ¿Sacrificarías tu propio éxito para conservar una amistad?



**ESPIRITU DEPORTIVO**

**La novia de México  
VERA  
CÁSLAVSKÁ**

(1942-)

A lo largo de la historia de los Juegos diversos deportistas han establecido sólidas amistades e incluso relaciones amorosas, la expresión más elevada de la amistad. Tal fue el caso de la gimnasta Vera Cáslavská y el corredor Josef Odložil. Ya eran novios antes de participar en los juegos de México, 1968 y prometieron casarse si ella retenía su título individual y él llegaba a la final de los 1,500 metros. Cada uno lo logró y el Comité Organizador los apoyó para realizar su enlace en la Catedral Metropolitana. Miles de asistentes y curiosos acudieron a presenciar la ceremonia y un conjunto de mariachis dio realce a la ceremonia. A partir de entonces Vera Cáslavská fue reconocida como "la novia de México" y la reina de los Juegos.

*Olimpiadas de valor*

## La ruta de la amistad

**U**no de los valores más destacados del movimiento olímpico es la amistad entre los atletas mismos y entre las naciones que representan. Esa idea estuvo presente en el pensamiento de su fundador, el barón Pierre de Coubertin, y se ha mantenido viva a lo largo de las cuarenta ediciones de los juegos modernos. En los Juegos de México, 1968 alcanzó una de sus expresiones más altas: todo México se manifestó como un país amigo al dar la bienvenida a 5,516 atletas procedentes de 112 países que participaron en 172 eventos correspondientes a 19 deportes.

Pero aparte de esa actitud abierta y afectuosa que los mexicanos sabemos tener con los visitantes, hubo una expresión material para simbolizar ese espíritu: la Ruta de la Amistad. Como parte del programa cultural que siempre acompaña a los Juegos surgió el proyecto de convocar a una Reunión Internacional de Escultores que diera forma a un conjunto de monumentos, a lo largo de 17 kilómetros, en el camino que lleva a la Villa Olímpica en el sur de México, D. F. Se denominó al conjunto

“Ruta de la Amistad” y los monumentos fueron construidos sobre la piedra volcánica que hace miles de años fue la lava incandescente del volcán Xitle. Muchas naciones aceptaron con gusto la invitación.

En total se instalaron 19 esculturas monumentales creadas por artistas de Australia, Austria, Bélgica, Checoslovaquia, España, Estados Unidos, Francia, Hungría, Israel, Italia, Japón, Marruecos, México, los Países Bajos, Polonia, Suiza y Uruguay. Muchos países más mandaron sus propuestas a escala y dos jurados (uno nacional y otro internacional) compuestos por representantes del Comité Organizador, arquitectos y críticos especializados, seleccionaron la lista definitiva. Para erigirlas los artistas trabajaron con ingenieros, albañiles y muchas personas más que se unieron con motivo de este proyecto.

El intercambio de ideas permitió hacer de estas esculturas un símbolo de la armonía entre quienes las crearon y las naciones que representaban. Localizada a lo largo de un tramo del Periférico Sur de la Ciudad de México, la “Ruta de la Amistad”, que ha sido recientemente restaurada, ofrece hasta la fecha un panorama único contra el fondo natural del cerro del Ajusco. Su monumento culminante, elaborado por un invitado de honor, es la obra *Sol Rojo*, del importante artista estadounidense Alexander Calder, instalada en la gran explanada del Estadio Azteca. Visita la ruta o recórrela en Internet: [www.mexico68.org/ruta](http://www.mexico68.org/ruta) 📍

## Tarjeta roja

### ¿LOS JUEGOS DE LA AMISTAD?

Hasta antes de 1990 el mundo se hallaba dividido en dos bloques con diferente ideología política, el capitalismo y el socialismo, encabezados por Estados Unidos y la Unión Soviética. En 1984, cuando la sede de los Juegos Olímpicos fue la ciudad estadounidense de Los Ángeles, los países del bloque socialista decidieron boicotearlos no participando en ellos. Como alternativa crearon su propio evento deportivo llamado “Juegos de la Amistad”, que después de una inauguración espectacular en Moscú se llevó a cabo en sedes de nueve países. Más allá de las hazañas de los deportistas estos Juegos representaron varios antivalores, como la intolerancia, la enemistad y la falta de disposición para el diálogo como medio para resolver diferencias.



## Camino a la victoria

### La amistad es mi valor

Una persona amistosa y sociable es capaz de establecer relaciones con los demás caracterizadas por la libertad, la creatividad, la comprensión y la comunicación profunda de lo que nos parece más importante. El valor de la amistad nos dispone a ser amables y afectuosos con los otros y a tener interés por ellos renunciando a la hostilidad y al egoísmo. Esa disposición debe existir dentro y fuera del grupo del que formamos parte e impulsarnos a establecer vínculos incluso con quienes nos parecen extraños, diferentes y ajenos. Se trata de hacer de nuestro corazón una “casa abierta” para todos y sentirnos, en general, amigos de las personas con la voluntad de acercarnos a ellas. La única razón para evitarlo es descubrir que la cercanía o la compañía de alguien puede ser destructiva o perjudicial.

### Con ganas de triunfar

- ◆ Comparte tus juguetes y pertenencias con otros chicos. Comparte también tus conocimientos y habilidades con ellos.
- ◆ Alégrate cuando alguno de tus compañeros tenga un logro positivo. Cuéntales cuando consigas algo importante.
- ◆ Invita a otros niños a jugar a tu casa y acepta ir a la de ellos cuando te inviten (claro, pide siempre permiso).
- ◆ Demuestra el afecto que sientes por tus amigos a través de palabras y acciones, diles qué significan para ti y señala la importancia que tienen en tus vidas.
- ◆ Olvida los prejuicios con respecto a quienes te rodean. 



## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la amistad. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Traten de que el hogar familiar cuente con la presencia recurrente de otros miembros (tíos, primos y sobrinos) y también de los amigos más cercanos.
- ◆ Faciliten a los niños lo que necesiten para vincularse con sus compañeros y realizar actividades comunes con ellos.
- ◆ Acérquense a los padres de los otros chicos. En ocasiones pueden surgir relaciones estimulantes entre los adultos que, a su vez, faciliten las relaciones entre los menores.
- ◆ Cuando alguna compañía les parezca perjudicial o contraproducente para los chicos, analicen bien la situación antes de tomar la medida de separarlos. Si el caso se sostiene, renuncien al autoritarismo y expliquen sus razones.

### Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de la amistad y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

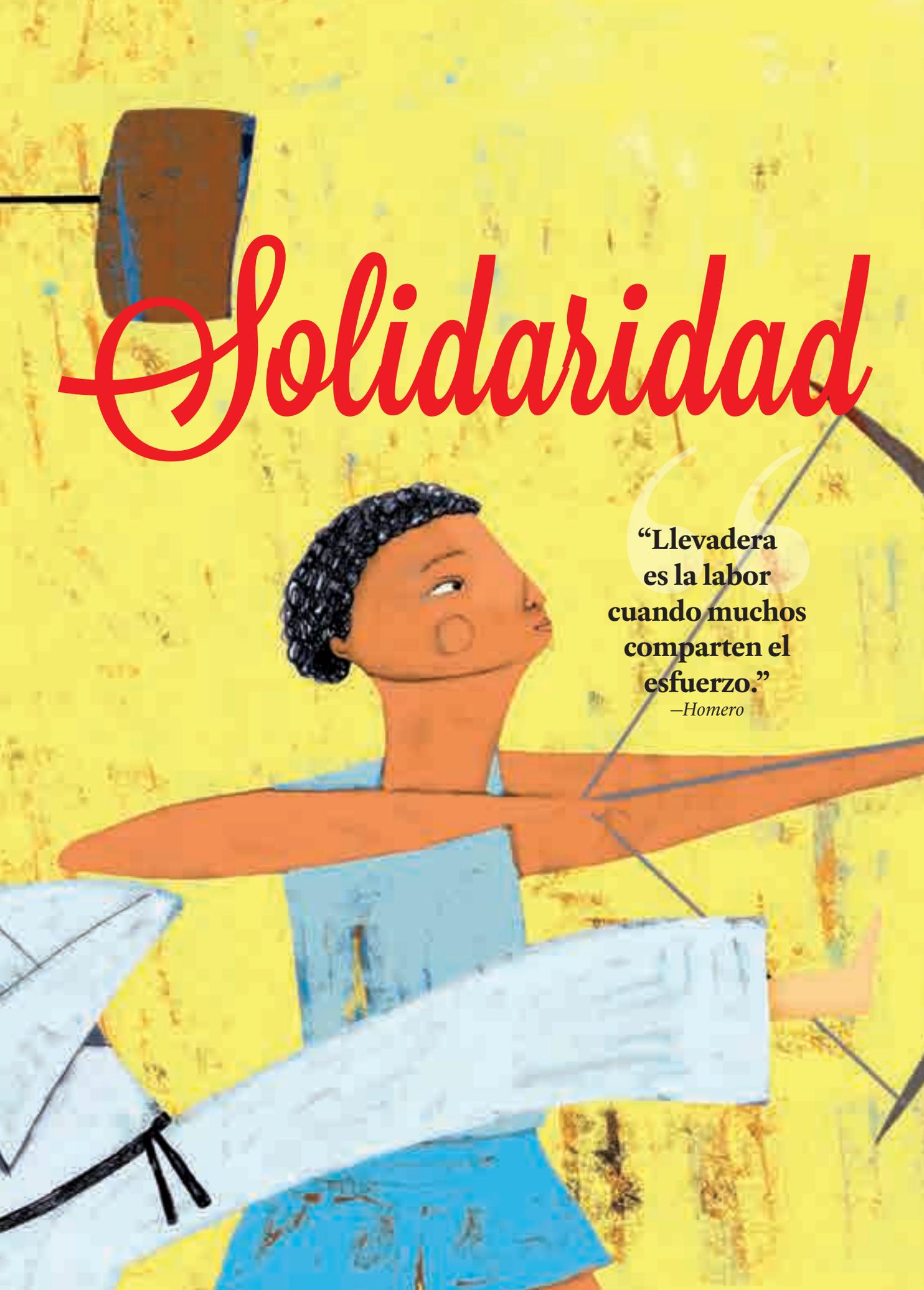
- ◆ Tenga una actitud abierta con sus alumnos. Si se respetan los límites que corresponden a la relación es posible que entre algunos de ellos y usted surja una amistad.
- ◆ Desaliente la formación de pandillas y grupos de poder aclarando que no están necesariamente vinculados por la amistad, sino por intenciones ajenas a ésta.
- ◆ Estimule el trabajo en parejas dentro y fuera de las aulas. Acerque a aquellos niños que parezcan más incompatibles y ayúdelos a trabajar las diferencias.
- ◆ Si percibe que algún chico anda siempre solo o es rechazado por los demás, haga el esfuerzo de analizar su caso y ayudarlo a establecer vínculos significativos. 



An illustration with a yellow, textured background. At the top, five interlocking Olympic rings are suspended from a horizontal black line. Two figures are shown from the chest up, holding the rings. The figure on the left is a man with a large nose, wearing a blue tank top and dark shorts. The figure on the right is a woman with her hair in a bun, wearing a light blue jacket. Both are looking upwards at the rings.

*En voz de los campeones*  
“Los Juegos Olímpicos son  
un maravilloso ejemplo  
de cooperación entre  
naciones e individuos, una  
competencia internacional  
saludable e integral, el  
intercambio entre países  
que representa todo lo  
mejor que hay en cada  
uno de nosotros.”

—John Williams, compositor de las fanfarrias  
de Los Ángeles, 1984 y Atlanta, 1996



# Solidaridad

“Llevadera  
es la labor  
cuando muchos  
comparten el  
esfuerzo.”

—Homero



# Nieve para la niña

**U**na mañana en los portales de San Fernando apareció abandonada una niña recién nacida, envuelta en una cobija rosada y suave como sus mejillas. Al tener noticia el presidente municipal llamó a los notables del lugar —que siempre andaban de pleito— para decidir qué hacer con ella. “Propongo que la enviemos a la casa cuna de la capital”, dijo la esposa del munícipe, que no quería a los niños. “Tengo otra idea”, comentó don Jorge, el abarrotero gruñón, “sugiero que la dejemos con nosotros y la criemos entre todos pues por aquí ya casi no hay chamacos”. Don Joaquín, el cura, estuvo de acuerdo. Una pareja que no había podido tener hijos la llevó a su casa y le arregló un cuarto sencillo, pero limpio, cómodo y soleado.



La pequeña Inés (así le pusieron después de votar) se fue ganando el corazón de los pueblerinos y, al mismo tiempo, borró sus diferencias. Cuca, la señora de la mercería, le obsequió ropa. Manolo, el dueño del rancho, le surtía leche fresca muy temprano. Dos ancianas solteras que no hablaban con nadie le cosieron decenas de pequeñas mantillas y el señor Raúl llegaba cojeando para llevarle flores. Hasta Fabián, el loquito al que todos temían, le hizo unos toscos juguetes de madera. Por las tardes, a la hora del baño, se juntaban para ver a la pequeña agitar el agua de su tina, se peleaban por enjabonarla, enjuagarla, secarla y vestirla. A eso de las siete la arrullaban a coro y se quedaban conversando en voz baja.

Con Inés había llegado la alegría a San Fernando. Pero un día enfermó de una tos tan profunda que todos temieron por su vida. Doña Lola buscó al médico del dispensario. Éste examinó a la pequeña y le indicó un medicamento muy raro: nieve de cereza... Por allí no había dónde conseguirla. ¿Qué hacer? Clarita se acordó de haber visto la

receta en el viejo libro de su tía. Jairo, el muchachón de la camioneta que andaba de malora, manejó hasta el cerro y bajó de él cargando pesadas cubetas llenas de nieve pura. La seño Martina, que no veía, ofreció un tarro de miel para endulzarla. Pero faltaban las cerezas, desconocidas en aquella región...

“¡Ya sé!” comentó Lalo, el niño que se peinaba de raya, “el maestro me dijo que las cerezas y los capulines son parientes”. Romelia, la cocinera de la fonda, cortó decenas de capulines del huerto de los Molina, los ricos del pueblo; los lavó, los molió y preparó la receta. Pero ¡oh, sorpresa! Inés no quería abrir la boca. La esposa del presidente, que ya la quería en secreto, ofreció su cucharilla de plata y su taza de cristal cortado. Cuando le presentaron así el bocado, Inés lo aceptó con apetito, se comió todo y al día siguiente ya no tosía.

Pasaron los años... Cuando Inés iba a casarse caminó por las calles de San Fernando vestida de novia y fue tomando del brazo, uno por uno, a todos los que la habían criado. El pueblo era un lugar distinto: los habitantes construyeron juntos el quiosco que hay en el jardín de la plaza, allí, donde se pone el carrito que vende nieve de cereza. (No lo cuenten, en realidad es de capulín.) 📌



## Reflexiona

- ¿Crees que hubiera sido mejor llevar a Inés a la casa cuna?
- ¿Piensas que uno solo de los habitantes podría haberla criado?
- ¿Qué aprendieron los lugareños del pueblo gracias a ella?
- ¿Fue importante la participación de algunos o de todos? ¿Por qué?
- ¿Consideras que esta forma de trabajar entre todos sirve en cualquier situación?



## EL "EQUIPO DE ENSUEÑO"

A partir de 1992 las nuevas reglas olímpicas permitieron que los deportistas con trayectoria profesional pudieran competir. En Estados Unidos cobró forma un equipo de baloncesto dirigido por el entrenador Chuck Daly e integrado por las figuras más destellantes de ese deporte en aquel país, incluyendo a Earvin "Magic" Johnson de Los Angeles Lakers y a Michael Jordan de los Chicago Bulls. En los Juegos de Barcelona, 1992 el *Dream Team* o equipo de ensueño, llamado así por la calidad de sus miembros, venció a todos sus oponentes en los ocho encuentros. Jugó la final contra el equipo de Croacia al que derrotó con un marcador 117-85.

## Olimpiadas de valor

# Espíritu de equipo

Los Juegos Olímpicos, desde su inicio, han sido un ejemplo de solidaridad pues su realización sólo resulta posible gracias al esfuerzo de decenas de naciones y cientos de individuos que dan juntos lo mejor de sí con el propósito de celebrarlos. Después de superar tensiones políticas y diplomáticas hoy toman parte en ellos casi todos los países del mundo. La delegación correspondiente a cada uno comparte la responsabilidad y el esfuerzo de representar a su nación ante el mundo y llevar buenos resultados de regreso. Cuando es así los participantes son recibidos como auténticos héroes.

Sin embargo, hay todavía una expresión más clara y directa de la solidaridad en la esencia de los deportes mismos: el juego en equipo. Aunque existen prácticas individuales donde todo depende de una persona y de quienes la ayudaron a entrenarse, hay otras en que el desempeño individual cuenta para un resultado de conjunto (como el nado sincronizado o el patinaje sobre hielo en parejas, en los Juegos de Invierno). Hay también un grupo de deportes cuya esencia misma es la cooperación de los miembros de un equipo que puede ser numeroso. El buen resultado sólo



es posible cuando éstos se coordinan y se entregan a una causa común.

Con seguridad tú mismo identificas varios de ellos, empezando por el fútbol que practicas, pero hay muchos más. El Comité Olímpico Internacional reconoce, entre otros, el nado sincronizado, el baloncesto (o básquetbol), el balonmano, el voleibol, el waterpolo (cuyo objetivo es anotar goles en una piscina), el hockey sobre césped y sobre hielo (en el que se enfrentan dos equipos para hacer el mayor número de anotaciones), las diferentes variedades de piragüismo y remo (en las que los participantes luchan por hacer avanzar sus vehículos por el agua), el voleibol y el voleibol de playa.

El número de integrantes es variable de acuerdo con la disciplina. Su diversidad nos demuestra que en todos los espacios y circunstancias existen oportunidades para el trabajo en equipo y la coordinación de habilidades. Un deporte eliminado del programa, el “juego de la soga”, es tal vez la muestra más visible del esfuerzo compartido: dos equipos de ocho personas tiran de una cuerda buscando jalar al equipo opositor hasta una marca central. En él resulta claro que, cuando suman su esfuerzo, ocho personas juntas tienen más fuerza que ocho personas separadas. Más allá de obtener la victoria, los practicantes de los deportes en equipo adquieren sólidos vínculos de compromiso y concordia. 🏆

## Tarjeta roja

### EL EQUIPO DESCALIFICADO

Los integrantes de un equipo deportivo deben estar conscientes de que de su conducta depende el éxito o el fracaso de éste y que un error puede ponerlo todo en riesgo. Ajenos a este principio algunos deportistas cometieron faltas que ocasionaron la ruina de todo el grupo. La remadora ucraniana Olena Ivanivna Olefirenko usó una sustancia prohibida en Atenas, 2004 para mejorar su fuerza y rendimiento. Su equipo, conformado por ella y otras tres mujeres, obtuvo la medalla de oro y la recibió en una gran ceremonia, pero cuando se halló que ella había empleado la sustancia los jueces les retiraron la presea y la entregaron al equipo de Australia.



## La solidaridad es mi valor

Una persona solidaria está dispuesta a dar lo mejor de sí y a unir su esfuerzo al de los demás para conseguir metas comunes que los beneficien a ellos como grupo, pero también a otras personas con causas distintas a las propias que por algún motivo están en desventaja. Ser solidario y empático consiste en ponerse en el papel de quienes sufren un problema o tienen una necesidad e invitar a otros a que se unan para ayudarlos. La solidaridad es un valor útil en todos los ámbitos: permite el apoyo entre los diversos miembros de una familia, construye comunidades urbanas y escolares más sólidas y resistentes, edifica naciones en las que todos los individuos se sienten responsables y trabajan por el bien común. La unión entre las personas da origen a cuerpos compactos, cohesionados y enteros con poder y capacidad de transformación mayores al que tienen sus integrantes por separado.

## Con ganas de triunfar

- ◆ Organiza a tu grupo de amigos para hacer algo juntos en bien de la comunidad; por ejemplo, una brigada para mantener limpias las calles.
- ◆ Si notas que tus padres o los adultos responsables de ti están en dificultades, cita a una reunión familiar donde cada quien ofrezca lo que puede hacer.
- ◆ ¡Lee el periódico! Pon especial atención en las noticias sobre grupos marginados o comunidades afectadas por algún problema. Imagina soluciones y conversa cómo llevarlas a cabo con tu familia.
- ◆ Si vives un problema habla de él con tu familia o compañeros de clase en comunidad. 🗣️



## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la solidaridad. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Realicen el ejercicio frecuente de pedir a los niños que se pongan en el lugar de las demás personas. La empatía es el principio de la solidaridad.
- ◆ Invítenlos a participar en las acciones necesarias para resolver los problemas cotidianos y compartan sus inquietudes con ellos. Por ejemplo: “No me rinde el gasto. ¿Qué podemos hacer?”.
- ◆ Creen entre ellos una conciencia de responsabilidad social, infórmenles que los chicos de la calle o los indígenas que sufren por la sequía requieren nuestras acciones.
- ◆ Enséñenles a cooperar en los acopios que se realizan en situaciones de emergencia nacional o internacional. Lleven juntos lo que puedan, aunque sea una lata de atún o una botella de agua para beber.

### Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de la solidaridad y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

- ◆ Fomente el trabajo en equipo dentro y fuera del aula.
- ◆ Cree en los niños la conciencia de ser un grupo que debe estrechar sus vínculos para auxiliar a alguno de los integrantes en desventaja.
- ◆ Combata el odio o el sentido de competencia entre salones. Coordine con los demás maestros y directivos acciones de coordinación intraescolar.
- ◆ Recuérdeles que, como estudiantes, tienen responsabilidades ante la sociedad. Son la generación que lleva en sus manos el futuro del país.
- ◆ Invite a los padres o responsables de los menores a participar en las actividades escolares, sean éstas de trabajo, mantenimiento o recreación. 📌



A painting of a woman in a red and yellow leotard performing a backbend against a blue background. The woman is positioned on the right side of the frame, with her back arched and her head touching her knees. She is wearing a red leotard with a yellow skirt. The background is a vibrant blue with some darker blue and white brushstrokes. The overall style is expressive and artistic.

*En voz de los campeones*

“El espíritu del movimiento olímpico es muy valioso para los jóvenes porque les enseña el entrenamiento y la disciplina constantes que se requieren para competir. Incluso si no llegan a formar parte de los equipos, pueden reorientar su vida al arte del deporte, la disciplina y el acondicionamiento físico.”

—Richard M. Daley, político estadounidense

# Perseverancia

**“El secreto de los  
grandes corazones  
se encierra en  
una sola palabra:  
perseverancia.”**

*—Victor Hugo*

# El salón del sol

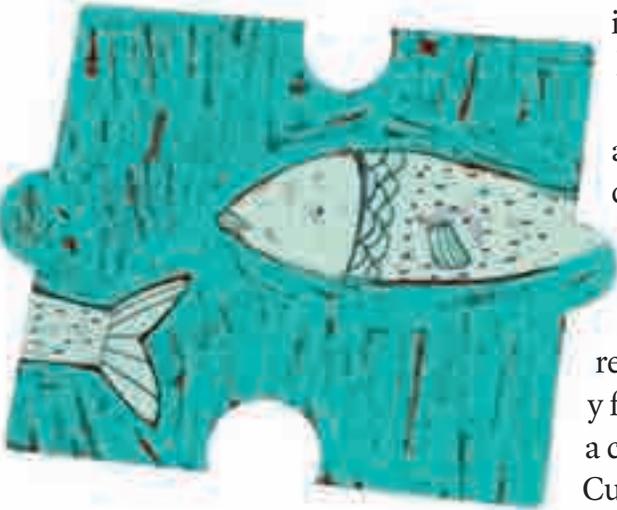
**A**dela no era como las demás niñas. No le gustaban las muñecas ni los juegos de té. Le fascinaban los modelos para armar, los trenes eléctricos y los rompecabezas. Un día, por un anuncio, se enteró de la gran noticia: ¡ya estaba a la venta el rompecabezas más grande del mundo! Tenía 24,000 piezas, medía cuatro metros de largo y presentaba imágenes de todo lo más hermoso que hay. Cuando cumplió diez años, su padre, don Amado, lo encargó de Europa y se lo regaló. También acondicionó una gran habitación de su casa en el centro de Guanajuato en la que entraba mucha luz y colocó una mesa del tamaño apropiado para el trabajo: “Éste es el salón del sol”, le dijo al

invitarla a pasar; juntos abrieron la caja y seleccionaron las piezas de las orillas a lo largo de veinte meses.

Don Amado murió cuando Adela tenía dieciséis años; regresando del entierro, sin pensarlo, ella siguió con el rompecabezas, que apenas tenía una quinta parte completa. Permanecía horas en el salón del sol y mientras seleccionaba las partes de color semejante, recordaba a su padre. A los veinte, al regresar del internado, besó a su madre, a sus hermanos, y fue corriendo al salón. Dedicaba cualquier rato libre a completar la tarea que había iniciado en su infancia. Cuando el guapo Martín le propuso matrimonio ella le planteó una condición: “Sí, mi amor, pero ayúdame a buscar la cabeza de la cebra, que no hallo”.

Nacieron sus hijos: tantito los arrullaba y los amamantaba, tantito colocaba nuevas piezas. Cuando Martín chico comenzó a caminar ya había completado los peces. Cuando Amelia salió de primaria alcanzaba a verse el arcoíris. Ernesto se graduó y ayudó a su madre con la ciudad sumergida. “¡Es la Atlántida!”, dijeron y se abrazaron emocionados al reconocerlo. A los cincuenta años Adela enfermó de gravedad. El médico le recomendó reposo y, aunque se sentía débil, a diario pasaba unas horas entregada a su tarea.

Sus nietos eran pólvora... Adela temía que perdieran piezas; sin embargo, cariñosamente guiaba sus manos (sucias de tierra y caramelo) para que colocaran alguna en su lugar.



Cuando enviudó sólo faltaban detalles. Sin querer humedecía las piezas con sus lágrimas y las secaba con el pañuelo. Su vista se nublaba, pero sus dedos reconocían los contornos. Habían pasado sesenta años desde el día en que don Amado le llevó el regalo y ya podía verse todo: los animales, los globos, los veleros, las águilas, los planetas... Sus manos temblorosas alcanzaron a completar la Luna. Faltaba sólo una pieza, la punta del ciprés, cuando doña Adela quedó dormida para siempre sobre ese mundo. Ángel, su nieto, la encontró así aquel mediodía en que el salón del sol parecía hecho sólo de luz. Puso en su lugar la última pieza y acarició a la abuela. Dice que ahora vive en la isla, en la casa de tejado rojo que hay en el centro de la imagen, entre los árboles y el faro que ella construyó a lo largo de su vida. 🕒

## Reflexiona

- ¿Por qué crees que a Adela le duró tanto el entusiasmo por su rompecabezas?
- ¿Consideras que en algún momento se desanimó o dejó de gustarle lo que estaba haciendo?
- ¿Se dedicó sólo a eso o lo combinó con otros aspectos de su vida?
- ¿Fue importante que sus familiares la ayudaran?
- Dibuja en una hoja de papel cómo te imaginas el conjunto del rompecabezas.



## Para llegar a los Juegos

**C**on seguridad has presenciado algunos eventos de los Juegos Olímpicos y te has quedado sorprendido por la perfección de sus atletas: los saltos impecables de Yahel Castillo desde el trampolín o la rapidez de relámpago que tienen el corredor Usain Bolt o el nadador Michael Phelps. Su esfuerzo no es momentáneo. Lo que tú ves es resultado de un trabajo largo, dedicado y difícil que los lleva a ser grandes triunfadores. ¿Qué se necesita para ser un deportista de excelencia?

El primer paso que da un atleta es evaluar su condición física y saber para qué deporte es más apto. El segundo, elegir uno apropiado para ésta y que, por algún razón le guste. Esos dos pasos tienen que ver con la naturaleza y la inspiración, pero todos los siguientes se vinculan con el valor de la perseverancia. El atleta empieza a practicar de una manera continua y disciplinada en un lugar adecuado para sus fines bajo la supervisión de un especialista en ese deporte. Si logra superar esa etapa, es momento de participar en sus primeras competencias que irán aumentando su nivel de acuerdo con el desempeño que tenga. Puede convertirse en un deportista

*ESPIRITU DEPORTIVO*

### LOS VETERANOS

La mayor parte de los deportistas olímpicos se retiran jóvenes, en parte por su propia condición física, en parte porque no quieren verse derrotados por las generaciones menores. Pero también existen ancianos que han persistido en su vocación y han llegado a competir en los Juegos.

El récord pertenece al tirador sueco Óscar Swahn (1847-1927) que obtuvo una medalla de bronce en los Juegos de Estocolmo, en 1912, cuando tenía 72 años cumplidos. Le sigue el jinete japonés Hiroshi Hoketsu que, a los 71 años se alistó para tomar parte en los Juegos de Londres, 2012.



de alto rendimiento apoyado por las instituciones de su país. Al llegar a las más importantes ya tiene un entrenador exclusivo con el que trabaja a diario y se prepara para competir sabiendo que es una carrera contra el tiempo, pues la vida profesional de un atleta es corta, por razones físicas.

Para mantener ese esfuerzo que exige tantos cambios en el estilo de vida (una dieta saludable, dormir lo suficiente, evitar el consumo de alcohol, drogas, etcétera) es indispensable que el deportista se vaya trazando metas concretas de una manera detallada (la mayor de todas es participar en los Juegos!) y que observe los ejemplos de quienes lo han logrado. Debe conocer, asimismo, los reglamentos que se imponen para la participación. En algunos países los deportistas más notables reciben becas o apoyo económico para dedicarse plenamente a ese esfuerzo, pero en otros tienen que seguir buscando cómo ganarse la vida, estudiar y entrenar al mismo tiempo.

Un buen deportista sabe que su carrera no puede ser una secuencia de éxitos. Reconoce que siempre puede haber alguien mejor que él y sabe recuperarse de las derrotas, naturales en ese ámbito de excelencia. Cuando está preparado de esta forma vienen las pruebas de los campeonatos nacionales e internacionales que sirven como eliminatorias para la participación en los Juegos. Sólo llegarán a ellos quienes, por mucho tiempo, se dediquen en cuerpo y alma a su vocación y sepan dar lo mejor de sí en los momentos estelares de las Olimpiadas. Llegar a ellos ya es un triunfo en sí mismo que a veces culmina con el oro. No existe un solo campeón olímpico que no haya recorrido el camino que acabamos de describir. Sus casos nos inspiran a luchar siempre por lo que queremos conseguir. ①

## Tarjeta roja

### ENGAÑO FALLIDO

Una de las pruebas olímpicas que requieren mayor perseverancia durante la competencia misma es el maratón, pues implica correr poco más de 42 kilómetros. Muchos atletas se desmayan o abandonan esta competencia. En los Juegos de Múnich, 1972, Frank Shorter iba a entrar al estadio en primer lugar; sin embargo un impostor, que no había corrido la prueba, lo suplantó y entró en su lugar. "¡Es un impostor!", gritaron los cronistas antes de que fuera detenido por el personal de seguridad.

## Camino a la victoria

### La perseverancia es mi valor

Una persona perseverante tiene claro un objetivo positivo, relacionado con la creación de algo nuevo o la aportación de distintos valores al mundo. Tras identificarlo diseña un plan para alcanzarlo e inicia un camino de esfuerzo hasta que lo consigue. Aunque en ese camino encuentre obstáculos externos (como la oposición de algunas personas, la dificultad de las circunstancias) y obstáculos internos (como el desgano, la desilusión, la impaciencia o el coraje por las derrotas pasajeras) mantiene su esfuerzo al mismo nivel o incluso lo incrementa. Cuando llega a la meta final la toma como punto de partida para buscar, con el mismo método, nuevos objetivos y así mientras dure la vida.

### Con ganas de triunfar

- ◆ Antes de iniciar alguna actividad piénsala bien. Una vez que te decidas llévala a término de la mejor manera posible.
- ◆ En cualquier tarea que desarrolles no te des nunca por vencido. Busca nuevas estrategias o recursos para concluirarla.
- ◆ No diversifiques demasiado tus intereses y actividades. Selecciona tus favoritos y concéntrate en ellos.
- ◆ Ponle límites a tu perseverancia: no descuides las demás tareas propias de tu edad o de tu vida. Aprende a reconocer cuándo realmente no es razonable seguir persiguiendo un objetivo. ①



## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la perseverancia. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Mantengan un ritmo constante de hábitos y ocupaciones en la casa.
- ◆ Induzcan a los hijos a completar actividades que requieran tiempo y concentración. Eviten que “salten” siempre de un asunto a otro.
- ◆ Fomenten en ellos, según sea posible, el ámbito del ahorro familiar. Es la muestra más clara de que con una conducta constante se consiguen objetivos.
- ◆ Sean ustedes constante en el trato con ellos y perseverantes en el proceso de su educación.

### Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de la constancia y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

- ◆ Cree en ellos conciencia sobre lo importante que es asistir a clase en forma regular.
- ◆ Diseñe actividades extracurriculares que se vinculen con este valor: el cultivo de una planta, la realización de una artesanía a lo largo del ciclo escolar, etcétera.
- ◆ Hágalos comprender que las tareas escolares no son un castigo, sino la prolongación del esfuerzo que se hace dentro del aula.
- ◆ Reconozca el esfuerzo continuo de los alumnos con momentos de esparcimiento, descanso o diversión. 1



*En voz de los campeones*

“Los campeones no se forman en los gimnasios.

Los campeones están hechos de algo que guardan profundamente en su interior: un deseo, un sueño, una visión.”

—Muhammad Ali,  
medallista de oro en boxeo,  
Roma, 1960



# Tolerancia y diversidad

“La abeja y la avispa  
liban en las mismas  
flores, pero producen  
diferente miel.”

—Joseph Joubert



# Me lo dijo el bosque

**F**ermín apenas había cumplido seis años. Vivía con sus padres y sus hermanos Juan y Ramón, en un pueblo cercano a un bosque de niebla, en lo alto de una montaña, donde crecían orquídeas y helechos y volaban los quetzales. El pequeño no podía disfrutar de esas imágenes porque era ciego de nacimiento. Sus padres lo habían llevado a la ciudad más cercana para darle tratamiento, pero el médico les había dicho que su problema no tenía cura.

Con todo y eso el pequeño llevaba una vida normal y estudiaba gracias a la lectura en voz alta que hacían sus familiares. Los demás habitantes lo respetaban, pero no le tenían el mismo aprecio que a los niños con vista normal, pues sentían que no podría ayudarlos en las faenas del campo. No sabían que, al carecer de vista, Fermín había desarrollado más de lo normal sus otros sentidos: su olfato era más refinado, su oído detectaba sonidos imperceptibles



para los demás y sus dedos podían percibir cambios sutiles en los objetos. Su mejor amigo era el bosque de niebla. Cuando sus manos percibían la humedad del musgo en los troncos informaba: “El bosque me dijo que va a llover”; cuando sus oídos escuchaban un aleteo casi imperceptible entre las hojas, anunciaba: “Vengan, dice el bosque que el quetzal no tarda”. Sus padres y sus hermanos lo escuchaban atentamente pues por él se enteraban de muchas cosas.

Eran tiempos de la Revolución y los bandoleros aprovechaban para saquear los pueblos: montados a caballo se metían a las casas, tomaban los objetos y se robaban a las muchachas.

Los habitantes del pueblo de Fermín se creían a salvo, pues pensaban que los bandoleros andaban lejos, pero en realidad los pillos planeaban atacarlo y andaban cerca de allí. Una mañana, paseando por el bosque, Fermín notó señales extrañas. Tocó los troncos y percibió la vibración de una cabalgata; respiró, y olió el humo de fogatas; aguzó su oído, y escuchó ecos de un corrido. ¡El bosque le dijo que los bandoleros iban hacia el pueblo!

Nervioso, lo informó a los habitantes pero no le hicieron caso. Sus hermanos lo tomaron en serio y corrieron por las calles recomendando a todos que apagaran velas y braseros, que se quedaran quietos y guardaran a sus perros para que los malvados no ubicaran el pueblo. Orgulloso de Fermín, el bosque —con ayuda de la lluvia y la noche— produjo una espesa neblina que ocultó las casas entre los montes. Al acercarse, uno de los bandoleros dijo: “Aquí no se ve nada pelados. ¡Era mentira lo del pueblo!”, y se alejaron galopando. Al amanecer, cuando la niebla se había dispersado y la vegetación lucía radiante, Fermín se sintió feliz: los demás veían, sí, pero sólo él podía hablar con el bosque. 🗣️

## Reflexiona

- ¿Por qué los habitantes del pueblo restaban valor a Fermín?
- ¿Por qué sus padres y sus hermanos le tenían tanta confianza?
- ¿Piensas que él podría trabajar como agricultor? ¿Por qué?
- ¿Cómo consideras a Fermín? ¿Discapacitado o con capacidades diferentes?

# Los Juegos Paralímpicos

La práctica de los deportes no se limita a las personas con plenas capacidades. También quienes padecen alguna discapacidad han participado con éxito en la actividad física y hoy cuentan con un evento tan importante como los Juegos Olímpicos, los *Juegos Paralímpicos*. Los deportistas pioneros de esta división tomaron parte en los Juegos Olímpicos comunes. Al gimnasta estadounidense George Eyser le faltaba la pierna izquierda. Usando una prótesis de madera obtuvo seis medallas en los Juegos de San

Luis Missouri, 1904. Aunque carecía del brazo derecho, el tirador húngaro Károly Tákacs aprendió a usar con destreza el izquierdo y obtuvo medallas de oro en Londres, 1948 y Helsinki, 1952. En 1948 el doctor Ludwig Guttmann, quien trabajaba en el hospital inglés de Stoke Mandeville, organizó para los deportistas discapacitados un

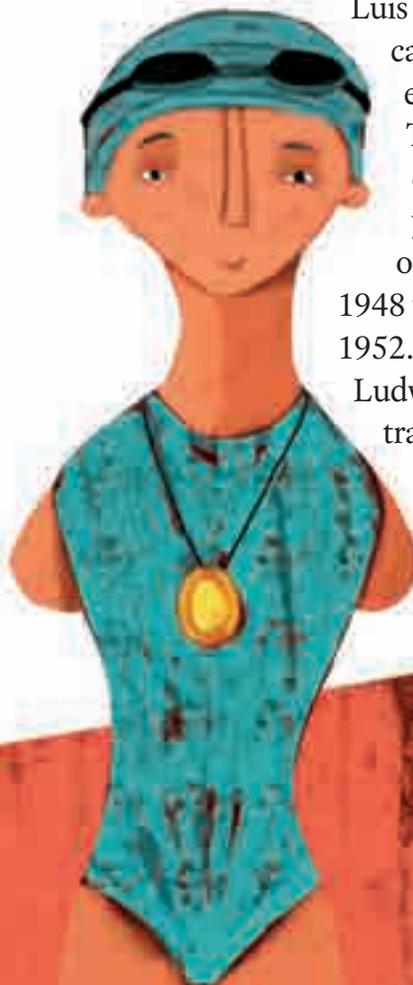


ESPIRITU DEPORTIVO

## Espíritu deportivo TRISCHA ZORN

(1964-)

La nadadora estadounidense Trischa Zorn no es sólo la máxima figura de los Juegos Olímpicos, sino una de las grandes figuras deportivas de la historia. Ciega de nacimiento, empezó a nadar a los siete años en el centro de entrenamiento de Mission Viejo, California. A los trece años participó en una competencia y luego recibió una beca de la Universidad de Nebraska para seguir con su formación. Se presentó en todos los Juegos Paralímpicos celebrados desde 1980 hasta 2004 y obtuvo 55 medallas, 41 de ellas de oro. "Mi motivación se encuentra en el hecho de que realmente amo lo que hago y en mi interés por saber hasta dónde puedo llegar", ha dicho.



encuentro deportivo con diversas disciplinas usando sillas de ruedas. 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. 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.

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: “La práctica del deporte es un derecho humano. Cada individuo debe tener la oportunidad de practicar el deporte sin ningún tipo de discriminación, ya que ésta se opone al espíritu olímpico”. 📌



## Tazjeta roja

### LA INTOLERANCIA

En Sudáfrica existía una política de discriminación de los gobernantes blancos contra los habitantes negros conocida como Apartheid. La comunidad internacional condenó esa práctica racista y, a partir de 1960, el Comité Olímpico Internacional le impidió participar en los Juegos hasta que la eliminara. El Apartheid desapareció en 1991 gracias a los esfuerzos del luchador social Nelson Mandela. Al año siguiente Sudáfrica participó en los Juegos de Barcelona y en 2010 fue sede de la Copa Mundial. Hoy día los Juegos celebran la diversidad y condenan la intolerancia.

## Camino a la victoria

### *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 tuyas, 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. La tolerancia es el requisito indispensable para vivir en familia y en comunidad, el elemento más importante para poner fin a la violencia.

### *Con ganas de triunfar*

- ◆ No te formes ideas sobre las personas por su apariencia física o por su forma de vestir. Mejor escúchala y conoce sus ideas.
- ◆ Usa siempre el recurso del diálogo. Escucha a los demás, reflexiona sobre su forma de ser y pensar y, al mismo tiempo, aporta tus propias ideas, opiniones y reflexiones.
- ◆ Acepta el derecho de los demás a vivir de acuerdo con sus propias creencias o convicciones siempre y cuando no dañen a terceros. Nunca los juzgues o califiques de manera negativa.
  - ◆ Aprende que tú no eres superior a los demás y que nadie es superior a ti: todos somos seres humanos con los mismos derechos y obligaciones. ①



## Guía para entrenadores

### *Palabras para las familias*

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la tolerancia. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Hagan de la inclusión la clave de la vida en familia: no segmenten las decisiones y actividades en pares como “chicos y grandes”, “niños y niñas”, “hombres y mujeres”.
- ◆ Mientras no sean conductas agresivas u ofensivas, respeten las diferencias de carácter, personalidad y proyectos. No presionen para que sigan un modelo preestablecido.
- ◆ Respeten la vocación profesional de los hijos.

### *Palabras para los docentes*

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de la tolerancia y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

- ◆ Evite siempre el señalamiento de defectos físicos, discapacidades o formas de conducta en tono de descalificación.
- ◆ Si en el salón de clases se encuentra algún alumno afectado por una discapacidad o procedente de otra cultura, promueva su plena inclusión.
- ◆ Respete el carácter laico de la educación consagrado en el artículo tercero de la Constitución. ①





*En voz de los campeones*  
“Las medallas no significan nada y la gloria no dura. Lo importante es la felicidad. Aunque finalmente recibí un reconocimiento, mi felicidad siempre ha sido amar el deporte, dar lo mejor de mí misma y divertirme cuando lo practico.”

—Jackie Joyner-Kersey, medallista de oro, plata y bronce en Los Ángeles, 1984; Seúl, 1988; Barcelona, 1992 y Atlanta, 1996

An illustration of a woman with short dark hair, wearing a blue top and red pants, lifting a young child in the air. The child is wearing a blue shirt and brown shorts. They are in a bright yellow field with several bare trees in the background. The scene is set on a light-colored tiled floor.

# Responsabilidad

“El precio  
de la grandeza es  
la responsabilidad.”  
—Winston Churchill


*Aventuras de valor*

# Felisa en la cristalería

**D**on Renato Conde era un jubilado que vivía en un departamento situado en la colonia Roma de la Ciudad de México. Los fines de semana recibía a sus hijos y sus nietos. Dedicaba los otros días a leer, tomar café (a veces una copa) con sus amigos, jugar dominó y ver series en la televisión. También empleaba parte de su tiempo para jugar con Felisa, su mascota, una gatita consentida hasta el exceso. Aunque le habían recomendado que la inscribiera con un entrenador para aprender modales, don Renato no hacía caso y dentro de aquella casa Felisa hacía lo que le venía en gana: saltaba de una silla a otra, arañaba los muebles y se acostaba en la cama del señor sin permitirle descansar. Cuando salían a pasear a la calle, don Renato la sujetaba con una correa para evitar que hiciera travesuras.

Una tarde que fueron a caminar don Renato se encontró a don Salvador, un amigo de la juventud. Felisa aprovechó la distracción de la charla para zafarse y corrió tras un ratón que había visto pasar. Asustado, el roedor entró a esconderse en Regalos Milton, una famosa cristalería de aquel barrio. Tratando de capturarlo, Felisa brincaba en los anaqueles, se deslizaba en los aparadores, metía las patas en las vitrinas. En su loca carrera iba destrozando jarrones de porcelana, copas de cristal, finos pisapapeles y figuras de cristal cortado ante los aterrados ojos de don Elías, el dueño de la tienda.



Al cabo de unos minutos, Regalos Milton era una zona de desastre. Felisa no había logrado atrapar al ratón pero había ocasionado destrozos por varios miles de pesos. El estruendo fue tan grande que don Renato (que seguía platicando) alcanzó a escuchar lo que ocurría y vio, a unos metros, que don Elías trataba de atrapar a Felisa dándole con un periódico. Don Salvador le dijo: “¡Mira nada más lo que hizo tu gata! El costo de los daños equivale a todos tus ahorros. Mejor vámonos para que no tengas que pagar nada”. Don Renato lo miró enojado: “¿Cómo me recomiendas eso? En primer lugar, no puedo abandonar a mi Felisa a su suerte. En segundo, no puedo dejar así al pobre hombre que perdió casi todo”.

Decidido, don Renato caminó hasta la entrada de Regalos Milton. Cuando lo vio Felisa saltó para acomodarse en su hombro. “Vengo a responder por los daños que causó mi mascota”, le dijo a don Elías y le entregó una tarjeta con su nombre y su dirección. Días después don Elías le presentó la cuenta de los destrozos. Cuando terminó de revisarla, don Renato se percató de que sólo le estaba cobrando la mitad y le preguntó por qué: “No puedo permitir que usted pierda todos sus ahorros —le dijo don Elías— y, además, usted necesitará dinero para inscribir a Felisa con un entrenador.” Los dos ancianos se quedaron platicando sobre sus vidas y Felisa, muy mustia, se escondió debajo de un colchón. ①

### Reflexiona

- ¿De quién fue la culpa de los destrozos que hizo Felisa?
- ¿Qué piensas acerca del hecho de que don Renato no la inscribió a clases?
- ¿Qué lo decidió a acercarse a don Elías para tratar el asunto? ¿Cuál factor crees que pesó más?
- ¿Qué hubiera pasado con don Elías y Felisa si don Renato no hubiera respondido por los daños?

# Las misiones del Comité Olímpico

**S**in duda los deportistas son las figuras más destacadas de los Juegos Olímpicos. Sin embargo, no son los únicos que los hacen posible. Los organizadores deben asumir importantes responsabilidades para que éstos se lleven a cabo de manera ordenada y segura, tarea que requiere el esfuerzo de miles de personas. La máxima autoridad de éstos es el

Comité Olímpico Internacional (COI) que trabaja en coordinación con los Comités Olímpicos de cada país para realizar los Juegos. El COI está regido por un conjunto de estatutos que aclaran sus responsabilidades.

Al COI le corresponde estimular la práctica del deporte entre los jóvenes, promover el juego limpio y excluir toda forma de violencia en la práctica deportiva. Su máxima misión es organizar la celebración puntual y exitosa de los Juegos y fomentar las competencias eliminatorias que conducen a éstos. Para lograrlo tiene que asociarse con los gobiernos de cada nación y diversas empresas privadas, promoviendo siempre la

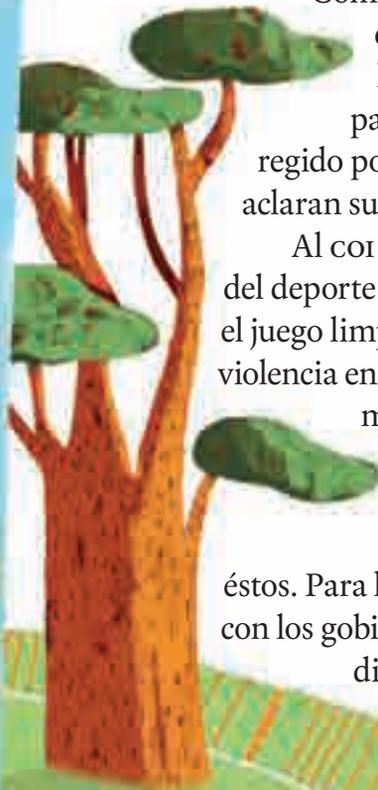


ESPIRITU DEPORTIVO

## LOS "JEFES MÁXIMOS"

El COI fue creado el 23 de junio de 1894 por el barón Pierre de Coubertin. A la cabeza de su estructura se encuentra un presidente elegido por el propio comité. Hasta la fecha ha tenido ocho presidentes: Demetrius Vikelas, Grecia (1894-1896); Pierre de Coubertin, Francia (1896-1925); Henri de Baillet-Latour, Bélgica (1925-1942); Johannes Sigfrid Edström, Suecia (1946-1952); Avery Brundage, Estados Unidos (1952-1972); Michael Morris Killanin, Irlanda (1972-1980), Juan Antonio Samaranch, España (1980-2001) y Jacques Rogge (2001).

Entre sus tareas más importantes está la de encabezar las sesiones donde se decide en qué país habrán de celebrarse los Juegos.



paz y poniendo el deporte al servicio de la humanidad. Por otra parte, su deber es proteger el movimiento olímpico contra todos los fenómenos negativos que lo puedan afectar, como la discriminación, la exclusión de las mujeres, el empleo de drogas y el uso del deporte para fines comerciales o políticos.

También le corresponde velar por el bienestar y la seguridad de los deportistas buscando medidas que protejan su salud y les permitan tener una vida digna y tranquila durante su carrera y después de ésta.

Las responsabilidades del coi van más allá de los Juegos y se extienden a la comunidad. Se propone difundir la práctica de los deportes en todas las capas y grupos de la sociedad y asumir un compromiso con respecto a los problemas del medio ambiente, que se relacionan con la salud pública. Por otra parte, debe procurar que los Juegos dejen un legado positivo en todo el mundo y, en especial, en la ciudad donde se celebran; por ejemplo, impulsar el respeto a los derechos humanos y el acceso a la educación deportiva. Hay una responsabilidad adicional que no debemos olvidar: al

## Tarjeta roja

### ADIÓS A LAS TRAMPAS

Como representante de un país, la responsabilidad de un atleta olímpico consiste en presentarse a competir en las mejores condiciones para triunfar. Como miembro de un equipo, su misión consiste en valorar y engrandecer el esfuerzo de sus compañeros. El sueco Hans-Gunnar Liljenwall ignoró ambos deberes. En México, 1968 formaba parte del equipo de pentatlón de su país. Para superar el nerviosismo que le causaba la prueba de disparo con pistola bebió antes unas cervezas. Cuando las pruebas clínicas hallaron alcohol en su sangre, su equipo fue descalificado y tuvo que devolver la medalla de bronce que había ganado. A partir de entonces se establecieron las pruebas antidrogas (también llamadas *antidoping*) que hoy se aplican a todos los participantes en los Juegos.

coi le toca vincular al deporte con la cultura, el arte y la comunicación de las distintas naciones para conseguir, más que récords y hazañas, un progreso humano, individual y general. Los más de doscientos Comités Olímpicos Nacionales que existen hoy día no sólo son responsables de seleccionar y enviar a sus respectivos equipos, sino también de compartir los deberes del coi. ①



## Camino a la victoria

### *La responsabilidad es mi valor*

Una persona responsable es capaz de responder y enfrentar con inteligencia, esfuerzo, interés, creatividad y convencimiento las situaciones que se le presentan en la vida de acuerdo con su edad y actividad, por ejemplo, lo que se le solicita en la escuela, en el ambiente familiar o en su trabajo, siempre que esa solicitud sea razonable y respetuosa. También es capaz de responder ante las oportunidades que se le abren y ante las metas que ella misma se ha fijado. Del respeto y la estimación que tenga cada persona por sí misma depende la responsabilidad que adquiere frente a los demás. Sólo siendo responsable puede pedirles a los otros que lo sean y construir una comunidad sólida y próspera donde cada quien haga con excelencia aquello que le corresponde.

### *Con ganas de triunfar*

- ◆ Identifica cuáles son tus deberes en la escuela y organízate para llevarlos a cabo en orden y con calidad. Ello te permitirá tener más tiempo libre.
- ◆ Si tienes una mascota (como Felisa) no la consideres un juguete. Piensa que eres responsable de ella en términos de salud, higiene, alimentación y educación.
- ◆ Observa a tus padres y a tus maestros. ¿Cumplen con sus responsabilidades como cuidarte, educarte y escucharte? Si sientes que no es así, coméntalo con ellos.
- ◆ Combina tus deberes con actividades de entretenimiento; desarróllalos sin miedo ni presiones, como parte de tu crecimiento y seguridad para el futuro. 



## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la responsabilidad. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Expongan a los niños qué esperan de ellos. Procuren que esas expectativas sean sensatas de acuerdo con su carácter.
- ◆ Antes de recurrir a la imposición expliquen a sus hijos las consecuencias de hacer o no aquello que les corresponde.
- ◆ Si tienen más de un hijo, repartan las responsabilidades entre todos, con los matices que sean necesarios.

### Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de responsabilidad y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

- ◆ Dosifique las tareas dentro y fuera del aula de una manera razonable, que permita también disfrutar de tiempo libre.
- ◆ Explique claramente cuáles son las reglas y los deberes.
- ◆ Evite el esquema habitual de premios y castigos.
- ◆ Detecte niños que sufren en su hogar una responsabilidad económica, moral o afectiva superior a la que les corresponde y busque un diálogo con sus padres. ①





*En voz de los campeones*

“El objetivo del Olimpismo es poner siempre el deporte al servicio del desarrollo armónico del hombre, con el fin de favorecer el establecimiento de una sociedad pacífica y comprometida con el mantenimiento de la dignidad humana.”

—Carta Olímpica

# Dignidad

“**Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos.**”

—Declaración Universal de los Derechos Humanos

# El zoológico soñado

**E**l arquitecto Fernando Rubalcava había tenido una carrera impecable, llena de proyectos grandes y hermosos en su ciudad: monumentos, edificios, jardines amplios y arbolados. Siendo muy joven se casó con una de las chicas más populares de aquel entonces, Susana Martín, y tuvieron dos hijos: Joaquín y Mariana. Fernando trabajaba hasta la madrugada, pero era también un padre amoroso y tierno con sus hijos. Todo era alegría hasta que una sombra apareció en sus vidas: el alcohol. Al inicio Fernando tomaba una copa “para relajarse”, luego dos y después botellas completas. Perdió el control, empezó a fallar en su trabajo y lo abandonaron fama y fortuna.

Al ver esto sus colegas se reían de él y decían que la mezcla para sus edificios se hacía con ron. Sus hermanos no lo invitaban a sus reuniones (“No vaya a ponerse imprudente”) y parecía un extraño en su casa: Susana lo ignoraba, Joaquín lo evitaba y los vecinos se divertían contando chismes (“Ya no le permiten entrar a la escuela de los niños”). Hasta el policía y el barrendero le negaban el saludo. Sólo Mariana seguía viendo en él al mismo hombre que la había arrullado y la había enseñado a cantar. Si se quedaba dormido en el sillón le quitaba los zapatos y lo ayudaba a acostarse. Si regresaba golpeado de la calle, lo curaba con violeta de genciana y le decía dulcemente: “Eres el mejor de todos”.

Por aquellos días se planeaba construir un nuevo zoológico en la ciudad y las autoridades organizaron el concurso “El zoológico soñado”. Los alumnos de sexto debían hacer una maqueta del



zoológico que les gustaría tener. El proyecto ganador sería el modelo a seguir. Mariana llegó a casa y le dijo a su padre: “Hoy no puedes beber. Tienes que ayudarme con una tarea”. Por primera vez en muchos meses, el arquitecto no salió a tomar. Sacó sus instrumentos y juntos empezaron a hacer la maqueta en la que cobró forma un pequeño paraíso poblado por venados, castores, tigres y gacelas sueltos entre lagos, cuevas y praderas. Cuando la terminaron, Fernando le dio un beso a Mariana: “Hoy me hiciste sentir que sigo siendo tu papá y un buen arquitecto”.

La maqueta ganó el concurso y se organizó la ceremonia

de premiación. Mariana puso una condición para asistir: que invitaran a su papá. El arquitecto, sin haber bebido, se sentó en el lugar menos visible del auditorio (le daba vergüenza estar entre la gente). Nadie quiso sentarse junto a él. Cuando Mariana subió al foro para recibir el trofeo pidió silencio en la sala. “Hice trampa” —explicó—. Yo no elaboré sola la maqueta. Me ayudó mi papá, el mejor arquitecto.” Bajó y le entregó el trofeo a Fernando. Cuando Mariana lo abrazó, él le susurró al oído: “Gracias por tenerme en tu corazón. Por ti voy a hacer el esfuerzo de aliviarme. Te prometo que, cuando esté listo, tú y yo iremos a pasear todas las tardes a nuestro zoológico soñado”. 🗣️

## Reflexiona

- ¿Consideras que, por estar enfermo de alcoholismo, el arquitecto dejó de valer como persona?
- ¿Te parecen justas las actitudes de rechazo que las demás personas tenían con él? ¿Piensas que éstas lo sumían más en su problema?
- ¿Qué fue lo más importante que hizo Mariana? ¿Recordarle a él su propio valor o recordar su valor ante los demás?
- ¿Qué crees que ocurrió después? ¿Logró curarse el arquitecto?



## Los portadores del fuego

**E**n los Juegos Olímpicos hay un reconocimiento más importante que las medallas de oro y plata, reservado a aquellos que han alcanzado el máximo mérito y la mayor dignidad como deportistas y seres humanos: ingresar al estadio principal, el día de la inauguración, portando la antorcha con el fuego olímpico para encender el pebetero olímpico, un recipiente en el que arderá la llama durante todo el desarrollo de los Juegos. En los Juegos de la antigua Grecia los sacerdotes custodiaban la flama en un recinto pues, según el mito, Prometeo se la había entregado a los seres humanos. El atleta vencedor en la carrera para llegar hasta ese espacio se ganaba el privilegio de encender una antorcha y portarla hasta la ciudad de Olimpia, donde se llevaban a cabo las competencias. Allí se encendía un nuevo fuego en homenaje a Zeus, el dios más importante de aquella cultura.

Los Juegos modernos recuperaron esa costumbre a partir de Ámsterdam, 1928. Un sencillo empleado de una compañía eléctrica la encendió sin mayor significado. En Los Ángeles, 1932, adquirió mayor realce y el barón Pierre de Coubertin aseveró: “Que la Antorcha Olímpica siga su curso a través de los tiempos para el bien de la humanidad cada vez más ardiente, animosa y pura”. En los Juegos de Berlín, 1936, surgió una idea todavía más impactante: tomar el fuego del local de Olimpia, Grecia, donde se celebraban hace siglos las Olimpiadas y transportar la antorcha mediante un sistema de relevos hasta la sede principal. De este modo, ese poderoso fuego ha atravesado mares y continentes.

El honor de ser el último relevo y encender el pebetero se reserva a atletas destacados y figuras sobresalientes por algún motivo. En los Juegos de Helsinki, 1952, la encendió Paavo Nurmi, medallista en los Juegos de 1920, 1924 y 1928. En los de Tokio, 1964, el honor correspondió al corredor japonés Yoshinori Sakai, nacido en la



ESPÍRITU DEPORTIVO

**El vencedor que llegó al último**

**JOHN AKHWARI**

(1938-)

La derrota es un triunfo cuando se vive con dignidad, conciencia del propio valor y el compromiso que tenemos con los demás. John Stephen Akhwari tuvo el honor de representar a Tanzania, su país, como maratonista en México, 1968. Al inicio de la competencia salieron 75 participantes. El ganador, Mamo Wolde, triunfó con un tiempo de 2 horas 20 minutos. Sólo 57 completaron la carrera. Stephen Akhwari se tropezó y se hizo una profunda herida en la rodilla. Como pudo, se vendó, se incorporó y siguió corriendo. El sol se había puesto y sólo quedaban unas pocas personas que lo vitorearon al verlo entrar. Llegó en último lugar, a las 3 horas con 25 minutos. “Mi país no me envió para iniciar la carrera, sino para terminarla” explicó.

ciudad de Hiroshima el 6 de agosto de 1945, el mismo día en que la bomba atómica destruyó la ciudad. Con ello demostró al mundo el renacimiento de su país. La ceremonia también ha servido para reconocer la dignidad de figuras discriminadas u oprimidas. En los Juegos de México, 1968 Enriqueta Basilio fue la primera mujer en la historia en encender el pebetero olímpico. En Barcelona, 1992 ocurrió uno de los episodios más conmovedores de esta tradición. El arquero paralímpico Antonio Rebollo no podía caminar para encenderlo. Sin embargo, lo prendió lanzando con gran fuerza y precisión una flecha encendida.

La antorcha ha cambiado de forma y se han diseñado sorprendentes mecanismos para encender el pebetero. En Beijing, 2008 Li Ning, conocido como el “Príncipe de la Gimnasia” por sus triunfos en Los Ángeles, 1984, se elevó un sistema de cables y pareció volar hasta el pebetero. Más allá de esas proezas espectaculares y de la antigua religión de Zeus, el fuego olímpico es un símbolo de la dignidad, el honor y la fuerza inseparables del ser humano. 🕒

En Beijing, como el “Príncipe sus triunfos en Los por el aire gracias a pareció volar hasta el

## Tarjeta roja

### COMPETENCIAS PARA LOS SALVAJES

Todos los seres humanos, por el mero hecho de pertenecer a esa especie, tienen igual dignidad. Los organizadores de los Juegos de San Luis, 1904 no estuvieron conscientes de ello. Mientras en las competencias regulares participaron los atletas de lo que ellos consideraban “el mundo civilizado”, presentaron una feria antropológica con supuesto interés científico. En ella instalaron a los “salvajes” con pequeñas escenografías de su hábitat. Entre éstos se contaban nativos africanos, indígenas de México y la Patagonia, turcos, sirios y orientales. Incluso se organizaron dos días de torneos para poner en evidencia la torpeza e incapacidad de esos “primitivos”. Treinta mil espectadores fueron cómplices de ese evento.



## La dignidad es mi valor

Una vez más regresa al índice de nuestro libro *Campeones de valor* y revisa el listado de los valores que aparecen en él. ¿Cuáles forman parte de tu vida? ¿Cuáles sientes más cerca de ti? Identifícalos. Una persona digna conoce sus valores personales y reconoce los de los demás, los sitúa en una escala adecuada y actúa con respecto a ellos. Con base en esos valores se concede aquello que merece: por ejemplo el tipo de trato que está dispuesta a aceptar. Para ello requiere tener un juicio objetivo de sí misma a la luz de los derechos y principios de su comunidad. Una vez que tiene claros sus valores y relaciones se comporta de acuerdo con ellos. La dignidad se apoya en la autoestima y la confianza en ti mismo para mantener la fe en tus propios valores.

## Con ganas de triunfar

- ◆ No aceptes de los demás un trato despectivo o grosero. Mereces que te traten con respeto y consideración.
- ◆ No des a los demás un trato abusivo o irrespetuoso, aprende a concederles la importancia que merecen.
- ◆ Si perteneces a un grupo en desventaja, por ejemplo, si sufres una discapacidad, defiende tu derecho a un trato digno.
- ◆ Aprende a tratar con la consideración y el cuidado necesarios todo lo que te rodea: las plantas, los animales y el mobiliario urbano que pertenece a la comunidad. 🌱



## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la dignidad. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Consideren a los niños como sus iguales y trátenlos en función de esa igualdad.
- ◆ Pidan su aprobación previa para ingresar a su espacio y esfera de actividades.
- ◆ No exageren los elogios por sus logros ni sus críticas por sus errores.
- ◆ Enséñenlos a apreciar la dignidad de las demás personas.

### Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de la dignidad y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

- ◆ Controle, de manera decisiva, los casos de acoso o *bullying*. Está comprobado que menoscaban la autoestima.
- ◆ No tolere un trato abusivo o grosero por parte de los alumnos.
- ◆ Acérquense a algún grupo vulnerable de su comunidad y busquen una experiencia de integración con éste para encontrar que todos compartimos la misma esencia humana. 🙌





*En voz de los campeones*

“Empiezo a juntar la madera para la fogata y cada día que entreno le agrego un poco más de combustible. En el momento apropiado enciendo el cerillo.”

—Mia Hamm, jugador de fútbol en Atenas, 2004



**“Hay que agotar  
todos los esfuerzos  
antes de quejarse.”**

*—Teresa de Lisieux*

# Esfuerzo



# Una planta del desierto

**A**polinar Arzate nació en un pueblo de Chihuahua. Quedó huérfano desde muy pequeño y fue de un orfanato a otro. Un día Mauricio, el amigo que conoció en un hogar juvenil, le propuso que hicieran un negocio. En el desierto cercano crecían unas plantas de lechuguilla con una fibra gruesa, muy útil para elaborar cuerdas, costales y tapetes. Un comprador pagaba algunos pesos por el kilo. Los dos jóvenes aprovechaban los días sin clases para ir a cosechar las plantas. Se lastimaban las manos con las púas, se agotaban con el calor y la sed... Sin embargo, iban ganando algo de dinero.

Al ver la entrega de ambos el comprador les prestó una cantidad para que adquirieran equipo y contrataran más gente. Así lo hicieron y al poco tiempo ya tenían un pequeño negocio que fue mejorando pues se halló que la lechuguilla también servía para hacer escobetas y hasta para reforzar la mezcla de las construcciones. Le pagaron el dinero al patrón, siguieron dedicados al trabajo con el mismo interés y llegaron a juntar una pequeña fortuna.

Apolinar nunca se casó y cuando ya era anciano quedó bajo el cuidado de sus sobrinos Clara, Gerardo y Ernesto, a los que mantenía. Clara medio arreglaba la casa viendo la televisión, Gerardo se la pasaba buscando empleo sin ganas de encontrarlo y Ernesto, el menor, era aprendiz en un taller de hojalatería, al que siempre acudía con formalidad y donde aprendía de sus mayores.

La esperanza de Clara y Gerardo era apropiarse de la fortuna del tío para gastarla en muchos lujos que habían soñado. Pero por viejito que estuviera, don Apolinar se daba cuenta. A Ernesto el dinero no le importaba, lo que sí le gustaba era platicar con el tío sobre cómo había iniciado aquel negocio con una planta tan sencilla. Un

día el tío lo llamó y le dijo “Tú nunca me pides nada, pero yo te voy a ayudar”.

Recordando la historia de su juventud le prestó una cantidad para



que pusiera su propio taller. “El capital aquí está —le explicó—, pero el esfuerzo te corresponde a ti.”

Ernesto pensó en lo difícil que había sido para su tío reunir esa suma y supo que se le abría una oportunidad. También pensó en su propia vida y lo aburrido que sería andar como sus hermanos, sin hacer nada. Tomó el dinero y puso un sencillo taller que pronto se hizo famoso por lo bien que trabajaba. ¡Nadie sacaba los golpes ni igualaba la pintura como él! Los autos quedaban como nuevos. Trabajaba hasta los sábados para entregar a tiempo y contrató a sus hermanos como ayudantes. Poco a poco fue recuperando la cantidad del inicio y se la devolvió a don Apolinar. Cuando el taller fue un negocio próspero, Ernesto seleccionó a su empleado más trabajador y le prestó una pequeña cantidad para poner su negocio. 🕒



## Reflexiona

- ¿Piensas que fue fácil el negocio del tío Apolinar?
- ¿Cuál fue el principal factor que le permitió tener éxito?
- ¿Qué piensas de Clara y Gerardo que sólo querían recibir el dinero?
- ¿Qué hubieras hecho en el caso de Ernesto?
- ¿Qué pequeño negocio te gustaría iniciar?



ESPÍRITU DEPORTIVO

**Un inesperado  
triunfador**  
**JOSÉ PEDRAZA  
ZÚÑIGA**

(1937-1998)

Originario del Rancho La Mojonera, Michoacán, José Pedraza se incorporó al Ejército Mexicano a los 15 años y junto con la carrera de las armas comenzó a practicar la marcha deportiva. No logró calificar para los Juegos de Roma, 1960, ni para los de Tokio, 1964, pero sí para los de México, su país. El 14 de octubre de 1968 participó en la prueba de los 20 km. A los 12 km iba apenas en la posición 16 pero apretó la marcha y pasó al 3. Cuando entró al estadio el público le gritaba: "¡Vamos, mi sargento! ¡Es por México!". Inspirado por ese entusiasmo hizo un esfuerzo adicional y conquistó la plata: había llegado sólo dos segundos después del soviético Vladimir Golubnichy, el medallista de oro.

## Deportes de resistencia

**L**os Juegos Olímpicos son un escaparate en el que podemos ver las más variadas manifestaciones deportivas. Algunos son deportes de exhibición, otros pertenecen al ciclo de competencias. A lo largo de la historia el número de deportes incluidos ha ido cambiando. Los Juegos de Atenas, 1896 incluyeron 9 deportes. Medio siglo después los de Melbourne/Estocolmo, 1956, presentaron 17. Los de Londres, 2012 contaban con 26 deportes y 300 eventos.

Los deportistas que llegan a este certamen, sin importar la disciplina que practiquen, han hecho un gran esfuerzo para conseguir su lugar. Sin embargo, hay algunos deportes que exigen, en especial, un extraordinario rendimiento físico por parte de cada atleta sumado a un gran trabajo de concentración antes y durante las competencias. En alguna época ciertos de esos deportes se consideraban sólo para hombres, con el tiempo las mujeres se incorporaron a ellos en variantes adecuadas a su capacidad y rendimiento. Hoy unos y otros han roto



récords demostrando que el esfuerzo siempre puede conducir a un nivel más alto. ¿Cuáles deportes son los que requieren mayor esfuerzo físico? Podemos mencionar los eventos de natación que exigen una gran velocidad para distancias cortas (50 metros) o una gran resistencia para distancias largas (10 kilómetros). Lo mismo ocurre con las competencias de atletismo que se desarrollan en la pista: las carreras van de los 100 metros hasta los 10 kilómetros. En esta última medida es necesario mantener el esfuerzo por casi dos horas, sin descuidar la velocidad pues el triunfo es, como siempre, para quienes lleguen en los tres primeros lugares. Algo semejante ocurre en las variedades de ciclismo. Otra prueba que exige mucho de sus participantes es el canotaje, en especial el eslalon que se verifica en aguas bravas donde hay que remar para avanzar rápido, pero procurar que la canoa no se vuelque.

No hay que olvidar la halterofilia, el levantamiento de pesas que demanda usar la máxima fuerza muscular. Las categorías oscilan entre 56 kilos y más de 105 para los hombres, y entre 48 kilos y más de 75 para las mujeres. En unos cuantos segundos tienen que alzar la pesada barra en un solo movimiento o en dos. Mencionemos, por último, las competencias que exigen un conjunto de esfuerzos diferentes como el

triatlón (3 pruebas) y el pentatlón (5). Esta selección no el gran rendimiento que requieren futbolistas, luchadores y gimnastas. Organiza una carrera en un parque de tu comunidad, corre lo más rápido que puedas dando todo de ti; en ese momento sabrás lo que sienten los deportistas olímpicos. ①

ignora, por supuesto,

### Tarjeta roja

#### UNA ATLETA RENCOROSA

La patinadora estadounidense Nancy Kerrigan obtuvo una medalla de bronce en los Juegos de Invierno en Albertville, 1992 y se preparó con gran esfuerzo para los de Lillehammer, 1994. Su principal rival era la también estadounidense Tonya Harding quien quería alejarla de la competencia. La mandó golpear para dejarla incapacitada pero por fortuna las lesiones no fueron mayores. Las dos calificaron para los Juegos de 1994. Harding quedó en octavo lugar; Kerrigan obtuvo la medalla de plata. Cuando se esclareció la verdad Harding fue expulsada de la Federación Estadounidense de Patinaje y quedó vetada para participar en competencias internacionales.

## El esfuerzo es mi valor

La palabra *esfuerzo* está relacionada con la idea de fuerza. En otros capítulos de este libro hemos criticado el uso de la fuerza combinada con la violencia para lograr los objetivos que se buscan, pero en éste la entendemos de una manera diferente. Una persona esforzada está llena de energía y usa su fuerza con propósitos creativos que van más allá de lo que todos hacen. Lleva a cabo su misión de una manera natural y espontánea, sin necesidad de que alguien la presione y sin esperar algún tipo de reconocimiento. El valor del esfuerzo está ligado a la esperanza y a la confianza, pues quien lo vive está convencido de que logrará alcanzar su objetivo.

## Con ganas de triunfar

- ◆ Más allá de las buenas notas busca ir siempre más lejos de lo que te enseñan en la escuela: lee, investiga e indaga por tu cuenta.
- ◆ Incorpora actividades que exijan esfuerzo físico de tu parte.
  - ◆ Prefiere siempre la actividad al ocio. Busca oportunidades para aplicar tu esfuerzo: mejoras en tu habitación, en tu casa y tu comunidad.
  - ◆ Hay diversas tareas que no siempre son gratas o divertidas. Considéralas como una oportunidad de poner a prueba tu capacidad de esforzarte. ①



## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor del esfuerzo. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Inculquen en ellos la idea de que todo lo que se comienza debe terminarse. Eviten que dejen a medias las tareas que iniciaron.
- ◆ Reconozcan los resultados positivos que obtengan a través del esfuerzo. Desalienten las trampas.
- ◆ Compartan con ellos sus historias personales de esfuerzo, siempre hay una.

### Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor del esfuerzo y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

- ◆ Háganles entender que el estudio es una forma adecuada de canalizar y ordenar su capacidad de esforzarse.
- ◆ Adviértanles de los peligros que entraña el éxito o el dinero fácil que se obtiene por medios ilícitos.
- ◆ Observen el desarrollo de cada alumno en forma individual y feliciten a cada uno por los logros.
- ◆ Aprendan a esforzarse ustedes mismos. 🙋



## *En voz de los campeones*

“Que reinen la alegría y el compañerismo para que, de esta manera, la antorcha olímpica siga su camino por diversas épocas apoyando la comprensión amistosa y pacífica entre las naciones por el bien de una humanidad cada vez más entusiasta, más valiente y más pura.”

—Pierre de Coubertin, fundador de las Olimpiadas modernas



# Paz

An illustration of a man with dark skin, wearing a yellow tank top and red shorts, running towards the left. He is holding a large, dark, conical torch with a bright flame in his right hand. The background is a light blue and white textured wall, and the ground is a simple green field.

“Paz y  
tranquilidad:  
he aquí la  
fórmula de  
la felicidad.”  
—Proverbio chino

# El soldado herido

Jacinto y Rosendo eran dos niños que vivían en una hacienda de Puebla por 1840. Sus padres estaban empleados en los trabajos de labranza y ellos se hicieron grandes amigos. Iban juntos a nadar, salían a montar a caballo cuando los dejaban y compartían todo, incluyendo sus sencillos juguetes, como una resortera y unas canicas de brillante vidrio traídas de la capital. Los habitantes del lugar les decían “los hermanos”, pues siempre andaban juntos, como si fueran de la misma familia, como si llevaran la misma sangre.

Un día pasó por la hacienda un vendedor de objetos usados que ofrecía su mercancía de pueblo en pueblo. A los niños les fascinó un viejo soldado de tela. Cuando preguntaron cuánto costaba descubrieron que juntando las monedas que cada uno tenía ahorradas podrían comprarlo y así lo hicieron. De día pasaban horas jugando con

el soldado,  
de noche  
éste los  
cuidaba.



Así corrían los meses hasta que, en una ocasión, los niños discutieron por un chisme sin importancia. Llegaron a las manos y comenzaron a disputarse el soldado de tela. Uno lo jaló de los brazos y otro de las piernas hasta que el juguete se desgarró en dos. Rosendo se alejó furioso; Jacinto recogió al soldado y se lo llevó a su madre para que lo cosiera. No volvieron a hablarse y el destino los llevó por diferentes rutas.

Entre 1858 y 1861 México se hallaba sumido en una terrible guerra entre dos bandos contrarios, los liberales y los conservadores, episodio conocido como Guerra de Reforma. Aunque los combatientes eran todos mexicanos, se peleaban por ideas contrarias. Las batallas se sucedían, el centro del país estaba en llamas y morían centenares. Los dos niños de Puebla eran ahora mayores de edad. Jacinto encabezaba una tropa liberal, Rosendo una tropa conservadora. Quiso el azar que ambas se encontraran en un paraje del Estado de México y se preparan para combatir. La batalla estaba a punto de estallar y los soldados, jóvenes como ellos, se alistaban.

Poco antes de iniciar el fuego, Jacinto envió a uno de sus hombres al campamento de Rosendo para solicitarle una entrevista. Cuando llegó a verlo, Rosendo lo reconoció de inmediato y no supo qué decirle después de tantos años. Jacinto metió la mano en la bolsa de su abrigo y sacó al viejo soldado de tela, con las gruesas puntadas que eran como la cicatriz de una grave herida: “Amigo —le dijo a Rosendo—, hace años herimos de muerte al mejor soldado de tela. ¿Es justo que hoy hagamos que se enfrenten soldados de carne y hueso?” Con lágrimas en los ojos Jacinto abrazó al juguete de su infancia e indicó a su tropa bajar las armas. 🚫



## Reflexiona

- ¿Valió la pena poner fin a la amistad por un chisme sin importancia?
- ¿Qué hubieran podido hacer Jacinto y Rosendo para hallar una solución a su problema?
- ¿Por qué se desquitaron con el soldado de tela?
- ¿Qué hubiera ocurrido si las dos tropas se hubieran enfrentado en la batalla?



ESPIRITU DEPORTIVO

### El poder de la paz PIERRE DE COUBERTIN

(1863-1937)

Originario de París, Francia, el barón Pierre de Coubertin estaba convencido de la urgencia de un cambio social en el mundo de su época basado en la igualdad entre las personas y la república como forma de gobierno. Tras estudiar Ciencias Políticas viajó por diversos países para apreciar los progresos sociales realizados. Visitó Grecia donde conoció los hallazgos arqueológicos de los edificios relacionados con los antiguos Juegos Olímpicos y pensó que reunir a los atletas internacionales en una competencia donde también se presentaran otras manifestaciones culturales; era una celebración de la paz, el respeto y la igualdad. Fue presidente del Comité Olímpico Internacional y de la Unión Pedagógica de Lausana, Suiza. Murió en Ginebra, a causa de un infarto.

## Las Olimpiadas modernas

**D**etrás de los Juegos Olímpicos hay una intención profunda, ligada a los valores de convivencia, especialmente a la paz entre los hombres y países. Ésa fue la idea que animó a su promotor, el barón Pierre de Coubertin, quien propuso “reunir a las asociaciones deportivas de todas los países en un vínculo consagrado por la celebración de competencias periódicas”. Su modelo fue el festival deportivo realizado en la antigua Grecia a partir del siglo VI a. C.

A Coubertin le interesaba promover los Juegos pues a fines del siglo XIX las naciones europeas vivían tensiones políticas que amenazaban con provocar una guerra. Su proyecto cobró forma y en abril de 1896 se inauguraron en Atenas los primeros Juegos con 14 países y 241 deportistas. La cifra aumentó en las siguientes ediciones y se había duplicado en los Juegos de Estocolmo, en 1912.



Este exitoso inicio sufrió un tropiezo: la Primera Guerra Mundial, ocurrida entre 1914 y 1918, en la que se enfrentaron las naciones que tiempo atrás convivían pacíficamente y murieron unos diez millones de personas.

En 1919 los países en guerra celebraron una Conferencia de Paz en París y, de este modo, se reanudaron los Juegos Olímpicos con la celebración de Amberes, 1920. En éstos quedaron excluidos Alemania, Hungría, Austria, Bulgaria y Turquía, por su actuación durante la guerra. Pero el movimiento olímpico demostró que el esfuerzo por la paz y la concordia supera los conflictos. Así, se llevaron a cabo los juegos de París, 1924; Ámsterdam, 1928; Los Ángeles, 1932 y Berlín 1936, cuando tomaron parte 49 naciones. Desafortunadamente a partir de 1939 otro conflicto, la Segunda Guerra Mundial, ocasionó que se suspendieran de nuevo. Cuando la guerra concluyó, en 1945, parecía imposible restablecer la armonía entre las naciones. Para demostrar la fuerza del ideal olímpico de la paz y la fraternidad, los Juegos se reanudaron con la edición de Londres, 1948, en la que intervinieron 59 países. A partir de entonces las ediciones han sido continuas y los Juegos han logrado superar todos los conflictos políticos. ①

## Tarjeta roja

### EL AGRAVIO

La violencia, valor contrario a la paz, tiene graves consecuencias. En 1956 la Unión Soviética invadió Hungría para sofocar la Revolución que buscaba mayor independencia con respecto a aquel país. Meses más tarde, en los Juegos Olímpicos de Melbourne, se enfrentaron los equipos de waterpolo de ambas naciones. Desde el inicio hubo mucha tensión. El jugador estrella de Hungría Erwin Zádor recibió un puñetazo del ruso Valentin Prokopov. La policía suspendió el evento que hasta la fecha se considera un ejemplo contrario al espíritu olímpico.



## *Camino a la victoria*

### *La paz es mi valor*

Una persona pacífica es una persona serena que no se deja afectar por las circunstancias desfavorables y jamás reacciona con violencia. No es fría ni insensible, tiene sentimientos fuertes y adecuados que la hacen sentirse como una persona independiente capaz de enfrentar las dificultades, sin dejar que la arrastren las circunstancias que no pueden controlarse. Nunca pierde el dominio de sí misma ni se siente afligida por los problemas.

Sus principales recursos para tratar los conflictos con los demás son la reflexión, el diálogo y la búsqueda de acuerdos. La paz y la serenidad superan el temor y el nerviosismo; han sido los grandes objetivos de los sabios y las naciones.

### *Con ganas de triunfar*

- ◆ Trata de mantener siempre el control sobre tus emociones. Nunca te dejes guiar por emociones negativas como el temor, el enojo o el odio, pero busca controlar tus emociones positivas como el excesivo entusiasmo.
- ◆ En cualquier situación que te produzca inquietud (un examen, un problema familiar, el disgusto con un amigo) toma un instante para pensar qué conviene hacer y recurre al diálogo con las personas adecuadas.
- ◆ ¡No sigas la corriente! Rechaza todas las formas de violencia, aunque algunas parezcan estar de moda.
- ◆ Evita las discusiones y peleas, jamás recurras a la fuerza física para defender un punto de vista: tu carácter es mucho más poderoso. 🗣️



## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la paz. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

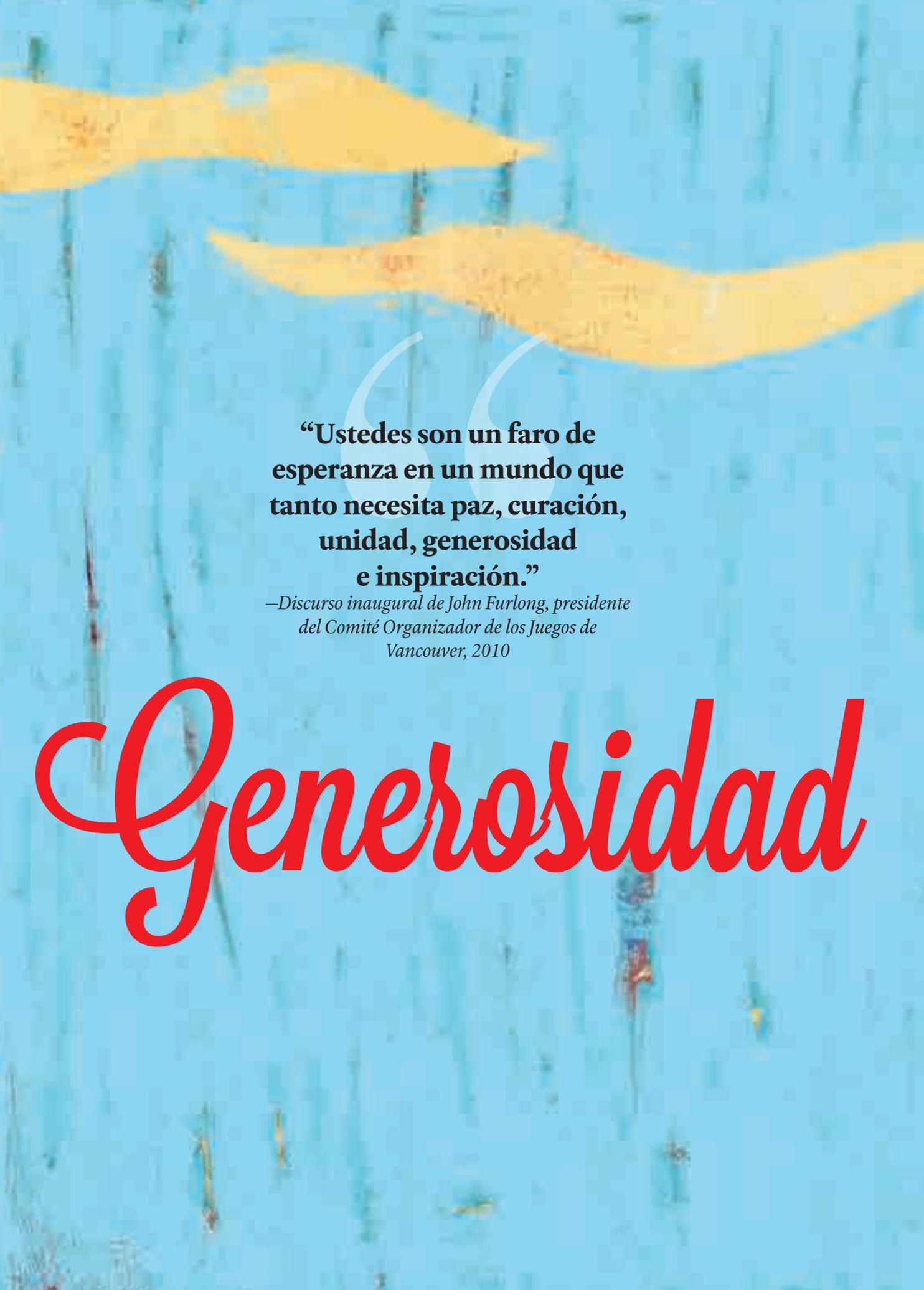
- ◆ A pesar de los problemas que ustedes enfrenten, ofrezcan a los niños una imagen de estabilidad y control.
- ◆ Si ustedes sufren conflictos interpersonales opten siempre por el respeto y la búsqueda de acuerdos.
- ◆ Deben fomentar la armonía entre hermanos.

### Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de la paz y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

- ◆ Promueva entre sus alumnos actitudes críticas con respecto a las situaciones de violencia.
- ◆ Entrénelos para resolver sus conflictos y diferencias mediante la enseñanza de valores como el diálogo, la tolerancia y el respeto.
- ◆ Contenga las emociones negativas que experimente durante su trabajo. 🧘





**“Ustedes son un faro de  
esperanza en un mundo que  
tanto necesita paz, curación,  
unidad, generosidad  
e inspiración.”**

*—Discurso inaugural de John Furlong, presidente  
del Comité Organizador de los Juegos de  
Vancouver, 2010*

# Generosidad



*En voz de los campeones*

“Haz todo el bien que puedas,  
por todos los medios que puedas,  
de todas las formas que puedas,  
en todos los lugares que puedas,  
todas las veces que puedas,  
a todas las personas que puedas,  
todo el tiempo que puedas”.

—John Wesley

# La cobija de espuma

**E**n una vieja vecindad de la Ciudad de México arruinada por el tiempo vivía Ramona, una viuda, con sus pequeños Mariana y Joaquín. Había sido costurera en una fábrica, pero la habían despedido hacía dos meses. No tenía ahorros y una noche no sabía qué darles de cenar. Aquel día el hambre se veía en sus rostros pálidos y ojerosos. “¿Qué haré?”, se preguntó. “¡Ya sé! Voy a ver a doña Zenaida.” Se refería a la anciana portera del edificio, una buena mujer que siempre parecía tener una solución para todo.

Salió al patio y llamó a la puerta de doña Zenaida, quien la invitó a pasar y, mientras tejía una cobija de estambre, escuchó el problema. “No te preocupes”, dijo la anciana. “Vivo sola y siempre me queda comida, en el refrigerador hay arroz y picadillo del mediodía, llévatelos.” Ramona encontró los trastes y los tomó. Antes de salir doña Zenaida la detuvo: “Te falta algo porque mis muchachos tienen que crecer bien, luego me ayudan a barrer y me hace feliz verlos saltar la cuerda con tanta energía”. Le extendió una bolsa con dos bolillos y tres piezas de pan dulce y un cartón de leche que tomó del anaquel del comedor. “Muchas gracias por compartir su pan, doña Zena”, le dijo Ramona al salir.

Mariana, Ramona y Joaquín cenaron con apetito pues doña Zena cocinaba rico, aunque con algo de chile. Conversaron muy alegres durante la merienda pues



Ramona les dijo que al día siguiente tenía una entrevista de trabajo. El sueldo no era muy bueno, pero ya no les faltaría para comer. Brindaron con tres vasos de refresco frío y se levantaron a lavar las cacerolas de doña Zena. En una de ellas metieron las pocas galletas Marías que les quedaban en la despensa. Marta y Joaquín se fueron a dormir. Ramona dudó en llevar los trastes pues ya era muy noche, pero se animó al ver prendida la luz de la portería.

Llamó a la puerta, entró y le preguntó a doña Zena qué hacía despierta tan tarde.

“Ay, hija, es que mañana nace el nieto de la señora de la estética y le prometí una cobija. Pero con estas manos torcidas por la artritis no he podido terminarla.” “No se preocupe, doña Zena, yo sé tejer, por favor présteme las agujas y el estambre”, dijo Ramona. Doña

Zena se resistió al inicio (“No hija, no te sientas comprometida”),

pero luego le dio los materiales. Ramona entendió bien el punto

y continuó el tejido con facilidad mientras

charlaban. Una buena jarra de café las

mantuvo despiertas y en calor en

aquella fría madrugada. Al amanecer,

cuando estaba saliendo el sol, doña

Zena se quedó dormida; a unas

cuadras el recién nacido, un

hermoso varoncito perfecto en

cada detalle, daba su primer grito de

vida, y la cobija —tan suave y ligera que

parecía de espuma—, estaba lista. Todos

eran más ricos que la tarde anterior. 🧡

## Reflexiona

- ¿Cuáles ejemplos de generosidad puedes distinguir en esta historia?
- ¿Se limitan sólo a la entrega de bienes materiales?
- ¿Cómo se relacionan los valores de la generosidad y la solidaridad?
- ¿Por qué crees que al final de la historia todos fueron más ricos? ¿Tenían más dinero o propiedades?
- ¿Cuál de los personajes tenía mayor necesidad de ayuda?





ESPÍRITU DEPORTIVO

### El regalo de papá **ANDRE AGASSI**

(1970-)

En los Juegos de Atlanta, 1996, el tenista estadounidense André Agassi obtuvo la medalla de oro en la competencia individual. Ése fue sólo uno de los reconocimientos que ha obtenido en las competencias más importantes del mundo como el Abierto de Australia, el Abierto de Estados Unidos, el Torneo de Wimbledon y el Roland Garros.

Esa brillante carrera inició de una forma muy sencilla, marcada por un acto de generosidad. Su padre, el boxeador olímpico Emmanuel Aghassian, quería que fuera tenista y le regaló una pequeña raqueta cuando tenía dos años.

## La labor de los voluntarios

Una de las mayores expresiones de generosidad en el desarrollo de los Juegos Olímpicos es el papel que desarrollan los voluntarios, las personas que, sin recibir pago, realizan diversas tareas para contribuir a su exitosa celebración. Sus características fundamentales son tres: *compromiso voluntario*, *altruismo* y *voluntad de contribuir a la sociedad*.

La historia del voluntariado olímpico se divide en cuatro etapas. De Atenas, 1896 a Berlín, 1936 los esfuerzos vinieron de grupos como el ejército y los *boy scouts* y de cientos de voluntarios anónimos de las federaciones deportivas. En las ediciones que fueron de Londres, 1948 a Montreal, 1976, los Juegos recibieron el apoyo de organizaciones similares, así como de las redes de trabajo social y voluntariado para otras causas que ya existían en las sedes. Sin embargo, creció el número de individuos comunes que consideraban un gran honor ser parte del movimiento.



En el reporte oficial elaborado para los Juegos de Barcelona, 1992, se definió el concepto de voluntario: “Una persona que establece un compromiso individual y altruista para colaborar con sus mejores aptitudes en la organización de los Juegos desarrollando las tareas que se le asignen sin recibir pagos o recompensas de algún tipo”. El programa de voluntariado comenzó en los Juegos de Lake Placid, 1980, con la participación de seis mil personas. En las ediciones siguientes (Los Ángeles, 1984; Sarajevo, 1984; Calgary, 1988 y Seúl, 1988) los voluntarios desempeñaron un papel central, ya que sería muy difícil pagar al personal contratado para esos servicios.

Desde entonces y hasta hoy, los voluntarios desempeñan un papel fundamental al realizar tareas tan diversas como servir de intérpretes y traductores o ser anfitriones de los grandes personajes que acuden a los eventos. Mencionemos, asimismo, a aquellas personas que han donado recursos económicos para mantener vivo el proyecto de Pierre de Coubertin. En Londres, 2012 había 70,000 voluntarios. Fueron seleccionados entre 200,000 solicitantes deseosos de aprovechar lo que consideraron “una oportunidad única de participación y ayuda”. 📌

## Tarjeta roja

### EL PELIGRO DE LAS MARCAS

Si bien los Juegos empezaron como una fiesta del deporte y la convivencia en la que todos daban lo mejor de sí mismos sin intereses materiales, poco a poco se convirtieron en un enorme negocio global. Una de sus vertientes más importantes es la promoción de artículos deportivos de los grandes fabricantes del mundo e incluso de bebidas alcohólicas, comida “chatarra” y productos elaborados por compañías que no respetan los derechos humanos de sus trabajadores. Para Londres 2012 se esperaba que el país vendiera productos y servicios por 31,800 millones de dólares.



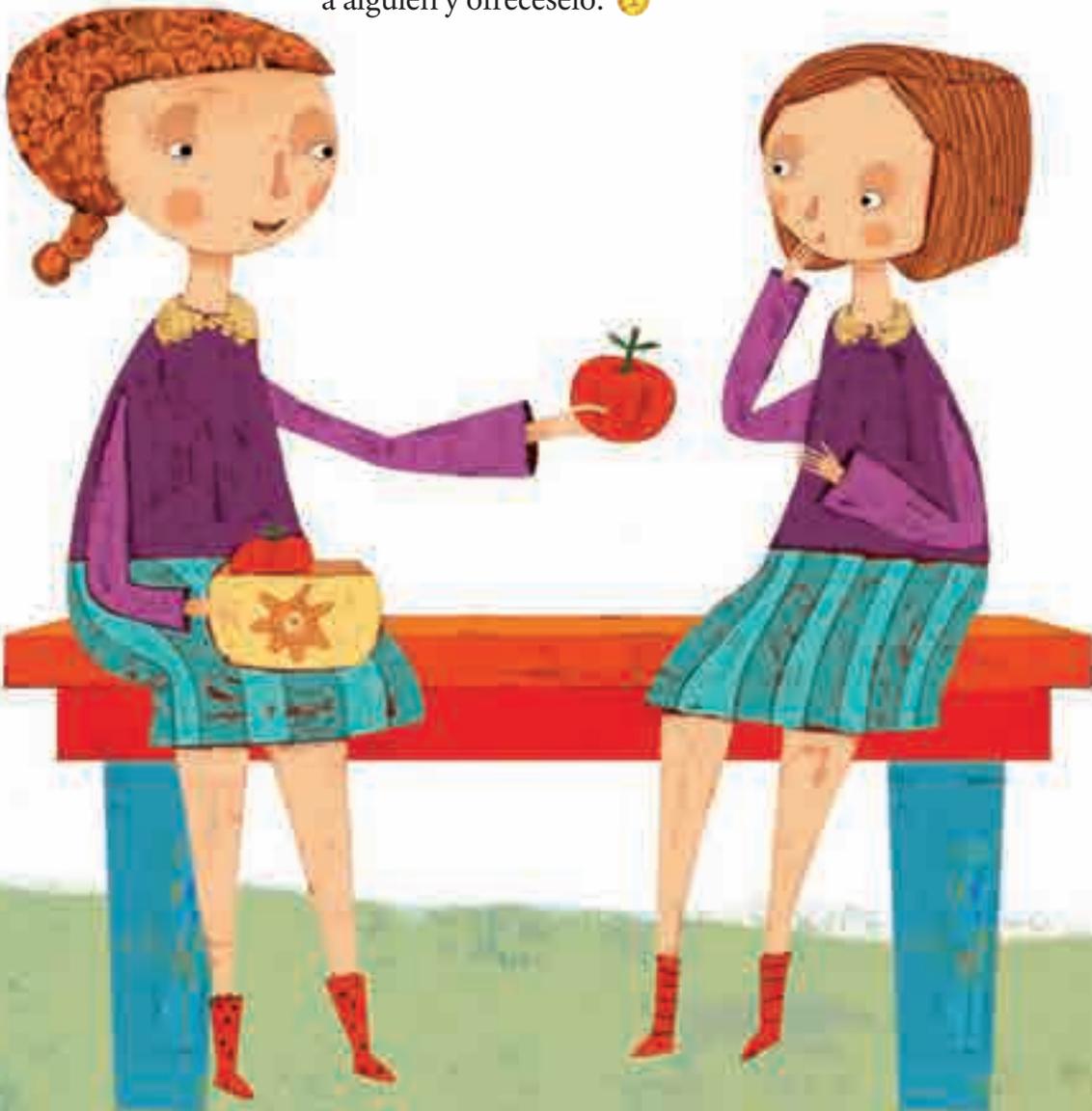
## Camino a la victoria

### *La generosidad es mi valor*

Una persona generosa experimenta gusto y placer en compartir con los demás todo lo que tiene sin afectar la satisfacción de sus propias necesidades. Este valor puede expresarse de forma material, mediante bienes u objetos. Pero existen muchas más formas de vivirlo: ayudar con una tarea o un consejo, compartir las propias habilidades, atributos y conocimientos.

### *Con ganas de triunfar*

- ◆ Cuando te decidas a dar algo hazlo con verdadero cariño y convencimiento.
- ◆ No le recuerdes al beneficiario lo que le diste, ni se lo pidas de regreso.
- ◆ Si tienes hermanos invítalos a que las cosas de cada uno se compartan entre todos.
- ◆ No codicies ni envidies aquello que tienen los demás.
- ◆ Antes de desechar cualquier objeto que todavía resulte útil piensa si puede servirle a alguien y ofréceselo. 📌



## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la generosidad. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Háganles entender que los bienes materiales no son los únicos valores que se pueden compartir. Eviten que el materialismo se convierta en el eje de su educación.
- ◆ Enséñenlos a recibir y agradecer, y a dar sin esperar agradecimiento. La verdadera generosidad busca producir cambios positivos, no recibir elogios.
- ◆ Háganlos conscientes de los chicos que se encuentran en desventaja material, familiar o emocional con respecto a ellos y orientenlos para dividir con ellos lo que tienen.
- ◆ Sean ustedes mismos generosos para comprender y corregir cariñosamente algún error, perjuicio o equivocación de los chicos.

### Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de la generosidad y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

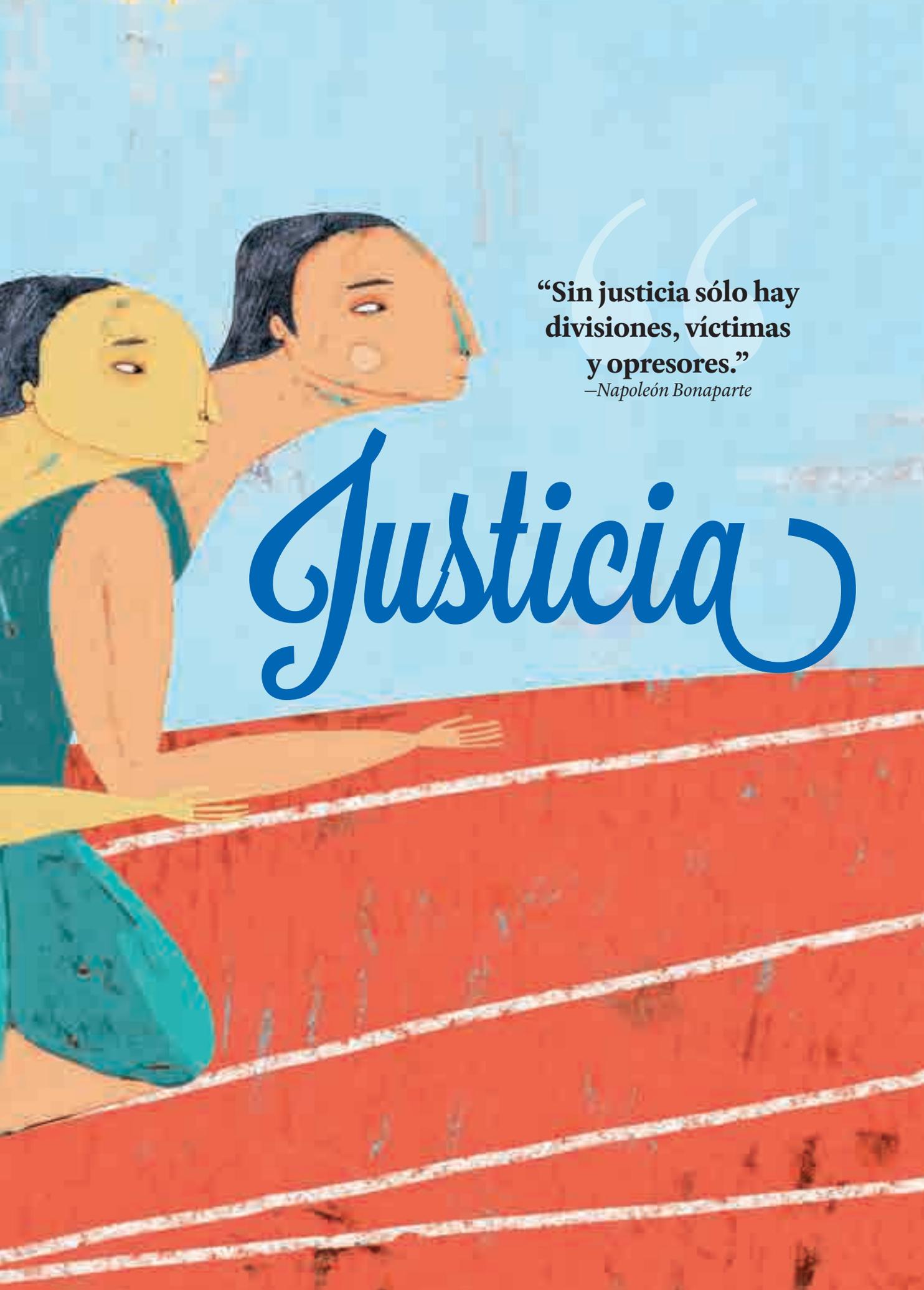
- ◆ Hagan que vean en el aula un espacio comunitario en el que se comparten ideas, conocimientos y materiales.
- ◆ Trabajen con la dirección para crear un programa para reutilizar libros, uniformes y útiles que los más grandes dejan de usar.
- ◆ Con respecto al lunch o refrigerio impulsen una experiencia comunitaria en la que cada uno pruebe un poco de lo que llevan los demás.
- ◆ Inculquen en ellos respeto por las personas indigentes y marginadas diseñando algún plan de ayuda o inclusión. 



*En voz de los campeones*  
“A la hora de competir no es justo dar  
menos de lo que puedes dar. Equivale  
a desperdiciar el don que tienes.”

—Steve Roland Prefontaine,  
corredor de fondo en Múnich, 1972



An illustration of two women running on a red track. The woman in the foreground is wearing a green tank top and a teal skirt, with her arms outstretched. The woman behind her is wearing a light blue shirt. The background is a clear blue sky. The word 'Justicia' is written in a large, blue, cursive font across the middle of the image. A quote by Napoleon Bonaparte is in the upper right, and a large white quotation mark is behind it.

**“Sin justicia sólo hay  
divisiones, víctimas  
y opresores.”**

*—Napoleón Bonaparte*

# Justicia


*Aventuras de valor*

# El brinco

**E**n el pueblo de La Quemada los juegos de azar estaban prohibidos hacía años, pues sólo traían problemas. Sin embargo, doña Enedina y don Roque, dueños de la tienda de abarrotes, tenían un “brinco”, como se les llama a los lugares de apuestas ilegales. Instalado en el traspatio de su casa, el juego principal eran peleas de gallos, una terrible costumbre llegada del Oriente. Pocos días antes de las peleas se corría la voz y la gente empezaba a cruzar apuestas. Llegada la fecha, los abarroteros organizaban una verdadera fiesta con pulque, aguardiente y cantantes de ranchero. Solían terminar entre gritos y sombrerazos que las autoridades del lugar ignoraban mediante un soborno.

En agosto de 1970 los abarroteros organizaron lo que según ellos era la “pelea del siglo”. En ella se enfrentarían, por primera vez, dos gallos temibles por su violencia: el Colorado y el Jalapeño. Nadie sabía que eran hijos de una misma gallina, ¡es más, habían llegado al mundo dentro del mismo huevo! La noche del enfrentamiento había más de cincuenta personas. El alcohol corría a chorros y la bolsa de las apuestas sumaba diez mil pesos.

Pero cuando soltaron a los gallos todo fue desilusión. El Colorado le dio un tremendo picotazo al Jalapeño, pero cuando éste lo iba a atacar reconoció a su hermano y ya no pudieron pelearse por más que la gente les gritaba.

Al ver que el enojo del público aumentaba los abarroteros empezaron a gritar “¡lárquense!”, pero antes tenía que resolverse el asunto del dinero. Los que habían apostado por el Colorado lo declararon vencedor por el picotazo del inicio. Los que habían apostado por el Jalapeño aseguraban un picotazo no bastaba para definir la victoria. Unos y otros comenzaron a zarandear a don Roque, árbitro de la pelea. Asustada, doña Enedina



salió y llamó a Benjamín, un policía que iba pasando. “¡Auxilio!”, gritó como una verdadera loca. El policía, nuevo en el lugar, le silbó a su compañero. Ambos entraron y los apostadores les explicaron lo ocurrido, pidiéndoles que hicieran justicia con respecto al dinero.

Benjamín vio todo aquel desastre y les dijo: “¿Quieren justicia?”. “¡Sí!”, gritaron los apostadores. “Pues vamos a empezar”, aseveró. “Quedan detenidos los dueños del lugar por celebrar peleas de gallos y servir alcohol sin licencia. También quedan detenidos los apostadores porque la ley del pueblo prohíbe los juegos; los cantantes, por desafinados, y los demás, por complicidad.” “¿Y el dinero? Te lo vas a robar...” dijo el dueño del Colorado. “No —respondió Benjamín—, se lo daré al juez responsable de decidir qué castigo les corresponde. Lo que sí me quedo son los gallos para protegerlos de ustedes.” Esa madrugada todos durmieron tras las rejas hasta que el canto del Colorado y el Jalapeño, que andaban sueltos, los despertó. ❶

## Reflexiona

- ¿Tiene derecho a pedir justicia quien actúa injustamente?
- ¿Qué opinas de las autoridades que permitían que el brinco estuviera abierto?
- ¿Hubieras hecho lo mismo que Benjamín? ¿Te parece bien que se haya quedado con los gallos?
- ¿Qué crees que les pasó a los apostadores?
- ¿Estás de acuerdo con los espectáculos en los que se hace daño a los animales?





ESPÍRITU DEPORTIVO

**El fundador  
del Tribunal**

## JUAN ANTONIO SAMARANCH

(1920-2010)

Originario de España, en 1954 se unió al Comité Olímpico de su país y comenzó su carrera con destino al Comité Olímpico Internacional. Fue su vicepresidente de 1974 a 1978 y accedió a la presidencia en 1980. Permitió la participación de atletas profesionales en el certamen y logró calmar con inteligencia las tensiones políticas ocurridas en los Juegos de Moscú y Los Ángeles. Durante su mandato se inauguró el Museo Olímpico de Lausana, Suiza. En 2001 se retiró y fue nombrado presidente honorario del COI.

## Justicia olímpica

La justicia tiene un papel muy importante en cualquier práctica deportiva. Tomando en cuenta que cada deporte se rige por reglamentos y que los encuentros más relevantes son competitivos, es indispensable que existan jueces y árbitros para vigilar que todo se desarrolle en orden, que no se cometan faltas y que cada equipo o integrante reciba lo que le corresponde. Tú mismo has visto cuando el árbitro de un partido de fútbol marca un penalti, y tu maestro de Educación Física puede explicarte que en cada deporte existe una persona o un conjunto de personas que cumplen una función semejante. Su tarea es impartir justicia, procurar el respeto a los derechos de los participantes y garantizar al público un juego limpio.

En el caso de los Juegos Olímpicos el arbitraje es esencial, considerando los variados incidentes que pueden

ocurrir en ellos. Los jueces y

árbitros que toman parte

son seleccionados por los

comités técnicos de cada  
Federación Nacional.

Se busca que

sean los que

mejor conocen

el deporte

que



van a calificar y que estén representados miembros de los cinco continentes para evitar favoritismos.

¿Qué ocurre cuando las disputas rebasan el alcance de esos jueces? A inicios de la década de 1980 las autoridades deportivas se percataron de que no existía una autoridad independiente especializada en su manejo. Juan Antonio Samaranch, presidente del Comité Olímpico Internacional (COI) de 1980 a 2001, pensó en crearla. Así surgió el Tribunal de Arbitraje Deportivo que entró en funciones entre 1983 y 1984 y continúa activo. Con sedes en Lausana, Sídney y Nueva York el Tribunal es permanente y establece tribunales especiales durante los Juegos Olímpicos. Resuelve las disputas relacionadas con el deporte en asuntos tan diversos como las acusaciones de dopaje (uso de drogas) o los contratos de los deportistas con sus patrocinadores. Con ese fin se establecen paneles de

tres expertos independientes en el asunto en cuestión. Cada juicio es confidencial, tiene un costo moderado y dura entre seis y doce meses. El Tribunal también puede trabajar como mediador buscando un acuerdo entre las partes en conflicto. De este modo preserva los ideales de armonía, fraternidad y honestidad que inspiran al movimiento olímpico. ①

## Tarjeta roja

### LA PATADA DE ÁNGEL MATOS

Durante los Juegos Olímpicos de Beijing, 2008, el taekwandoín cubano Ángel Matos fue derrotado por el kazajo Arman Chilmanov en la división de más de ochenta kilogramos. Cuando el árbitro Chakir Chelbat le dio a conocer ese resultado, Matos pronunció algunas agresiones verbales, empezó a agitar los brazos y finalmente le dio una patada en la cara, animado por su entrenador Leudis González, quien también estaba en desacuerdo con la decisión. En una reunión de urgencia los responsables de la Federación de dicho deporte resolvieron expulsarlos de por vida de todos los campeonatos oficiales.



## Camino a la victoria

### La justicia es mi valor

Una persona justa conoce las normas y leyes vigentes de la comunidad, el municipio, la ciudad, el estado y el país donde vive y las hace valer en tres sentidos: 1) las respeta en su conducta diaria; 2) exige que se respeten en los asuntos que le conciernen; 3) procura que se respeten en el caso de las demás personas, en especial cuando se hallan en desventaja. En otras palabras, protege y respeta los derechos ajenos y exige que se protejan y respeten los suyos. El valor de la justicia no se limita a los asuntos legales, se extiende a la vida diaria procurando que cada quien reciba lo que le corresponde y tomando decisiones que no afecten negativamente a los demás.

### Con ganas de triunfar

- ◆ Reúne, con ayuda de tu maestro, las diferentes normas, leyes y reglamentos de tu comunidad. Léanlos.
- ◆ Solicita a la dirección de tu escuela un ejemplar de su reglamento oficial. ¿Conocías sus normas? ¿Se cumplen o no en la institución?
- ◆ Antes de realizar cualquier acción piensa si estás afectando, de alguna forma, los derechos de los demás.
- ◆ Si en tu casa o tu escuela se suscita una disputa analiza con objetividad los argumentos de las dos partes, considera quién tiene la razón y haz una recomendación sobre cómo resolverla. 🗣️





## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la justicia. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Eviten el autoritarismo en las disputas y decisiones familiares. Expliquen a los niños la razón de sus decisiones y denles el derecho de replicar.
- ◆ Cuando se presenten disputas entre hermanos oigan los planteamientos de cada uno antes de pronunciarse por una solución.
- ◆ Aunque a veces no sea la alternativa más práctica, respeten las leyes vigentes en su comunidad y enfatizen ese respeto ante su familia.
- ◆ Legalicen los posibles aspectos irregulares de su vida: su relación de pareja, su situación fiscal, la posesión de su casa, etcétera.

### Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de la justicia y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

- ◆ Conceda a sus alumnos el derecho de réplica en relación con las calificaciones de un examen o una tarea escolar.
- ◆ Plantee reglas claras sobre las actividades en el aula y explique las sanciones a quien las infrinja.

- ◆ Las sanciones deben ser medidas razonables y respetuosas, nunca castigos físicos o humillantes.

- ◆ ¿Respetan usted las normas estipuladas por las autoridades

educativas de su estado?

Es buen momento de revisarlas. 1

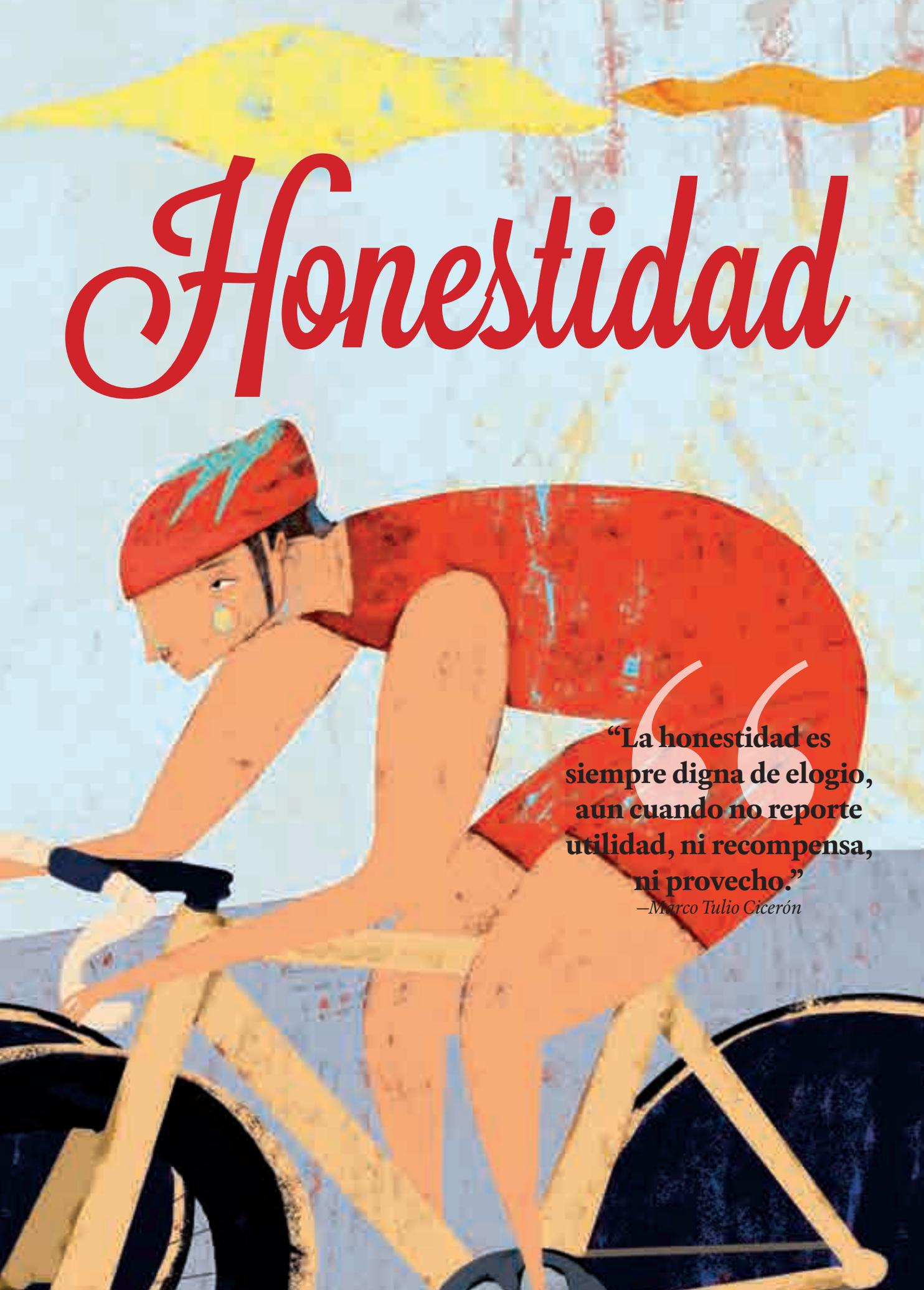


*En voz de los campeones*  
“El juego limpio y honesto es la  
sublime expresión deportiva de un  
gran respeto por nosotros mismos  
y entre todos los que conforman,  
de alguna manera, el entorno de la  
competencia deportiva.”

—Comité Olímpico Mexicano



# Honestidad



**“La honestidad es siempre digna de elogio, aun cuando no reporte utilidad, ni recompensa, ni provecho.”**

*—Marco Tulio Cicerón*

*Aventuras de valor*

# La estola de zorro

**C**uando se casó, allá por 1920, doña María del Carmen recibió un obsequio de su madre: una antigua estola, una prenda especial que se pone alrededor del cuello y baja por el pecho, a los dos lados, hecha de piel de zorro. El artesano que la había confeccionado casi un siglo antes la había cosido con habilidad, de manera que incluía, en un extremo, la cabeza del animal con su pequeña dentadura, nariz y ojos artificiales, y en el otro, las patitas del mamífero. Su origen era ilegal, pues estaba prohibido cazar zorros; sin embargo, en ese entonces las damas de sociedad gustaban de vestir pieles porque, según esto, se veían más elegantes.



Doña María del Carmen usaba la estola en ocasiones especiales, como cuando salía de paseo con su esposo, don Valentín, y andaban del brazo por las calles de San Luis Potosí.

Hasta él sabía que la estola no era nada bonita, pero se lo callaba por no incomodarla. Era terrible ver la figura aplanada de ese zorro que alguna vez andaba corriendo por los montes. Por otra parte, dada su antigüedad, se le estaba cayendo el pelo, que soltaba por todos lados. Además, tenía una orilla de terciopelo verde muy pasada de moda y un extrañísimo olor a hospital, pues la guardaba con bolas de naftalina, una sustancia especial para evitar que la atacara la polilla. Sin embargo, las comadres de doña María del Carmen no se atrevían a decirle la verdad. Por el contrario, ielogiaban con hipocresía la prenda! “Qué divina estola”, le decía doña María Guadalupe. “Qué objeto tan fascinante. Ni en París he visto pieza tan exquisita de alta costura”, comentaba doña Tololo. Cuando las dos se reunían aparte, se reían largas horas de la estola, mientras bebían champurrado.

Un domingo por la mañana doña María del Carmen se preparó para asistir a misa de doce en Catedral. Se puso un sobrio vestido negro que le llegaba abajo de la rodilla y, sobre los hombros, la estola. Dio los últimos toques a su impecable peinado, se perfumó con su loción preferida (Habanita, que olía tan rico como un postre) y salió de casa caminando con mucho garbo, viendo a toda la gente por encima del hombro. En esta ocasión iba sola, pues don Valentín se hallaba en Matehuala. Al verla pasar, los señores se quitaban el sombrero y las señoras la criticaban por lo bajo, pero le sonreían y agitaban las manos.

Iba dando la vuelta por una esquina cuando vio a una sencilla mujer, cubierta con un rebozo, que llevaba de la mano a un niño de unos cinco años. Cuando el pequeño miró a doña María del Carmen, se asustó con la estola y

le gritó a su mamá: “¡Mira, mamá, esa señora trae colgado un perro muerto!”.

Al escucharlo doña María del Carmen sintió una enorme vergüenza y bajo la luz del sol se dio cuenta de que su estola, efectivamente, parecía el cadáver de un can. Llamó por teléfono a su casa para que una de las muchachas fuera a recoger la estola y caminó de prisa para alcanzar al niño. Al verla, la madre reaccionó a la defensiva: “¿Qué le quiere hacer?”. Doña María del Carmen respondió: “Invitarlo a pasar a la dulcería de enfrente para comprarle lo que se le antoje y agradecerle que me haya dicho la verdad”. 1

## Reflexiona

- ¿Qué opinas de las comadres de doña María del Carmen que mentían sobre su estola y la criticaban en secreto?
- ¿Por qué crees que el niño habló de forma tan sincera?
- ¿Cómo te parece la reacción de doña María del Carmen?
- ¿Qué hubieras hecho tú en su lugar?



## El “juego limpio”

**E**n diversos capítulos de nuestro libro *Campeones de valor* hemos visto que en el movimiento olímpico se presentan, naturalmente, los valores más importantes para la convivencia. Aparte de esa aparición espontánea del respeto, la tolerancia y el esfuerzo, las autoridades internacionales del olimpismo se han propuesto promover intencionalmente esos valores agrupados bajo el nombre del “juego limpio”. Conocido en inglés como *fair play* su principal principio es la honestidad en todos los aspectos de la práctica deportiva, opuesta al “juego sucio” en el que las trampas, las mentiras y los abusos degradan a los atletas, deterioran la imagen de sus países y decepcionan a los aficionados.

El “juego sucio” se ha manifestado de muy diversas maneras en la historia de los Juegos Olímpicos y del deporte en general. Algunas de ellas son el uso de sustancias que elevan el desempeño, el pago de sobornos a jueces y árbitros, la manipulación de los equipos empleados en las pruebas (como los bates de beisbol o las espadas de la esgrima) y el pago de dinero al equipo opositor para dejarse vencer. Ciertos casos hasta dan risa: se sabe que algunos maratonistas abordaron vehículos motorizados para llegar a la meta antes de quienes seguían la



ESPÍRITU DEPORTIVO

### ¿Él o ella? HEINRICH RATJEN

(1918-2008)

En los Juegos Olímpicos de Berlín, 1936, Heinrich Ratjen se hizo pasar por mujer para participar en la prueba femenil de salto de altura. Quedó en cuarto lugar y recibió las felicitaciones del gobierno alemán. En 1938 conquistó la medalla de oro en los Campeonatos Atléticos de Europa. Sin embargo, se descubrió su engaño, le quitaron la presea y fue sometido a un proceso penal. Pasó el resto de su vida atendiendo el bar de sus padres. Ha llegado a pensarse que el propio gobierno alemán lo convenció de mentir sobre su sexo para alzarse con la victoria en los Juegos de Berlín en los que los alemanes debían ganar a toda costa para demostrar su supuesta superioridad física.



regla básica de recorrer la ruta a pie. Tales casos se volvieron muy frecuentes e hicieron necesario promover, en las últimas décadas, el “juego limpio”.

El principio esencial del juego limpio es buscar que los deportistas no sólo tengan un gran rendimiento físico, sino también un gran rendimiento moral que se sitúe por encima de las victorias conseguidas por medios deshonestos o que vaya en contra de los principios de igualdad que determinan las reglas deportivas. El juego limpio forma parte de los principios esenciales de la *Carta Olímpica*. Defiende la veracidad por encima del engaño y la honestidad por encima del despojo ilegítimo del triunfo que corresponde a otros. Para promoverlo se ha establecido un organismo especial: el Consejo Olímpico para el Fair Play, fundado en 1963.

A partir de 1964 el Consejo otorga premios en tres diferentes categorías. El premio a la *Actitud en competencia* reconoce a los deportistas o equipos que, a través del juego limpio, manifiestan que les interesa más respetar el espíritu deportivo que obtener la victoria. El premio a la *Carrera deportiva* distingue a los atletas que, a lo largo de su carrera, demostraron su constante espíritu de juego limpio. El premio a la *Promoción del juego limpio* se otorga a las personas o

instituciones que hagan campañas informativas, a través de diversos medios, sobre la importancia de la honestidad en las competencias. En 2001 el Comité Olímpico Mexicano estableció su propia Comisión para el Juego Limpio y decidió otorgar trofeos en esas mismas categorías a figuras nacionales. 🏆

## Espíritu deportivo

### ERHAN YAVUZ: EL JINETE TURCO

El máximo reconocimiento otorgado por el Consejo Olímpico para el Juego Limpio es el trofeo “Pierre de Coubertin”.

El deportista que lo recibió más recientemente fue el equitador turco Erhan Yavuz. Durante una competencia en Estambul, en agosto de 2011, Yavuz estaba en una de las mejores posiciones. Entonces se dio cuenta que la rienda de otro competidor, Halís Karatas, se había roto, lo cual implicaba el peligro de que éste y el caballo sufrieran un accidente. Yavuz se acercó, tomó las partes sueltas de la rienda y se las puso en las manos a Karatas. Éste llegó en primer lugar y Yavuz en cuarto. “El hecho de poder mostrar a mis hijos a través de esta acción que soy un padre ejemplar es la máxima recompensa que puedo recibir”, aseguró.



## *Camino a la victoria*

### *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.

### *Con ganas de triunfar*

- ◆ No tomes los objetos o el dinero que no te pertenecen.
- ◆ Aprende a ser sincero al expresar tus puntos de vista y opiniones sobre los demás. Si éstos son negativos manifiéstalos con respeto y sugiere alternativas de cambio.
- ◆ Evita las trampas en las distintas actividades de tu vida infantil: el juego, el estudio y la práctica deportiva.
- ◆ Sé honesto contigo mismo e identifica cuáles son tus fortalezas y cuáles tus debilidades. Las peores mentiras son las que nos contamos a nosotros mismos. ①



## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la honestidad. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Háganles entender que no hay éxito fácil y fomenten en ellos una cultura del esfuerzo. Explíquenles el peligro que corren quienes realizan acciones ilegales para enriquecerse.
- ◆ Mantengan un diálogo continuo y amable con ellos para propiciar la sinceridad. Cuando reconozcan haber cometido un error no reaccionen con enojo o violencia, pues con ello los orillarán a mentir en la próxima ocasión.
- ◆ Jamás les pidan que oculten secretos pues es una manera de hacerles creer que la verdad es peligrosa. Compartan en familia todo lo que pasa.
- ◆ Si notan que suelen apropiarse de objetos que no les corresponden, invítenlos a devolverlos a sus dueños de una manera abierta que sirva como experiencia.

### Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de la honestidad y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

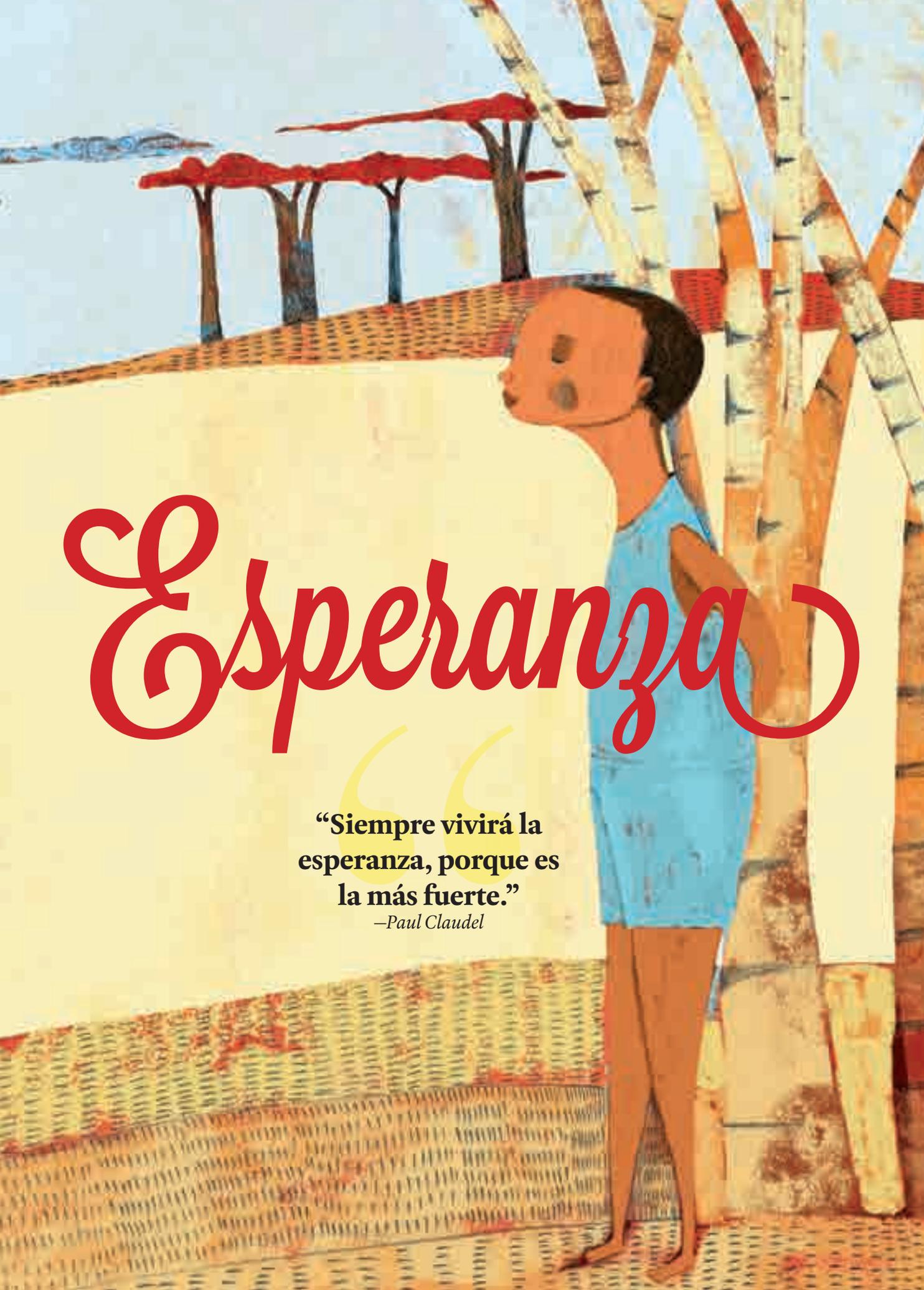
- ◆ Ejercer un control adecuado de los alumnos pero no se vuelva excesivamente represivo. Permítales expresar constantemente sus puntos de vista, incluyendo las dificultades.
- ◆ Hágales entender que las calificaciones son sólo un indicador de rendimiento. No se trata de obtener 10 o “A” a costa de lo que sea, sino de formarse como personas.
- ◆ Cuando le pregunten por algo que usted no sabe, reconózcalo sinceramente. 🗣️





*En voz de los campeones*  
“Cuando todas las personas dicen  
que algo no se puede, simplemente  
hay que imaginarlo.”

—Michael Phelps, nadador olímpico  
premiado con catorce medallas de oro

A stylized illustration of a young girl with dark skin and hair, wearing a light blue sleeveless dress, standing in profile and looking towards the left. She is positioned in the foreground, partially overlapping the text. The background features a landscape with several birch trees with white bark and black lenticels. In the distance, a hill with a red, textured top is visible against a light blue sky. The ground is a mix of light and dark brown tones with a textured pattern.

# Esperanza

**“Siempre vivirá la  
esperanza, porque es  
la más fuerte.”**

*—Paul Claudel*

*Aventuras de valor*

# El Rayo de Oriente

**E**l señor Mario trabajaba como boletero en la pequeña estación de trenes de un pueblo cercano a la ciudad de Perote, Veracruz. No había demasiados pasajeros, pero el ferrocarril servía para el transporte de mercancías de todo tipo. Como no contaba con suficiente personal él se encargaba de mantenerla limpia y arreglada. Pintaba las paredes, barnizaba las bancas y pulía los escalones de granito que llevaban a los andenes. En ellos los pasajeros abordaban los vagones del *Rayo de Oriente*, como se llamaba el ferrocarril que llegaba por ahí.



Cuando éste se acercaba a la estación el señor Mario, con su impecable uniforme, salía a darle la bienvenida y saludaba con un abrazo a don Valentín, el maquinista.

Pero en 1992 todo cambió. Los viajes del *Rayo de Oriente* se hicieron cada vez más raros y, de repente, cesaron por completo. Por una decisión del gobierno se suspendieron todos los viajes de tren a lo largo del país y las estaciones quedaron abandonadas: desde las más sencillas hasta la gran estación Buenavista en la capital de México. Los empleados fueron liquidados y la gente tuvo que usar medios de transporte distintos. Después de un siglo de historia los ferrocarriles se habían ido para siempre de México....

La estación de don Mario corrió el mismo destino. Se vació de pasajeros y del escaso personal. Don Mario la visitaba y veía con tristeza su deterioro. Pero una mañana que se hallaba allí sintió en el rostro el golpe de un rayo de sol que entraba por la ventana y tuvo la corazonada de que el tren iba a regresar a la estación. Pensó que si el maquinista la hallaba en mal estado no se detendría y planeó hacerse cargo de la situación.

Todos los días llegaba en su antiguo horario y reparaba los desperfectos. La gente le decía que estaba loco, que el tren no iba a volver. “Pero qué tal si vuelve y no estamos preparados”, respondía él mientras encendía el piso. Un domingo por la tarde dormitaba en su lugar de boleterero cuando escuchó la inconfundible marcha del tren sobre las vías. Se incorporó y se miró al espejo para comprobar que todos los detalles de su uniforme fueran perfectos. Cuando salió al andén vio venir al *Rayo de Oriente*. Don Valentín, el maquinista, se asomó por una ventanilla y le dijo: “Veo que todo está en orden. ¡Ándale, Mario, súbete de una vez!”. Don Mario entró a un vagón y el tren reanudó su marcha, se alejó y pronto fue sólo un punto negro en el horizonte. ①

## Reflexiona

- ¿Qué te parece la actitud de don Mario tras el cierre de la estación?
- ¿Piensas que lo mejor hubiera sido esperar cruzado de brazos?
- ¿Qué opinas de las personas que lo desalentaban?
- ¿Crees que el *Rayo del Oriente* se hubiera detenido en el caso de ver la estación abandonada?

## Los campeones de valor

**E**l Comité Olímpico Internacional considera que uno de los valores esenciales del olimpismo es la esperanza de vivir en un mundo mejor para todos y considera que

los Juegos son un vehículo para lograrlo. El verdadero objetivo no consiste en romper marcas u obtener medallas (logros que,

por otra parte, significan el cumplimiento de las esperanzas individuales de cada deportista que participa), sino en imaginar y construir un mundo ideal donde reinen los valores. La exposición *Esperanza: cuando el deporte puede transformar al mundo*, presentada en el Museo Olímpico de Lausana en 2011 buscó subrayar ese aspecto y transmitirlo a los niños.

De acuerdo con la muestra, el olimpismo es una mentalidad, una filosofía de vida que pone el deporte al servicio del mejoramiento de la humanidad apoyado en tres ejes inspirados por la esperanza: I. Alentar



ESPÍRITU DEPORTIVO

### Una luz para los indígenas **CATHY FREEMAN**

(1973-)

En Australia siempre resultó difícil la integración entre los habitantes originales (llamados indígenas o aborígenes) a la sociedad conformada por los descendientes de los colonos ingleses. Pero en los Juegos Olímpicos de Sídney se hizo una luz para ellos. La corredora Cathy Freeman, de origen indígena, ganó la prueba de los 400 metros y recibió la medalla de oro. Era la primera aborigen australiana en lograrlo.

Su triunfo conmovió al mundo y renovó la esperanza en la inclusión, la fraternidad y la igualdad de todos los australianos sin importar su origen.



el esfuerzo de los deportistas implica imaginar un mundo de excelencia, donde cada quien esté dispuesto a dar lo mejor de sí. II. Preservar la dignidad humana de cada uno de ellos construye un sueño posible: un mundo en el que todos se respeten. III. La armonía en la celebración busca alcanzar un ideal: un mundo en el que todos celebren y disfruten la amistad.

En la asociación entre el movimiento olímpico y el valor de la esperanza hay tres dimensiones: la humana, la política y la social. Éstas se entrecruzan con los niveles individual y colectivo. En la dimensión humana el deporte y el olimpismo sirven para satisfacer la necesidad de competir e impulsar a cada quien a que supere sus limitaciones sociales, físicas o psicológicas. En la dimensión política son una

plataforma que puede llamar la atención pública sobre algún conflicto y sirven como ejemplo de combate pacífico. En la dimensión social enseñan a desarrollar capacidades para convivir y conocernos mejor.

En su larga historia que se extiende ya más de un siglo, los Juegos Olímpicos enseñan que los valores son más que meras palabras y que están hechos de esperanza en el cambio personal y colectivo. Numerosos atletas han superado sus limitaciones a favor de una causa humanitaria. Ellos nos demuestran que cualquiera de nosotros puede adoptar y vivir el espíritu olímpico en las acciones cotidianas. ¿Somos campeones de la tolerancia, el valor y el respeto? ¿Estamos trabajando para alcanzar la meta? Recuerda: no necesitas competir en los juegos ni tener el cuerpo más poderoso para ser un triunfador o una triunfadora olímpica. Basta con que diseñes en tu mente un mundo más feliz y justo y comiences ya a trabajar para crearlo. 🏅

## Tarjeta roja

### CONTRA LOS JUEGOS

A lo largo de su historia los Juegos Olímpicos han enfrentado las críticas y la oposición de diversos grupos y sectores. Hoy se señalan aspectos negativos como los negocios relacionados con éstos, el fomento de una cultura de la competencia, el culto por los atletas, la violencia en los deportes de contacto y el papel sobresaliente que se asigna a los hombres. Aunque ha habido ejemplos de tales antivaleores en los juegos, los críticos carecen de esperanza en la transformación positiva del mundo y se olvidan de que, a pesar de estos factores, el espíritu olímpico puede florecer en el corazón de cada atleta y en el público que los celebra.

## La esperanza es mi valor

Una persona esperanzada está convencida de que sus ilusiones y sueños más importantes se cumplirán. Confía también en que los problemas que tiene en el presente van a solucionarse para que todo vuelva a la calma. No limita esta visión a sí misma: la extiende a quienes la rodean. Lo más importante es que no se restringe a soñar ni se cruza de brazos. Sabe que las metas se alcanzan y los problemas se resuelven a través de acciones concretas donde se aplican los valores del esfuerzo y la perseverancia, entre muchos otros. Tener esperanza no es creer en las soluciones mágicas, sino mantener una visión positiva y creativa que nos dé ánimo y nos impulse a luchar sin descanso para alcanzar la felicidad, la plenitud y la alegría.

## Con ganas de triunfar

- ◆ Identifica qué te gustaría conquistar en el futuro, tanto en el aspecto personal como en el profesional. ¿Estás haciendo algo para lograrlo?
- ◆ Identifica cuáles son tus miedos o temores, o cuáles problemas vives hoy. ¿Estás haciendo algo para resolverlos?
- ◆ Aléjate de las personas que te hagan dudar de tu capacidad. Acércate a quienes te impulsen a seguir adelante y compartan tus sueños.
- ◆ Ayuda a los demás a cumplir sus sueños y anímalos a mantener su esfuerzo. 🏆



## Guía para entrenadores

### Palabras para las familias

La familia y el ámbito doméstico ofrecen el campo ideal para el entrenamiento en el valor de la esperanza. Gracias a ustedes, los chicos pueden alcanzar la meta.

- ◆ Eviten inculcar en ellos ideas de desánimo, derrota o incapacidad. Háganlos sentir confianza en sí mismos.
- ◆ Traten de conocer y comprender cuáles son las esperanzas de ellos. No los conviertan en vehículos de las esperanzas de ustedes.
- ◆ Propicien una actitud positiva, pero eviten el optimismo irracional. Háganles entender que todo saldrá bien siempre y cuando se esfuercen.
- ◆ Cuando cometan errores nunca usen frases del tipo “me defraudaste”. Transformen el regaño en una propuesta creativa.

### Palabras para los docentes

La escuela es el espacio más adecuado para fortalecer las competencias relacionadas con el valor de la esperanza y ustedes, los mejores entrenadores técnicos para chicos de “alto rendimiento”.

- ◆ Al abordar los problemas que se viven en la comunidad o el país haga una exposición orientada a soluciones en las que los chicos puedan participar.
- ◆ Invítelos a expresar sus sueños, anhelos e ilusiones.
- ◆ Identifique a los alumnos que tengan una visión triste o derrotista de la vida. Ayúdelos a modificarla.
- ◆ Vea en cada uno de ellos un proyecto de vida, un potencial de imaginación y creatividad. Inspire su trabajo en el aula en esta visión. 🙌



“¿Quieres triunfar en los Juegos Olímpicos, amigo mío? Yo también lo quiero, ¡sería algo extraordinario! Revisa primero las condiciones y las consecuencias y ponte a trabajar. Tienes que seguir una estricta disciplina: comer de acuerdo con un plan, evitar los pasteles y los dulces; ejercitarte a la hora indicada lo quieras o no, en el frío o en el calor; abstenerse de las bebidas frías y el vino... En una palabra, entregarte a tu entrenador como si fuera un médico. No olvides que en la competencia misma puedes torcerte las muñecas o los tobillos, tragar una buena cantidad de polvo, quedar hecho añicos y aun después de soportar todo eso, sufrir una derrota.”

—*Epicteto (55-135)*



# Momentos extraordinarios

**E**n las páginas anteriores hemos conocido diversas historias vividas en el desarrollo de los Juegos Olímpicos en las que han entrado en juego los valores que estudiamos en nuestro libro. La selección es escasa si tomamos en cuenta los cientos de casos individuales que, a lo largo de poco más de un siglo, han expresado el poder de sus valores. En esta segunda sección del libro presentamos algunos más para ampliar los conocimientos y las reflexiones de los lectores. Como en las páginas anteriores, también incluimos algunos casos que ejemplifican lo que ocurre cuando los valores se hacen al lado. Tenemos así grandes y pequeñas historias adicionales que inspiran, conmueven y emocionan. ¿Están listos para la recta final? 



## LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE VERANO 1896-2012

Año	Olimpiada	Sede
1896	I	Atenas, Grecia
1900	II	París, Francia
1904	III	San Luis Missouri, Estados Unidos
1906	--	Atenas, Grecia <sup>1</sup>
1908	IV	Londres, Gran Bretaña
1912	V	Estocolmo, Suecia
1916	VI	Berlín, Alemania <sup>2</sup>
1920	VII	Amberes, Bélgica
1924	VIII	París, Francia
1928	IX	Ámsterdam, Países Bajos
1932	X	Los Ángeles, Estados Unidos
1936	XI	Berlín, Alemania
1940	XII	Tokio, Japón / Helsinki, Finlandia <sup>3</sup>
1944	XIII	Londres, Gran Bretaña <sup>4</sup>
1948	XIV	Londres, Gran Bretaña
1952	XV	Helsinki, Finlandia

1 La idea de celebrar unos juegos intermedios no prosperó y ésta fue la única ocasión en que se llevaron a cabo.

2 Cancelada por la Primera Guerra Mundial.

3 Cancelada por la Segunda Guerra Mundial.

4 Cancelada por la Segunda Guerra Mundial.



## LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE VERANO 1896-2012

Año	Olimpiada	Sede
1956	XVI	Melbourne, Australia / Estocolmo, Suecia <sup>1</sup>
1960	XVII	Roma, Italia
1964	XVIII	Tokio, Japón
1968	XIX	México, D. F., México
1972	XX	Múnich, Alemania
1976	XXI	Montreal, Canadá
1980	XXII	Moscú, Unión Soviética
1984	XXIII	Los Ángeles, Estados Unidos
1988	XXIV	Seúl, Corea del Sur
1992	XXV	Barcelona, España
1996	XXVI	Atlanta, Estados Unidos
2000	XXVII	Sídney, Australia
2004	XXVIII	Atenas, Grecia
2008	XXIX	Pekín, China
2012	XXX	Londres, Gran Bretaña
2016	XXXI	Río de Janeiro, Brasil

<sup>1</sup> La idea de celebrar unos juegos intermedios no prosperó y ésta fue la única ocasión en que se llevaron a cabo.



ATENAS, 1896

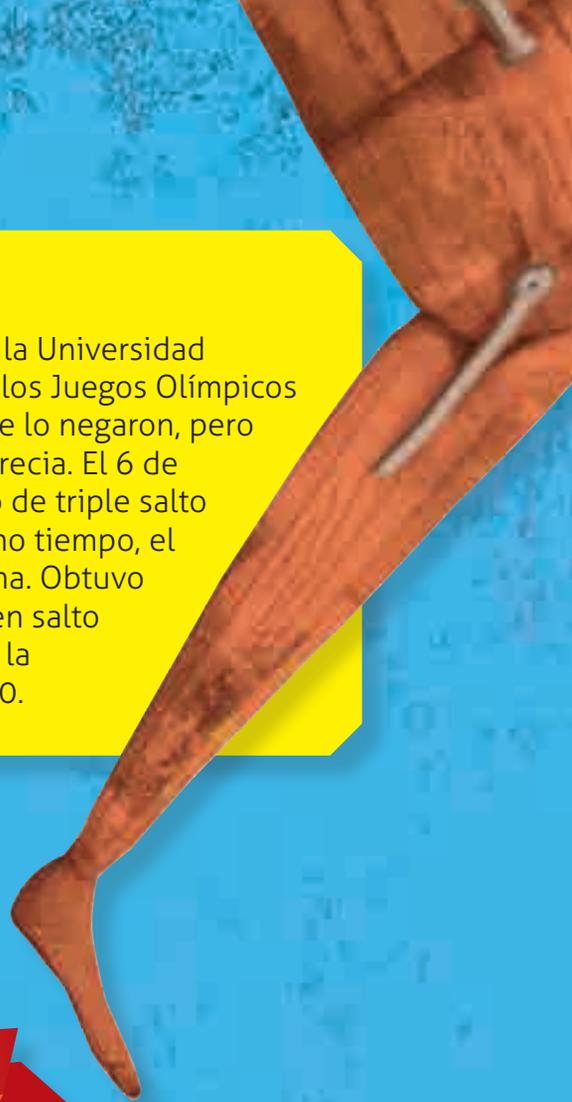
## El primer campeón

El estadounidense James Connolly era estudiante de la Universidad Harvard y solicitó permiso para ausentarse y asistir a los Juegos Olímpicos que inauguraron la etapa moderna. Las autoridades se lo negaron, pero él de cualquier forma realizó el viaje a la capital de Grecia. El 6 de abril alcanzó una altura de 13.76 metros en el evento de triple salto y mereció la medalla de oro. Le correspondió, al mismo tiempo, el honor de ser el primer medallista de la época moderna. Obtuvo la medalla de plata en salto de altura y la de bronce en salto de longitud y se presentó nuevamente a competir en la edición de París, 1900.

SAN LUIS, 1904

## Con una pierna de madera

Todas las personas tienen derecho a practicar el deporte. De origen estadounidense-alemán George Eyser perdió una pierna en su juventud, cuando fue atropellado por un tren. Tenía una sencilla prótesis de madera, pues en aquel entonces la medicina estaba poco desarrollada. Con esa pierna artificial compitió en diversas pruebas de gimnasia en esta edición de los Juegos y obtuvo un total de seis medallas: tres de oro, dos de plata y una de bronce. Incluso se animó a correr en la prueba de cien yardas (91.44 metros) que formaba parte de las pruebas del decatlón. Llegó en último lugar, pero su ejemplo inspiró, en parte, la creación de los Juegos Paralímpicos.



LONDRES, 1908

## La copa de oro

En esa edición se corrió por primera vez la carrera de maratón con la distancia que tiene hoy día: 42.195 kilómetros. El italiano Dorando Pietri, empleado de una pastelería, entró al estadio deshidratado y exhausto por el esfuerzo y el tremendo calor (25°C), tanto así que tomó una dirección incorrecta en la pista. Las autoridades le señalaron su equivocación y en ese instante cayó desmayado. Recibió ayuda para incorporarse pero se desvaneció otras cuatro ocasiones, la última a dos metros antes de la meta, a la que llegó gracias al auxilio de su equipo. Quedó descalificado; sin embargo, conquistó la simpatía del público y la princesa Alejandra le otorgó una copa de oro.

ESTOCOLMO, 1912

## El que da y quita...

Originalmente en los Juegos Olímpicos sólo podían participar deportistas no profesionales. Esta disposición provocó algunas injusticias. El destacado atleta Jim Thorpe ganó el pentatlón y el decatlón en esta edición. Cuando volvió a su país, Estados Unidos, fue recibido con un brillante desfile por la calle Broadway de Nueva York. Sin embargo, un año más tarde el Comité Olímpico Internacional le retiró ambas medallas de oro cuando se supo que, tiempo atrás, había recibido un pago por formar parte de una modesta liga de beisbol. En 1983, el Comité le devolvió las medallas a sus hijos.





ESTOCOLMO, 1912

## Bienvenidos los rivales

Se disputaba la competencia final de los 100 metros de nado libre y el equipo estadounidense llegó con retraso a la sede del certamen. Los jueces lo descalificaron por esa razón, pero alguien levantó la mano para quejarse por esa disposición. Era el nadador australiano Cecil Patrick Healy, ganador de tres medallas de oro, cuya actitud desconcertó al público, pues en el equipo estadounidense se encontraba su principal rival, el indígena hawaiano Duke Kahanomoku. Patrick Healy convenció a los jueces de reconsiderar su decisión y en la final fue derrotado por Kahanomoku. Antes de morir en la Primera Guerra Mundial fue reconocido por su ejemplo de honor y juego limpio.

ÁMSTERDAM, 1928

## Más allá del triunfo

El atleta finlandés Paavo Nurmi llegó a estos Juegos precedido por su exitoso desempeño en Amberes, 1920 y París, 1924 en los que había acumulado siete medallas de oro. En esta edición compitió por tercera vez en los 3,000 metros con obstáculos. En una carrera de la fase inicial cayó en un pozo cuando trataba de superar uno de ellos. Lucien Duquesne, el atleta francés que venía atrás de él, suspendió su recorrido para detenerse a auxiliarlo. En la parte restante del trayecto Nurmi hizo más lento su paso para dejarlo ganar, pero Duquesne no lo permitió. Con todo y esas circunstancias ambos lograron clasificar para la competencia final.

LOS ÁNGELES, 1932

## Como pez en el agua

Antes de competir el nadador japonés Kusuo Kitamura, de apenas catorce años de edad, le escribió una carta a su padre: "Nuestro amado entrenador dice que podré alcanzar fácilmente el triunfo, yo creo que para darme ánimos. Sólo hay algo que me da fuerza y entereza para seguir: saber que estoy aquí para poner en alto el nombre de mi país. Pediré a los dioses —tal como tú me enseñaste a hacerlo— que den fuerza, valor y firmeza a mis músculos". Al día siguiente se convirtió en el nadador más joven del olimpismo en obtener una medalla de oro. Completó la prueba de 1,500 metros estilo libre en 19:12.4, récord que permaneció imbatido por veinte años.

BERLÍN, 1936

## La cineasta de Hitler

Adolfo Hitler, responsable de la Segunda Guerra Mundial y del exterminio criminal de miles de judíos, gitanos, homosexuales, testigos de Jehová y discapacitados, quería que los Juegos organizados durante su mandato se filmaran para dejar testimonio del éxito alemán. Le encargó la realización de un documental a la directora de cine oficial, Leni Riefenstahl. El resultado fue la película *Olympia*, la mejor película sobre el deporte que se ha filmado por su capacidad de presentar al espectador la belleza física de los atletas y la excelencia de su desempeño. Aunque muchos ven con desprecio a Leni por su cercanía con Hitler, nadie se atreve a negar los méritos de su obra.



LONDRES, 1948

## Al ritmo del danzón

En algunas fiestas y en la Plaza del Danzón de la Ciudad de México todavía se baila una agradable melodía llamada *El arete de Mariles*. Pocos saben, sin embargo, que rinde homenaje al primer medallista mexicano de oro, el teniente del Ejército Mexicano Humberto Mariles Cortés y a su potrillo alazán, llamado *Arete*. En los primeros Juegos que siguieron a la Segunda Guerra Mundial triunfó en la competencia de salto individual de equitación. Su perfecto desempeño permitió, asimismo, que México ganara también la presea de oro por equipos. Su triunfo cautivó a México y se compuso una melodía para conmemorarlo.

HELSINKI, 1952 /  
MELBOURNE, 1956

## No importan los obstáculos

La equitadora danesa Lis Hartel enfermó de poliomielitis a los 23 años y padecía parálisis casi completa de las rodillas hasta los pies, ni siquiera podía subir y bajar sola del caballo. Gracias a la ayuda de su familia y el equipo médico logró rehabilitarse hasta cierto punto. Superando su limitación física obtuvo sendas medallas de plata en la especialidad de adiestramiento en estas ediciones. Se cuenta que en Helsinki le costó trabajo subir al podio de premiación y el ganador de la medalla de oro la cargó para ayudarla. Después de su carrera como deportista olímpica se dedicó a difundir los beneficios de montar a caballo para las personas afectadas por discapacidades de ese tipo. Murió a los ochenta y siete años de edad.



MÉXICO, 1968

## Un venezolano excepcional

El boxeador venezolano Francisco Rodríguez procedía de una humilde familia integrada por catorce hermanos contándolo a él y desde niño trabajó como ayudante en una pescadería para ayudar a la manutención de éstos. No pudo ir a la escuela y hasta la adolescencia era analfabeto. Sin embargo, aprendió en la calle y en modestos gimnasios de Cumaná los movimientos del boxeo. Poco a poco cobró fama como peleador amateur y tuvo una fulgurante carrera con más de 250 victorias. En los Juegos de México, 1968 compitió en la categoría mosca, eliminó a su rival estadounidense y en la final se impuso al surcoreano Yong-Ju Jee. Es, hasta la fecha, el único medallista de oro procedente de ese país.

ROMA, 1960

## Un premio al río

El boxeador Cassius Clay (luego llamado Muhammad Alí), tenía apenas dieciocho años de edad cuando ganó una medalla de oro en los Juegos. Orgulloso de su triunfo dormía con ella y la llevaba colgada al cuello cuando volvió a Louisville, Kentucky. En aquel entonces la población negra de Estados Unidos sufría rechazo y marginación. Cuando visitó un restaurante local para los blancos se negaron a atenderlo. Irritado por los hechos, Clay se involucró en una bravata con la clientela. Saliendo de allí se quitó la medalla y la arrojó al río Ohio. En Atlanta, 1996 encendió la flama olímpica y el COI le entregó un reemplazo de su presea original.





MÚNICH, 1972

## El arte de levantarse

El atleta finlandés Lasse Viren siguió un intenso régimen de entrenamiento en Kenia y conquistó grandes éxitos en la década de 1972. El de mayor mérito fue la medalla de oro en la prueba de los 10,000 metros en Múnich. En la vuelta número doce se tropezó con el tunecino Mohamed Gammoudi, que había perdido el equilibrio. Cuando Viren logró incorporarse algunos contendientes le llevaban treinta metros de ventaja. En las últimas vueltas logró ser uno de los cuatro punteros. En los 600 metros finales aceleró el paso y se convirtió en el triunfador de la competencia con un tiempo récord: 27:38.35.

MONTREAL, 1976

## La hazaña de Nadia

La gimnasta rumana Nadia Comaneci participó en la competencia de las barras asimétricas con un asombroso desempeño que cautivó al público. Al término de la prueba todos esperaron, con gran atención, la calificación de los jueces. Muchos se sintieron desconcertados al ver que la pantalla aparecía la cifra mínima: 1. Les tomó algunos instantes entender que la chica de apenas catorce años había obtenido el 10 cerrado, una calificación perfecta para la que los marcadores (que sólo desplegaban un dígito) no estaban habilitados. El éxito de la gimnasta la convirtió en una figura de enorme popularidad en el mundo.

**MONTREAL, 1976**

## La trampa del sable

Boris Onishchenko, de la URSS, compitió en tres ediciones de los Juegos Olímpicos en los eventos del pentatlón. En 1976 su equipo enfrentó a Gran Bretaña. La prueba decisiva era el encuentro de esgrima a un toque con un sable que contaba con un dispositivo eléctrico que se encendía al hacer presión contra el cuerpo del contrincante. Onishchenko, supuestamente, logró tocar a su oponente. Sin embargo, el capitán británico aseguró que el sable nunca había estado en contacto con él. Al examinar el arma se descubrió que el mango contaba con un interruptor para accionar el mecanismo sin tocar al adversario. El pentatlonista fue expulsado de los Juegos y terminó conduciendo un taxi en Moscú.

**MOSCÚ, 1980**

## Ofensa al público

El polonés Wladyslaw Kozakiewicz obtuvo la medalla de oro en la competencia masculina de salto con espiga. Para lograrlo tuvo que superar el acoso del público. Durante su participación los asistentes que apoyaban a los participantes soviéticos lo abuchearon y le gritaron insultos para hacerle perder la concentración. Disgustado por esa falta de respeto él les correspondió con otra: se volvió a los espectadores e hizo una señal ofensiva que equivale a lo que en México llamamos "mentada de madre". El Comité Organizador trató, sin éxito, de quitarle la medalla. Hoy se sabe que su señal era también una forma de protestar contra la intromisión de los soviéticos en la política de Polonia.




 BARCELONA, 1992

## Un doble triunfo

En el curso de su historia los Juegos Olímpicos tuvieron que superar distintos tipos de discriminación. Las más graves fueron contra los deportistas no europeos, en especial los negros, y contra las mujeres en general. Por eso el triunfo de la atleta etíope Derartu Tulu, quien conquistó una medalla de oro en la prueba de los 10,000 metros, se volvió tan significativo. Había logrado superar las dos mayores formas de exclusión no sólo en el contexto de los Juegos, sino en el de la cultura occidental. Al término de la carrera caminó por la pista tomada de la mano de la atleta sudafricana Elena Meyer, ganadora del segundo lugar, para festejar la reincorporación de Sudáfrica a los Juegos tras el final de la política racista conocida como Apartheid.

SÍDNEY, 2000

## El gran perdedor

Eric Moussambani es quizá el mejor perdedor en la historia de los Juegos. Originario de Guinea Ecuatorial, donde existen pocas oportunidades para los deportistas, se presentó a competir en la prueba de nado de 100 metros estilo libre. En esa edición los Juegos comenzaron en septiembre; él había aprendido a nadar en enero de ese año. Antes de llegar a Sídney nunca había visto una alberca profesional (entrenó en un hotel) y fue seleccionado para competir como parte de un programa para incluir a los países en vías de desarrollo. Aunque tardó mucho más que los triunfadores, el público lo aclamó. Regresó a Londres, 2012 como entrenador de la selección de su país.

SÍDNEY, 2000

## En la trampa

Durante Juegos Paralímpicos el equipo español de basquetbol ganó la medalla de oro. Sin embargo, uno de sus miembros reveló que el cuadro deportivo no estaba integrado por atletas discapacitados, requisito indispensable. Inició una investigación que concluyó que diez de los doce jugadores no cumplían los requisitos de elegibilidad y simularon ser discapacitados. Se les ordenó devolver las medallas y sólo los dos que sí eran discapacitados pudieron conservarla. Por otra parte, despertaron las sospechas de otros casos semejantes en la delegación española.

BEIJING, 2008

## Tiburón a la vista

Originario de Baltimore, Estados Unidos, el nadador Michael Phelps es, según los expertos, el mejor nadador de la historia pues ha batido casi cuarenta récords o marcas. Es también una de las figuras más destacadas en el desarrollo de los Juegos Olímpicos. En Atenas, 2004 se cubrió de gloria al conquistar seis oros y dos bronce. Sin embargo, su mayor hazaña ocurrió en los Juegos Olímpicos de Beijing, donde recibió ocho medallas de oro. Hasta la fecha la única deportista que lo supera es la gimnasta soviética Larissa Latynina, quien consiguió un total de 18 preseas en su carrera.

LONDRES, 2012

## El gran momento

Corresponde a ustedes, los lectores, seguir de cerca los Juegos Olímpicos de Londres e identificar la historia de valor más notable que se desarrolle en ellos.



*¡Oh, Deporte, tú eres la Alegría!  
A tu llamado el cuerpo se anima y los ojos chispean;  
la sangre circula abundante a través de las arterias.  
El horizonte de los pensamientos se purifica.  
Puedes incluso aportar una diversión saludable  
a la pena de quienes se ven sumergidos por la tristeza,  
mientras que permites a quienes son felices  
que disfruten plenamente la alegría de vivir.*

*—Pierre de Coubertin, Oda al deporte.*

Este libro se terminó de imprimir en  
Offset Multicolor, S. A.  
Calzada de la Viga No. 1332, C. P. 09430,  
México, D. F.  
Tel. 56-33-11-82

