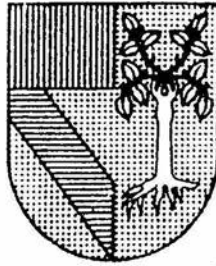


308723

UNIVERSIDAD PANAMERICANA

FACULTAD DE PEDAGOGIA

INCORPORADA A LA
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO



“EUTRAPELIA: VIRTUD FUNDAMENTAL PARA LA
FORMACION INTEGRAL DEL SER HUMANO”

INFORME ACADEMICO DE ACTIVIDAD PROFESIONAL
QUE PRESENTA:
CLAUDIA ANDREA KAIM GARZA
PARA OBTENER EL TITULO DE:
LICENCIADA EN PEDAGOGIA

DIRECTORA DE TESIS: DRA. ELVIA MARVEYA VILLALOBOS TORRES

MEXICO, D.F.

2005





Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

A Dios por todas las bendiciones, alegrías y tristezas que me ha permitido vivir cerca de El y por todo el amor que me tiene y que espero algún día corresponder. Gracias por haberme traído a este mundo.

***A mi esposo, cuyo sentido del humor, fortaleza y capacidad de amar, me asombran y me enamoran cada día.
Gracias por creer en mí y por comenzar a construir una historia junto a mí.***

***A mi papá por su cariño incondicional, por su infinita paciencia y por enseñarme a través de su ejemplo lo verdaderamente importante de la vida.
Gracias por todo, este trabajo es tuyo.***

***A mi mamá por creer en mí y por enseñarme que lo importante en esta vida no es la conquista del mundo sino la conquista de uno mismo siendo muy feliz.
Gracias por tu admiración y cariño incondicional.***

***A Vivian por enseñarme con su congruencia de vida la importancia de luchar silenciosamente por los ideales que verdaderamente importan sin importar el que dirán, sino lo que El dirá.
Gracias por tu ejemplo.***

***A Elisa por enseñarme con su piedad, fortaleza, sinceridad y sentido del humor a ser tan divertida y valiente, a vivir creyendo que "lo que no te mata, te hace más fuerte".
Gracias por saber siempre estar conmigo.***

***A Jorge por enseñarme con su franca sonrisa la verdadera alegría que sólo proviene de vivir cerca de El.
Gracias por tu cariño y admiración incondicional que me han permitido demostrarme todo lo que soy capaz de hacer en todos los momentos de mi vida.***

***A José por su alegría y sencillez de vida que me han permitido conocer cada día más a Dios.
Gracias por tus carcajadas.***

A Paula por enseñarme a vivir con agallas y prudencia lo cotidiano de cada día auténticamente.

Gracias por tu buen humor.

A mi abuela Elisa por enseñarme con su vida la importancia de la fe en Dios y en uno mismo para lograr lo que se quiere.

Gracias por tu ejemplo de vida. Te quiero y te admiro mucho.

A mi abuela Feliza por enseñarme con su vida que se puede ser muy feliz a pesar de las contrariedades que trae consigo la misma vida. Te admiro y te quiero mucho.

Gracias por tu apoyo incondicional, tuviste mucho que ver para que este trabajo se lograra.

A cada uno de mis amigos que son parte valiosa de mi vida.

Gracias.

A todos los que han marcado mi vida de alguna manera y no están mencionados pero que tienen un lugar muy especial en mi corazón.

Gracias por compartir conmigo esta vida.

A San Josemaría fundador del Opus Dei e inspirador de esta Universidad por haber sido “maestro de buen humor” y por enseñarnos a vivir a través de su vida que sí se puede ser feliz cumpliendo el pequeño deber de cada instante.

Gracias.

A cada uno de mis profesores y compañeros de trabajo, imposible mencionarlos a todos, con los que he crecido y me han acompañado a lo largo de estos años y en especial a la Dra. Marveya Villalobos directora de ésta tesis que me ayudo con su paciencia, perseverancia y cariño y a la Mtra. Margarita Espinosa y a Rosario Martínez por su entusiasmo y trabajo para que éste proyecto por fin se terminara.

Gracias.

A ti gracias por leer este trabajo, conténtate y sé feliz.

ÍNDICE

• EXORDIO	
1. Exposición de motivos	8
2. Justificación de la relación del informe académico con la carrera de pedagogía	13
• APARTADO I. CUERPO DEL TRABAJO	
I.1 <u>Descripción general</u>	
I.1.1 Tipo de institución	18
I.1.2 Finalidades, metas y objetivos institucionales en EDAC	19
I.1.3 Organización administrativa en EDAC	23
I.1.4 Estructura pedagógica en EDAC	24
I.1.5 Contenidos educativos en EDAC	25
I.1.6 Estrategias de acción en EDAC	31
I.1.7 Perfil de los actores en EDAC	33
I.2 <u>Descripción específica</u>	
I.2.1 Funciones y acciones desarrolladas	33
I.2.2 Selección y exposición de un proyecto	34
• APARTADO II. VALORACIÓN DE LA CRÍTICA	
II.1 <u>Fundamentación de la crítica</u>	36
II.1.1 Reflexiones sobre la disciplina en que se inscribe la práctica	57
II.1.2 Logros, posibilidades y limitaciones	64
II.2 <u>Presentación de la propuesta</u>	67

- **CONSIDERACIONES FINALES** 69
- **REFERENCIAS DOCUMENTALES** 74

EXORDIO

1. Exposición de Motivos

El profesional de la educación tiene como tarea prioritaria formar a las personas para **trabajar** con base en el Sistema de la Obra Bien Hecha¹. Asimismo gran parte de su actividad profesional se orienta a educar también para aprender a **descansar** y **divertirse** sanamente con la máxima alegría, sin atentar contra la ley moral (virtud de la eutrapelia).

Es importante reflexionar como todo esfuerzo tiene una recompensa. Asimismo cuando se tiene una relación en paz consigo mismo, con los otros, con la naturaleza y con Dios. Lo que da paz genera una gran alegría. Desafortunadamente en el hoy, es difícil que se dé una alegría plena porque la persona se encuentra sumida en procesos de desesperanza, tedio, monotonía, activismo entre otros.

Este trabajo tiene como objetivo reflexionar en la eutrapelia y buscar el medio aristotélico entre el **estudio** y el **descanso**; y más cuando se es directora del hogar, pues es la mujer el pilar de la formación en un hogar; es fundamental que la persona aprenda a vivir, con base en el "minuto heroico"², el tiempo necesario para el **negocio** sin dejar de lado el gozo del **ocio**.

¹ GARCIA HOZ, Victor., **Sistema de la Obra Bien Hecha.**, in., Revista Fomento Educativo.

² "El minuto heroico. –Es la hora, en punto, de levantarte. Sin vacilación: un pensamiento sobrenatural y ¡arriba! – El minuto heroico: ahí tienes una mortificación que fortalece tu voluntad y no debilita tu naturaleza". ESCRIBA DE BALAGUER Josemaría, **Camino: mortificación**, no. 206, Editorial Minos, S.A. de C. V. vigésima octava edición mexicana., México, 1998.

Los griegos hacían referencia a dos tipos de tiempo:

- **kronos** como el tiempo medido por el calendario y el reloj.
- **kairós** corresponde al tiempo afectivo personal.³

La fundamentación de este informe académico acerca de la virtud de la eutrapelia se centra en buscar la belleza que es armonía, entre el "kronos" que hace referencia al tiempo medido y el "kairós" que es el tiempo afectivo querido. La eutrapelia como virtud busca el "justo medio aristotélico" entre el "kronos" y el "kairós"; entre el tiempo de "ocio" (descanso) y el tiempo de "negocio (trabajo); entre la "carencia" y el "exceso".

Cuando se reflexiona acerca de la virtud de la eutrapelia*, que implica un tiempo afectivo personal como hábito operativo bueno, tan necesario a desarrollar en una sociedad como la que estamos viviendo, una sociedad sin fines, una sociedad donde sólo lo fácil se concibe, una sociedad sin alegría, como la define Lipovetsky en su libro de **"La era del vacío: la sociedad del espectáculo"**.⁴

Se requiere en el hoy, el regreso a una alegría plena a partir del goce de lo sencillo de la vida; por ello, es relevante que se analicen estrategias conceptuales y metodológicas para el desarrollo y ejercicio del correcto uso del tiempo libre, así como aprender a mantener el buen humor y la alegría en la vida, máxime cuando se es formadora en un hogar.

³ "Los griegos hablaban de *kronos* y *kairós*: de tiempo objetivo y de tiempo subjetivo (...) El tiempo objetivo es el tiempo físico, es el que mide el reloj y someten a investigación los físicos, teóricos y empíricos. Es universalmente dado y, por tanto, inmodificable con respecto a uno. No tengo más remedio que aceptarlo, sometiéndome a su realidad física... El tiempo subjetivo es el tiempo emocional". ROJAS Enrique, **Una Teoría de la felicidad**, p. 127-130.

⁴ LIPOVETSKY, Gillés; **El lujo eterno**, Ed. Anagrama, España 2005.

*La virtud de la eutrapelia, se constituye en el objeto de estudio de nuestro trabajo. Esta virtud está analizada ampliamente en la Valoración Crítica.

Es primordial por tanto, enseñar la virtud de la eutrapelia a las directoras del hogar, asimismo es relevante por tanto enseñar a vivir con alegría, optimismo, responsabilidad y puntualidad el correcto uso del tiempo y éste en la vida afectiva, que sin duda es uno de los grandes problemas de hoy.

En la actualidad puede verse con tristeza que son muchas las dificultades que tiene el ser humano:

- **Internas:** en su corazón, donde subsisten las raíces del egoísmo y una posesión desordenada de placeres.
- **Externas:** las del ambiente lanzado sin freno hacia los bienes de consumo; este ambiente externo, que lleva consigo frecuentemente una fuerte carga de sensualidad, es el marco más adecuado para que proliferen las desviaciones morales de todo signo: la exacerbación de la afectividad, la exaltación del placer estimado y cultivado por sí mismo, la degradación por el abuso del alcohol y las drogas, entre otros.

Es evidente que los excesos aparecen como consecuencia de la insatisfacción profunda que padece el hombre cuando se aparta del bien, del orden moral natural y el resultado se encuentra a la vista, hombres y mujeres -incontables ya- faltos de ideales, sin criterio, ni con un sentido claro de lo que la vida ofrece.

En el libro "Cartas del diablo a su sobrino", C. S. Lewis refiriéndose a la insatisfacción que vive el hombre, escribe:

"(...) aleccionando a sus sobrinos diablos afirma: "El ataque tiene muchos mayores posibilidades de éxito cuando el mundo interior del hombre es gris, frío y vacío.

Nunca olvides que cuando estamos tratando cualquier placer en su forma sana, normal, satisfactoria, estamos en cierto sentido, en el terreno del Enemigo (de Dios). Ya sé que hemos conquistado muchas almas por medio del placer. De todas maneras, el placer es un invento Suyo (de Dios), no nuestro. El creó los placeres; todas nuestras investigaciones hasta ahora no nos han permitido producir ni uno sólo. Todo lo que podemos hacer es incitar a los humanos a gozar de los placeres que nuestro Enemigo (Dios) ha inventado: en momentos, o en formas, o en grados que Él ha prohibido. Por eso tratamos siempre de alejarnos de la condición natural del placer hacia lo que en él es menos natural, lo que menos huele a su Hacedor (Dios), y lo más placentero.

La forma es una ansia siempre creciente de un placer siempre decreciente (...)⁵

Se hace necesario que la educación lleve a la persona a que aprenda a divertirse sanamente con la máxima alegría, sin atentar contra la ley moral, a crear una diversión que no pierda de vista la seriedad del alma, que es propia de la persona humana, sin recrearse en situaciones torpes o nocivas

Es relevante formar y aprender a no caer en lo erróneo de las diversiones, como:

- Las que tienen por objeto directo o inmediato excitar las bajas pasiones y empujar al pecado en cualquiera de sus formas.
- Las que aún siendo buenas o indiferentes en sí mismas, se convierten en fin de la propia vida, siendo así que deben ser tan sólo un medio para suavizar la tensión a la que nos somete el trabajo.

⁵ LEWIS, S.C. *Cartas del diablo a su sobrino*, p. 60.

- Las que desdigan de una determinada persona, o de un determinado lugar o de un determinado tiempo.

Hay que aprender que las diversiones y la alegría no vayan en contra de la moral, convirtiéndose en ilícitas o inmorales; debe de cuidarse de no caer en los vicios opuestos a la virtud de la eutrapelia, sino aprender a vivir y a divertirnos en el **justo medio aristotélico**⁶; aprendiendo a regular la diversión, la vida de esparcimiento y de juego propia del hombre.

Un elemento relevante a analizar es el punto medio entre el vicio por exceso, que es la **bomología**⁷, en donde en todo momento se bromea a las personas sin tener momentos

⁶ Justo medio aristotélico: donde no hay cabida para el término medio. "La virtud es una disposición a actuar de manera deliberada, consistente en una mentalidad relativa a nosotros, determinada por la razón y del modo en que la determinaría el hombre prudente" (ARISTOTELES, Lib .2, Cap. 7, 1108a: 308), pero estas acciones y estados afectivos hacen referencias a casos particulares.

Existen tres clases de disposiciones, dos que son vicios, uno por exceso y otra por defecto, y una sola que es virtud, la mediedad o punto medio.

"Llamo medio en la cosa aquello que se halla a igual distancia en los extremos, los cuales uno es idéntico para todos los hombres; y llamo medio en relación a nosotros lo que no connota ni exceso ni defecto. Así, todo hombre instruido huye del exceso y del defecto, y busca el término medio y le da la preferencia, término medio determinado no en relación al objeto, sino en relación a nosotros" (ARISTOTELES, Lib.2,Cap. 7, 1107b: 306-307).

La virtud es una mediedad y una como medida, en ella misma no cabe la mediedad, como tampoco el exceso y el defecto. La mediedad que la define y constituye no es mediedad de ella misma, sino mediedad de la acción o estado afectivo. De la misma manera, no hay mediedad o término medio en el exceso, ni en el defecto.

Los extremos, exceso y defecto, se oponen de manera más intensa entre sí que respecto del término medio, por lo que a veces los extremos pueden aparentar cierta semejanza con él.

Es más contrario al justo medio aquello a lo que somos nosotros más propensos.

La virtud moral es un término medio entre dos vicios y su naturaleza proviene de que ella tiende a un equilibrio tanto en los estados afectivos como en las acciones.

Es difícil ser virtuoso, alcanzar el medio de cada cosa es algo que supone un esfuerzo. La mediedad o término medio es una cosa laudable; es preciso que un hombre que aspira al justo medio comience por alejarse de aquello que más apartado está de él.

⁷ Bomología que se da por exceso; es la necia alegría, que se entrega sin control, ni freno de la razón a toda suerte de diversiones ilícitas.

de paz; y por otro lado, la de los **agroicos**⁸, personas con carácter duro o agrio que encuentran inútiles los momentos de felicidad.

Las sociedades nuevas no tienen tranquilidad, actualmente pareciera que el divertirse fuera sinónimo de perderse, por lo que no llegan a la verdadera felicidad. Es relevante que la educación retome la diversión sana y formativa.

- **Justificación de la relación del Informe Académico con la carrera de Pedagogía**

El profesional de la educación que realiza una intervención pedagógica busca enseñar (*in-signare*) y comunicar, es decir, ser un maestro que realmente trascienda e infunda el conocimiento en sus alumnos y debe de ser "*magis instructus*"⁹, esto es lo que realmente lo hace competente para educar, su personalidad entera es la que educa, actúa para la realización humana y debe de hacerlo aún sin proponérselo, pues forma a través de su ejemplo, no solamente con la voz, sino que debe de enseñar con todo su ser, con sus actitudes, cuerpo, gestos, vestido, entonación, tratando de enviar un mensaje integral a todos los que le rodean.

La virtud de la eutrapelia ayuda a la comunicación y a mediar el logro de los aprendizajes significativos por medio de una convivencia afable, a través del juego, de las dinámicas, del optimismo. En esencia, colabora a construir ambientes de aprendizaje, los que deben

⁸ Agroicos que se da por defecto de una austeridad excesiva, que rechaza incluso la diversión honesta y sana.

⁹ *Magis*: más, más de lo acostumbrado. p. 301 *Instructus*: provisto, dotado, guarnecido, preparado, instruido, versado en una cosa. p. 265. Breve Diccionario Porrúa, latín-español, Ed. Porrúa, S.A. de C.V. México, 1999.

de difundirse desde el hogar, desde una directora del hogar formada en una alegría que educa.

Santo Domingo fue un verdadero pedagogo, un verdadero genio festivo: la alegría brillaba siempre en su rostro y nadie más accesible y afable como él para la formación integral de las personas.

Santo Tomás dedica en la *Summa Teológica* dos artículos a la afabilidad o trato agradable en las relaciones formales (2-2, q.114) y tres artículos a la eutrapelia o virtud de la alegría en las relaciones informales (2-2, q.168).

La eutrapelia es una virtud personal y comunitaria, porque surge o emerge para situar en el ambiente convivencial con amabilidad y espíritu festivo, sacando del subjetivismo comunicativo.

Francisco de Victoria¹⁰ señala que el acto educativo hacia los educandos debe de descartar “azotes, temor y miedo que los vuelve tontos y más inhábiles”, y enfatiza la afabilidad en la interrelación seria y la necesidad de vivir la virtud de la eutrapelia en los períodos de descanso: “El hombre en la conversación no debe ser triste, ni pesado, ni mohino”.

El espíritu de alegría que nos da la virtud de la eutrapelia, nos genera una corriente de simpatía, creando un espacio apropiado para el encuentro con el otro, por medio de una actitud de apertura y acogimiento en la que se logran transmitir los conocimientos.

¹⁰ Primer Obispo de Tucumán, nació en Portugal, llegó a Perú donde estudió y se ordenó fraile dominico, fue enviado a Roma por los dominicos de Perú como su representante legal, ganó el respeto de las autoridades eclesiásticas y fue nombrado obispo de Tucumán. Inicó sus tareas en Santiago de Estero (sede del episcopado establecido en 1570) con entusiasmo, visitó a los dispersos poblados y fomentó la expansión de la obra misionera entre los indios de la región, trajo los primeros jesuitas del Perú para unirse a los misioneros de otras órdenes. Murió en 1592.

Es elemento indispensable el analizar en los ámbitos de trabajo del pedagogo que la familia es el lugar primario donde los hijos aprenden a vivir a través del ejemplo, esta virtud tan desconocida y siempre necesaria: la eutrapelia.

La educación enseña a vivir bien la vida, nos obliga a portarnos bien, entendiendo esta frase como el hombre que disfruta de la vida, el que ha encontrado un verdadero sentido a su existencia, porque en última instancia no sólo trata de hacer cosas buenas, sino de ser bueno.

La vida plena se traduce en alegría.

Es importante lograr que las personas lleguen a tener auténticas convicciones intelectuales sobre los valores.

El pedagogo tiene un papel prioritario en el ambiente de hoy que se caracteriza por la banalidad, el vacío espiritual en una sociedad materialista y utilitaria que lleva a tratar de conseguir todo lo que se quiere; el egoísmo lleva a querer tener y hacer de todo sin pensar que eso no es lo mejor para la propia naturaleza; el permisivismo, que deja actuar pasando sobre los derechos de los demás; el deseo de comodidad, que lleva a buscar una vida fácil y sin compromiso; la falta de conocimiento de las propias debilidades humanas; no ejercitar la virtud de la fortaleza; el desorden, que impide distinguir entre lo realmente necesario y lo superficial evitando que se ordenen correctamente las pasiones a la voluntad; el clima de nerviosismo, que lleva a desahogar la tensión a través del exceso en ciertos aspectos; y una conciencia laxa, permisiva o mal formada.

Hoy la diversión se caracteriza por la exacerbación de los sentidos, el libertinaje y los excesos, y es en esta coyuntura en donde el profesional de la educación puede y debe ayudar a la formación en la eutrapelia para aprender a divertirse y descansar sanamente, por medio de actividades buenas que ayuden al hombre a ser mejor persona.

Se tiene que aprender a hacer del descanso, del tiempo libre y del ocio, una virtud.

Estos cuando se ponen inteligente y libremente al servicio de la vida, se van transformando en virtudes; es urgente aprender a descansar; el trabajo y el descanso se complementan, alimentar sólo a uno es malograr y echar a perder a los dos. El trabajo realiza a la persona sólo cuando aprende a armonizarlo con el descanso.

El ocio era en la antigüedad, el recogimiento espiritual de las personas en lo más íntimo de su ser. En la modernidad, el ocio, es un vacío interior que se quiere rellenar con ruido. El hombre no sabe manejar su tiempo libre, porque no sabe manejar el ocio, lo que le impide llegar al sentido de su ser.

La vida de forma natural no se opone a la verdadera alegría. La persona la debe de buscar al ser ésta la manifestación de la felicidad pero sin desviarse hacia los vicios como las drogas, el sexo, el alcohol, entre otros. Porque estos son falsas salidas a la realidad. La auténtica alegría se vive descubriendo y aceptando la realidad.

Es un error confundir la alegría con el placer absoluto.

Es necesario pensar que buscar la felicidad como producto solamente para satisfacer los placeres no es verdadero; porque en el fondo del alma está clamando de dolor el hombre insatisfecho.

El buen humor va de la mano con la alegría y son ingredientes imprescindibles para la armonía integral de la persona, es una armonía biológica, psicológica, social, espiritual y trascendente.

Para la persona son incontables las formas para entretenerse; la diversión se puede conseguir de múltiples maneras que uno mismo puede inventar y descubrir, sin limitarse únicamente a las opciones comerciales que ofrece la sociedad consumista.

Por lo antes reflexionado, el objetivo de este Informe de Actividad Profesional se refiere a la proyección social de la virtud de la Eutrapelia, virtud tan desconocida, como necesaria.

APARTADO I

CUERPO DEL TRABAJO

I.1. Descripción General

I.1.1 Tipo de Institución

Estudios de Administración Aplicada, A. C. (EDAC) ^{*} es una Institución Educativa sin fines de lucro, fundada en 1978 que se dedica principalmente a la formación integral de la mujer en todos los ámbitos y actividades de la vida: personal, familiar y profesional.

EDAC ha desarrollado su proyecto educativo a partir de una serie de valores y principios fundacionales que la han llevado a ser una institución claramente identificada con los valores que emanan del ser propio de la mujer y de los cuales impregna toda su actividad, en especial la de ser directora de su hogar.

^{*} Desde este momento en el Informe Académico se denominará EDAC a la institución de Estudios de Administración Aplicada, A.C.

I.1.2 Finalidades, Metas y Objetivos Institucionales en EDAC ⁹

- **Visión:**

EDAC se propone ser una de las instituciones que logre la formación de una nueva generación de mujeres identificada con su esencia, con base en herramientas y sistemas específicos, logrando profesionalizar su actividad en los ámbitos personal, familiar, laboral y social con profesionalidad que se distingan por:

- Ser mujeres identificadas con su esencia, y que sean fieles a ella;
- Que participen junto con el hombre en un proyecto común: en el matrimonio, en la familia, en la empresa y en la comunidad;
- Que ayuden a otros a construirse a sí mismos;
- Que desarrollen al máximo sus capacidades humanas de pensar, decidir y realizar;
- Que aprendan a aprovechar racionalmente los recursos disponibles;
- Que sean trabajadoras y que enseñen a sus hijos a trabajar;
- Que sean un elemento integrador y den vida a lo que toquen dentro y fuera del hogar;
- Que sean guías de participación en su familia y en la comunidad;
- Que formen una cadena de mujeres con un hondo espíritu de servicio en la que cada una sea capaz de brindar a otras mujeres y a otras familias todo lo que es, lo que sabe y lo que posee.

Un factor primordial para que la mujer pueda cumplir como directora del hogar su función y en ella insertarse su ser como mujer, es el desarrollar la virtud de la eutrapelia, y sólo de esta manera podrá cumplir dentro de los diferentes ámbitos donde se desenvuelva.

⁹ EDAC., Documentos normativos de la Filosofía Institucional, 1994. Documento mimeografiado.

• **Misión:**

EDAC señala en su misión, el proporcionar a la mujer actual los conocimientos y herramientas que le ayuden a realizarse profesionalmente en todas sus actividades, identificándose con su esencia de ser la **receptora, transmisora y conservadora** de la vida física y espiritual del ser humano, a partir de lograr la unidad y armonía en los tres ámbitos de su vida: personal, familiar y social, y reconociendo la igualdad y la complementariedad con el hombre en todos los ámbitos y actividades humanas, integrando en su desarrollo personal la atención del hogar y la familia con responsabilidad social, expresada en actividades concretas, entre ellas, en la formación de la alegría y la diversión.

Los **valores** que dan sustento y contenido a la filosofía, metas, objetivos, proyectos y modelo educativo de EDAC son:

- **Vitales:** relativos a la salud y el bienestar de la persona humana.
- **Económicos:** referidos a la utilidad y eficacia de los recursos y el trabajo.
- **Bien Común:** alcanzado a través del trabajo, participación y solidaridad.
- **Verdad y Bien:** como rectores de las facultades específicamente humanas: la inteligencia y la voluntad, y por ende toda actividad humana.
- **Belleza:** concebida como la armonía y el cuidado de los detalles en todos y cada uno de los aspectos relativos a la vida de la persona.
- **Valor Trascendental:** que por antonomasia¹⁰ es Dios, que direcciona y da sentido y fundamento último a la vida, al trabajo, a las acciones, sentimientos y pensamientos de la persona, tanto en su acontecer individual como social.

¹⁰ Antonomasia: sustitución de un nombre común por un nombre propio, o viceversa. Por antonomasia, por excelencia. Diccionario de la lengua española esencial, p. 43.

En estos valores se centra el fin de la mujer, recordando que uno de ellos es ser formadora de otros, por ello, como directora del hogar es necesario que forme en la virtud de la eutrapelia, asimismo ayudar a conformar los valores vitales, económicos, del bien común, de la verdad y el bien, la belleza en su familia, y con ellos cumplir el trascendental.

Consecuentemente y vinculado directamente con su misión y visión, EDAC ha sistematizado diez conceptos fundamentales, que dan sustento a su filosofía institucional, metas, objetivos, modelos y programas educativos, los cuales son explicados más adelante:

- Persona
- Mujer Integral
- Mente Administrativa
- Matrimonio
- Vida de familia
- Hogar profesional
- Participación
- Trabajo
- Servicio
- Sociedad (vid infra, p. 25,26, 27)

De tal forma que con ellos se logren los objetivos de EDAC, preparar a la mujer para la vida y el trabajo, en libertad:

* Cada uno de estos conceptos fundamentales, están explicados con profundidad en el apartado de Contenidos Educativos.

Faltan páginas

N° 22-23

I.1.4 Estructura pedagógica de EDAC

En los programas educativos se busca que la mujer encuentre los fundamentos de su ser y su quehacer en todos los ámbitos de la actividad humana, a través de diferentes servicios tales como cursos, conferencias y diplomados, asesorías y material didáctico^{*}.

1. Entre los **cursos** que se imparten se encuentran:

- *Mujer en la familia*: Administración en el hogar, Valores Familiares, Cómo educar a los hijos**, Personal Profesional de servicio.
- *Mujer en la empresa*: Ser profesional, Calidad de servicio, Motivación y creatividad, Participación y trabajo en equipo.
- *Mujer en la comunidad*: Carrera Técnica de Promotoras de Comunidad, Formación profesional de Promotoras Voluntarias, Cómo lograr el Desarrollo Comunitario, Cómo ser emprendedora y líder, Diversas oportunidades de actividades productivas y ecotecnias.

Los cursos se diseñan de acuerdo con los requerimientos de cada grupo y se organizan con la frecuencia, lugar y horario necesarios.

2. Conferencias y diplomados

- "Mujer Integral" registro de validez no oficial SEP V-901782 (a distancia)
- "Desafíos de la acción social"

^{*} El material didáctico es una serie de publicaciones de la Editorial Trillas, videos y programas interactivos que coadyuvan a la formación de la mujer.

^{**} En el ámbito de la mujer, en la familia, es donde se impartió el curso a las directoras del hogar denominado: "La eutrapelia: virtud fundamental para la formación integral del ser humano".

3. Asesorías

- En Desarrollo Comunitario
- Implementación del Modelo de EDAC: auto-desarrollo, trabajo y participación comunitaria.

I.1.5 Contenidos educativos

De esta manera por medio de cursos, conferencias y diplomados, así como asesorías, es que se busca la formación integral de la mujer, en cualquiera de sus ámbitos de desarrollo, a partir de diez conceptos básicos:

1. **Persona:** que es una unidad sustancial de cuerpo y alma, de naturaleza racional, con inteligencia, voluntad y afectividad, por lo tanto con libertad y con dignidad personal. Es un ser único, irrepetible, dueño de sí. Un ser de aportaciones y perfectible, que se realiza a través del auto conocimiento, el auto dominio y la donación.
2. **Mujer Integral:** es la mujer que, por un lado valora y se identifica plenamente con su esencia como transmisora de la vida física y espiritual del ser humano. Su misión es proporcionar a cada ser humano los elementos que requiere para construirse a sí mismo, y por otro, luchar por alcanzar la unidad y armonía en sus tres ámbitos: el personal, el familiar y el social.
3. **Mente Administrativa:** herramienta para desarrollar las capacidades humanas de pensar, decidir y realizar. La persona con base en ocho preguntas claves orienta sus actos humanos: qué voy a hacer, para qué, a quién, con qué, cómo, quién, cuándo y

dónde. El ejercicio continuo y aplicado de la mente administrativa a cada actividad, significan un desarrollo y ejercitación constante de la inteligencia y de la voluntad, y el logro de una gran eficacia en tales actividades.

4. **Matrimonio:** como común-unidad de vida y amor entre un hombre y una mujer. Como institución natural y fundamento de la familia, donde nacen la complementariedad y la participación del hombre y de la mujer, en el hogar y en el mundo.
5. **Vida de familia:** que se concreta en cuatro aspectos, objetivos y funciones de los padres: dar bienestar, dar trato personal, formar y hacer participar.
6. **Hogar profesional:** en el que se retoma la dignidad del trabajo en el hogar realizado en forma profesional y se simplifica la dirección del hogar, aplicando las ocho preguntas de la mente administrativa para programar los recursos y los servicios del hogar.
7. **Participación:** como aquel proceso que permite compartir un destino común, repartir bienes materiales e inmateriales y formar parte con otros en un quehacer, favoreciendo la capacidad de la persona como un ser de aportaciones, de auto-desarrollo y armonizando los tres ámbitos de su vida: personal, familiar y social.
8. **Trabajo:** proceso u actividad humana esforzada mediante la cual el hombre domina la tierra –descubre, perfecciona y usa oportunamente sus recursos- para su propia realización personal, para la integración y supervivencia de la familia y para la prestación del mejor servicio a la sociedad.

9. **Servicio:** es tanto la capacidad como la actividad de auto-donación consciente, libre y responsable de quien pone a disposición del otro aquellos medios que le son necesarios para su realización y perfección, obteniendo al mismo tiempo, el propio desarrollo personal.
10. **Sociedad:** es la unión de personas para ayudarse mutuamente en la consecución del ser plenamente humano exigido por los fines existenciales. Es una institución natural que debe de buscar el desarrollo digno de cada persona, logrando el bien común a través de la solidaridad y la subsidiariedad.

El manejar estos conceptos en las diversas acciones pedagógicas dentro de EDAC permite que las directoras del hogar tengan diversos beneficios en cuatro áreas básicas, tales como la persona, la familia, la empresa y la comunidad¹¹; éstos son:

1. Persona

- Desarrollo de capacidades humanas.
- Identificación de la mujer con su esencia.
- Unidad de vida y armonía.
- Mejora de autoestima.
- Capacidad de administrar los recursos.

2. Familia

- Integración y participación de las familias.

¹¹ Ámbitos de trabajo del pedagogo.

- Promoción de la igualdad y complementariedad de hombre y mujer, en el hogar, la empresa y la sociedad.
- Fomento y conservación de los valores.
- Educación para el trabajo y la participación.
- Cambio de actitud de la mujer en y desde su familia.
- Promoción de familias emprendedoras y productivas capaces de elevar su nivel de vida.

3. Empresas

- Fomento de la calidad y productividad del trabajo de la mujer.
- Armonía e integración del trabajo de la mujer dentro y fuera del hogar.
- Promoción de la presencia de la mujer en el mundo laboral, y del hombre en el hogar y la educación de los hijos.
- Participación de las empresas en iniciativas concretas de mejora de la comunidad.

4. Comunidad

- Formación del personal e integración familiar.
- Desarrollo de capacidades y creación de oportunidades de trabajo como medios eficaces contra la pobreza.
- Promoción de procesos de trabajo y participación entre las personas de la comunidad.
- Aprovechamiento de recursos disponibles.
- Promoción de proyectos productivos.

- Establecimiento de vínculos con autoridades, grupos y organismos de la comunidad.

Los valores y conceptos indicados dan sustento y contenido al proyecto y modelo educativo de EDAC, cuya concepción de la educación parte de la idea central de que gran parte de los problemas que aquejan a la sociedad, tales como la miseria, la injusticia, corrupción, aberraciones humanas; podrán resolverse entre otras acciones a través de la educación y sin que con ello restemos importancia a otros aspectos tales como la salud, la economía y la política entre otros.

Es importante señalar que en EDAC se apoya el proceso educativo, consistente esencialmente en el proceso de perfeccionamiento intencional de las facultades humanas; por ende la educación debe de ser un proceso:

- **Continuo:** que permanezca a lo largo de la vida del ser humano.
- **Intencional:** que oriente cada una de sus acciones hacia fines valiosos en sí mismos.
- **Dialógico:** es decir, que se realice con base en el diálogo comprensivo, confiado, respetuoso y orientado al mejoramiento, entre dos personas que al involucrarse en dicho proceso, se comprometan consigo mismas, con su comunidad, y con los más altos valores humanos. Realizado con base en el desarrollo de conocimientos y habilidades pedagógico –didácticas, sustentadas en una clara antropología filosófica.
- **Social:** lo que supone participación, mutuo aprendizaje y enriquecimiento, así como el reconocimiento del educando como un ser de aportaciones, con una experiencia y conocimientos previos, que favorecerán la construcción de nuevos y mejores conocimientos, habilidades, actitudes y hábitos.
- **Ético, socialmente comprometido, estético, verdadero y trascendente.**

La mujer puede contribuir a esta necesaria labor educativa de proporcionar la información y formación necesaria y pertinente que contribuya a humanizar el mundo. Para ello debe contar con los conocimientos y elementos necesarios para ejercer plenamente su natural función educadora que deriva de su esencia femenina, de su ser como receptora, transmisora y conservadora de la vida física y espiritual del ser humano, y una de las bases de esta formación es justamente la virtud de la eutrapelia.

La directora del hogar da vida, que significa alimentar, proteger, guiar, satisfacer necesidades, dar trato personal, EDUCAR, y justo a través de la educación que la mujer realiza en su forma más contundente: la maternidad espiritual, la que toda mujer debe ejercer para impregnar la vida de aquellos con quienes se relaciona, y que junto con los valores, la cultura, las tradiciones y virtudes, enriquecen la humanidad.

Ser mujer integral o plena tiene su fundamento en la educación, y para ejercer su función natural de educadora y por ende, como directora del hogar, requiere:

- Realizarse como persona.
 - Constituirse en una realidad *fontal*¹², que se llene y transmita la vida a las personas que reciben su influencia.
 - Desarrollar al máximo todas sus capacidades.
 - Conquistar una posición con igual valor, dignidad, responsabilidad y posibilidades que el hombre, sin antagonismos, sino como complemento, buscando el perfeccionamiento mutuo.

¹² Fontal: como fuente, que empape y transmita a todos los demás.

- Ser capaz de llevar a cabo una relación conyugal plena, que sea el firme fundamento de la familia.
- Ejercer la función educadora en forma profesional, en primera instancia con la familia, y por extensión a la sociedad.
- Trascender a través de esa función maternal a otras mujeres y a otras familias.
- Que la condición de darse forme parte de un vivir cotidiano y se concrete en una labor de promoción y formación de los seres humanos, que los prepare para la vida y los eduque para el trabajo.
- Ser ella una persona educada, comprometida con su propio desarrollo y perfeccionamiento, para que sea capaz de ser guía y el factor de cambio que genere el desarrollo personal, el bienestar y la participación de quienes le rodean.
- Saber transmitir y brindar –a través de la educación- su mejor servicio, el cual consiste en ayudar a otros seres humanos a construirse a sí mismos.

Ciertamente para desarrollarse y realizarse requiere sentirse plena y feliz, formación que da la virtud de la eutrapelia.

I.1.6 Estrategias de acción en EDAC

Así, todos los programas educativos de EDAC se orientan a la:

- La formación integral de la mujer.
- La integración familiar.
- La profesionalización del trabajo.
- El desarrollo social.

Se cree y se afirma que pedagógicamente formando a una cadena de mujeres se *ofrece la oportunidad de participar en forma profesional*, y se ayuda a formar a las mujeres que carecen de recursos *brindando diversas oportunidades de desarrollo*.

Es importante señalar que la metodología utilizada durante este curso fue la metodología basada en el taller, lo que permite la participación y aprovechar las aportaciones basadas en la experiencia individual de cada una de las directoras del hogar.

Cabe recordar que "(...) la participación [...] es una actitud que exige el binomio de capacidades: confianza-respeto y comprensión-exigencia"¹³. Para dirigir la participación se requiere de actitudes positivas, entre las que destacan: confianza, respeto, comprensión y exigencia.

La metodología del taller aunada a una actitud positiva es en realidad un conjunto de métodos y técnicas, así como de procedimientos didácticos que, combinados permiten que se genere un ambiente eficaz para aprender.

Es importante señalar el perfil de los participantes en general que asisten a los cursos, diplomados y asesorías que da EDAC:

¹³ VILLOBOS, Elvia Marveya., *Didáctica integrativa y el proceso de aprendizaje*, p.171.

I.1.7 Perfil de los actores del PEA en EDAC

Perfil de las profesoras de EDAC	Perfil de las directoras del hogar
<p><i>Cognoscitivo:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - resolución de problemas - análisis y síntesis - capacidad de reflexión 	<p><i>Cognoscitivo:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - resolución de problemas - creatividad
<p><i>Actitudinal:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - tono humano - congruencia de vida - eficacia - compromiso 	<p><i>Actitudinal:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - interés por aprender, analizar y proponer soluciones a problemas concretos
<p><i>Habilidades:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - aprender a hacer - habilidades docentes - gestión académica 	<p><i>Habilidades:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - aplicación - capacidad de síntesis - liderazgo

Con el punto anterior, se ha analizado la estructura general y el proyecto educativo de EDAC, institución donde se impartió el curso: "Eutrapelia: virtud fundamental para la formación del ser humano".

I.2 Descripción Específica

I.2.1 Funciones y Acciones Desarrolladas

Actualmente, es un hecho que las personas viven de modo cotidiano con actitudes y estilos de vida que traen consigo estrés, nerviosismo, fastidio, entre otras actitudes; situaciones que impiden totalmente tener una buena calidad de vida.

Se tiene preocupación por aspectos de tipo laboral o del hogar, olvidando el desarrollo integral de la persona, por ello, es que EDAC, en su dirección pedagógica, se preocupa por analizar las situaciones vividas por la mujer de hoy y tratar de proyectarlos mediante cursos, seminarios, talleres, diplomados y asesorías.

I.2.2 Selección y exposición de un proyecto

El mejor medio donde el hombre aprende a divertirse es la familia, es por eso que en Estudios de Administración Aplicada, A. C. (EDAC) se diseñó un curso dirigido a las mujeres en donde se trataron temáticas que ayudan a un mejor desempeño como formadoras en su hogar, en los contenidos se estudió la eutrapelia, así como la importancia del reposo y del trabajo, la elegancia del espíritu, la gracia de una persona libre, el juego y la felicidad, los inconvenientes que pueden afectar fácilmente a la felicidad, la casuística errónea de las diversiones, beneficios de la alegría, importancia del aprovechamiento del tiempo y la importancia por tanto de la eutrapelia en una personalidad madura llena de sentido entre otras cosas más.

Para solucionar el hecho actual, de que la persona no sabe divertirse sanamente con la máxima alegría sin atentar contra la ley moral, se propuso un curso denominado: "La eutrapelia: virtud fundamental para la formación integral del ser humano", que buscó fomentar el desarrollo de la eutrapelia en la educación que se da en la familia, tratando de difundir esta virtud como una alegría en la vida, por ello, es que se buscó dirigirlo principalmente a las directoras del hogar, debido a la acción educativa que ejercen dentro de la familia y en la formación de la persona.

Se eligió el diseño de un curso con metodología de taller, al cubrirse con éste ciertas características¹⁴:

- Los miembros se comprenden y se aceptan unos a otros.
- La comunicación es abierta.
- Los integrantes del grupo se responsabilizan de su propio aprendizaje y conducta.
- Los integrantes del grupo cooperan.
- Los procesos para tomar decisiones han sido establecidos.
- Los integrantes del grupo son capaces de estudiar (no discutir) los problemas abiertamente y resolver sus conflictos de manera constructiva.

¹⁴ R. Santoyo, **Algunas reflexiones sobre la coordinación en grupos de aprendizaje**, en Perfiles Educativos, num. 11, CISE – UNAM, México, p. 3 - 19

APARTADO II

VALORACIÓN CRÍTICA

II.1 Fundamentación de la crítica

En el curso: "Eutrapelia: virtud fundamental para la formación integral del ser humano", se trabajaron diversos contenidos a lo largo de las sesiones que lo integraron, los cuales a continuación se desarrollarán y asimismo constituyeron la base teórica del curso.

Una de las virtudes señaladas en la *Ética* de Aristóteles es la eutrapelia, es decir, la capacidad que tienen ciertas personas de abandonar la seriedad para divertirse sin excesos y volver con fuerzas renovadas al trabajo. Aunque Aristóteles situó al *eutrapelos* a medio camino entre el simple bromista y el hombre desapacible.

La virtud de la eutrapelia también se encuentra detrás del ideal renacentista del *vir facetas*, ese hombre culto y refinado, pero capaz al mismo tiempo de deslumbrar en los salones con su ingenio y sus faecias¹⁸ o divertidas anécdotas. Este sujeto divertido que anheló ser el hombre renacentista lo fue Poggio Bracciolini¹⁹, quien tras editar a Quintiliano y Estacio publicó una exitosa colección de faecias.

Miguel de Cervantes Saavedra no tuvo reparos en reconocer que su obra servía para este fin, como él dice: "no siempre se está en templos (...), se ocupan los oratorios, (...) se

¹⁸ Chistes y/u ocurrencias de cartas personales o de algún fragmento narrativo.

¹⁹ Bracciolini Poggio, nombre completo Gian Francesco Poggio Bracciolini (1380-1459), humanista y calígrafo italiano. Durante sus viajes por Italia y Francia descubrió y transcribió diversos manuscritos de importantes textos clásicos latinos, entre los que figuran los de Cicerón y Quintiliano y del poeta Publio Papinio Statio.

asiste a los negocios (...): horas hay de recreación donde el afligido espíritu descansa. Para este efecto se plantan las alamedas, se buscan las fuentes, se allanan las cuestas y se cultivan con curiosidad los jardines”.

Cualquiera que haya leído la obra de Cervantes se dará cuenta enseguida de que su actitud y su consideración de la literatura como entretenimiento y juego, es en realidad un asunto muy serio.

El presbítero Alfredo Sáenz, autor del libro de las “Siete virtudes olvidadas”²⁰ sustenta que la virtud de la eutrapelia es propia del hombre que regula la diversión, la vida de esparcimiento y juego, e invita a los jóvenes a la adopción de hábitos buenos que desarrollen facultades para el estudio mediante esta virtud. Acerca de la fiesta comentó que festejo sin un objetivo determinado y consciente, no tiene sentido.

En el curso de eutrapelia, se hizo hincapié con las directoras del hogar acerca de la relevancia de forjar en el hombre el conocimiento y la tranquilidad, analizando que las sociedades nuevas no tienen tranquilidad, pues se considera que el ruido excesivo es el objetivo de una buena fiesta, y este hecho es uno de los motivos por el que no se llega a la verdadera felicidad.

El ocio en la antigüedad implicaba el recogimiento espiritual de las personas en lo más íntimo de su ser, pero hoy, implica un vacío interior que se quiere “rellenar” con ruido; es importante que la mujer ayude a su familia a manejar el tiempo libre, pues en la actualidad no se sabe manejar el ocio y no se llega al sentido de vida; por lo que se debe de formar en la virtud de la eutrapelia, que es la que ayuda a vivir en el justo medio entre el espíritu de relajación lúdica y el exceso de la seriedad, esta virtud permite forjar equilibrio y madurez.

²⁰ Sáenz, Alfredo, **Siete Virtudes Olvidadas**, p. 37.

Fue Aristóteles quién inició el estudio de esta virtud; posteriormente pasó casi al olvido, quizás porque la palabra “eutrapelia” se confundió con la disipación y el espíritu payasesco; por ejemplo, San Pablo empleó el vocablo en sentido peyorativo cuando en su carta a los efesios (5,4) los exhortaba a evitar “(...) las conversaciones tontas o la bufonería (eutrapelia)”; cabe indicar que los Padres de la Iglesia mantuvieron, por lo general, dicha tesisura, condenando la falta de seriedad y la propensión a la broma incesante, confundiéndose en los primeros siglos del cristianismo la eutrapelia con lo que Aristóteles había fustigado como un exceso del espíritu lúdico.

Fue Santo Tomás quien al redescubrir a Aristóteles elaboró una doctrina de la eutrapelia plenamente integrada en la ética cristiana; debe recordarse que Aristóteles había tratado el asunto principalmente en su *Ética a Nicómaco*, que el Aquinate comentó con gran penetración y desarrolló luego ese análisis en distintos lugares de la *Summa Teológica*, pero sobre todo en una cuestión dedicada toda ella al estudio de dicha virtud. Es principalmente en este último lugar donde nos ha dejado un análisis admirable que proporciona los grandes principios de lo que podría denominarse **“la filosofía y teología del juego y de las diversiones”**.

En la moral tomista, la virtud de la eutrapelia encuentra su lugar como parte de la virtud de la modestia²¹, y ésta, es a su vez, como parte potencial de la virtud de la templanza²².

²¹ Del latín: *modestia*, moderación. La virtud que modera todos los movimientos internos y externos y la apariencia de la persona según sus dones y estado de vida. Para el cristiano esto se logra a la luz de su relación con Dios; incluye: humildad, estudiosidad, así como los dos tipos de modestia externa: modestia en el vestir (y en los adornos del cuerpo inclina a la persona a evitar no sólo lo que es ofensivo a otros sino también lo que no es necesario) y en el comportamiento (lo que dirige a la persona a observar el decoro de su personalidad).

²² Cuando se afirma que la modestia es una parte potencial de la templanza, se quiere decir que es una de esas virtudes que pertenecen al ámbito de la templanza, pero que moderan las cosas que son más fáciles de moderar. A la modestia pertenecen distintas virtudes, entre las cuales se encuentra nuestra bien ponderada eutrapelia.

En el curso se retomaron las ideas históricas de la virtud de la eutrapelia, así como se desglosaron algunos puntos sobre la enseñanza aristotélica – tomista, con el fin de llevar a las directoras del hogar a comprender mejor esta virtud.

- **El reposo del trabajo**

En la Ética a Nicómaco comienza Aristóteles preguntándose si al hombre culto y perteneciente a una civilización refinada le es lícito buscar descanso en la broma placentera y el juego, respondiéndose sin dudar afirmativamente; cabe señalar que Santo Tomás reformula su razonamiento:

Tiene el juego cierta razón de bien, en cuanto que es útil a la vida humana. Porque así como el hombre necesita a veces descansar de los trabajos corporales desistiendo de ellos, así también se necesita a veces que el alma del hombre descanse de la tensión del alma, con la que el hombre encara las cosas serias, lo que se hace por el juego²³.

El hombre al existir tiene la experiencia del cansancio, sintiendo la necesidad del reposo y de la distracción. El descanso del cuerpo lo obtiene suspendiendo el ejercicio corporal; la mente, en cambio, encuentra su descanso en la “diversión” (di-versio = apartamiento) de la atención hacia otros objetos agradables, distintos de los que integran su trabajo habitual.

Santo Tomás en la Summa Teológica reafirma el hecho:

“Así como la fatiga corporal se repone por el descanso orgánico, también la fatiga espiritual se restaura por el reposo espiritual. El reposo del espíritu se halla en el placer, como hemos visto anteriormente, debemos de buscar un placer apropiado que alivie la fatiga espiritual procurando una interrupción en la tensión del espíritu”.

²³ Comm.in. Eth.Nic., lib IV, lect. 16, n. 851

Retomar lo señalado por Aristóteles y Santo Tomás, puede relacionarse un relato que se conserva en la llamada “Colación de los Padres”:

(...) habiéndose escandalizado algunos de sorprender al evangelista San Juan jugando con sus discípulos, mandó éste a uno de ellos que arrojara una flecha. Lo hizo una vez, otra vez... “¿Podrías hacerlo continuamente?”. “No, le respondió, porque se rompería el arco”. “Eso mismo sucede al alma si se mantiene siempre en la misma tensión”, concluyó San Juan. Y agrega Santo Tomás: “Esos dichos o hechos en que no se busca sino el placer del espíritu se denominan juegos y fiestas, y es preciso usarlos para el descanso del alma²⁴”.

Así, se analizaron varias experiencias sobre cómo generar un reposo cuando se ha trabajado, lo que llevará a la felicidad y a la introspección del espíritu.

- **La elegancia del espíritu**

Aristóteles ofrece una aproximación al “hombre eutrapélico”:

“Los que tienen gusto por el humor moderado (*moderate ludentes*) se llaman eutrapelos, es decir, bien orientados (*bene vertentes*)”.

El Estagirita se basa en el origen semántico de la palabra “eutrapelia”, que significa bueno, pero también --y en el caso del curso y del presente informe académico-- con facilidad, bien, convenientemente; así como “*trapelia*” se traduce como movilidad, agilidad; sustantivo que proviene de dar vuelta y giro.

Santo Tomás retomando a Aristóteles se refiere tanto a la virtud, como al que la encarna en los siguientes términos:

²⁴ *Summa Theol.* II-II, 168, 2c

Todas estas cosas (los descansos, las diversiones, el juego) han de estar ponderadas por la razón. Y como todo hábito que obra en conformidad con la razón es virtud, síguese que acerca del juego puede darse también la virtud, que el filósofo llama "eutrapelia". Y al hombre que tiene la gracia de convertir en motivo de solaz las palabras y obras, le llaman "eutrapélico", palabra que viene de "buen giro" (*bona versio*)²⁵.

Fue interesante en el curso comentar como la persona, vuelve hacia acá o hacia allá, según las necesidades, y como también el alma se comporta de manera semejante, orientándose en una u otra dirección.

Muchas veces se juzga a un hombre por los movimientos de su cuerpo, escribe Aristóteles; de manera análoga los movimientos del alma revelan la calidad de su espíritu. Santo Tomás reforma esa idea diciendo que las diversas actitudes que alguien puede tomar cuando se encuentra en un grupo —al inducir a la risa en exceso, o con defecto, o de manera moderada— son indicio de su disposición interior:

"Porque así como por los movimientos corporales se discernen las disposiciones interiores de los cuerpos, así por las obras exteriores se conocen las costumbres interiores".

La eutrapelia es, pues, la virtud del que "gira bien", del que sabe ubicarse como conviene al momento, una virtud aristocrática, propia de quien posee agilidad espiritual, por la que es capaz de "volverse" fácilmente a las cosas bellas, joviales y recreativas, sin lastimar por ello la elegancia espiritual del movimiento, sin perder la debida seriedad y su rectitud moral.

²⁵ Idem

- **La gracia del hombre liberal**

El hombre liberal no es lo que los políticos llaman "liberales", que por lo general suelen tener bastante poca gracia. Se utiliza este calificativo fundamentándose en Aristóteles y Santo Tomás, para designar al hombre desprendido, desapegado de los bienes materiales, a tal punto, que se vuelve capaz de ser generoso, dadivoso.

Aristóteles, indica que la virtud de la eutrapelia consiste en un medio entre dos extremos viciosos, aquel que peca por exceso y aquel que peca por defecto, agrega:

"El medio propio (de la eutrapelia) es el de la distinción. Es propio de la distinción decir y oír lo que conviene a un hombre liberal. Hay ciertas cosas que un hombre de bien puede decir y oír en el campo lúdico. El juego liberal (*liberalis ludus*) se diferencia del servil, como el disciplinado del indisciplinado"²⁶.

Fue relevante hacer un análisis con las directoras del hogar sobre los extremos en que puede caer la persona cuando quiere divertirse, lo que ciertamente para llevar ese entretenimiento al bien, debe implicar la gracia.

Santo Tomás interpreta este texto reflexionando que existe un juego que conviene al hombre liberal, o sea, a aquel cuyo ánimo está libre de pasiones serviles:

"El juego del hombre liberal, es decir, del que por propia voluntad intenta obrar bien, difiere del juego del hombre servil, que se ocupa de las cosas serviles. Y el juego del hombre disciplinado, es decir, del que está instruido de cómo deba jugar, difiere del juego del hombre indisciplinado, al que ninguna disciplina refrena en el juego"²⁷.

²⁶ Ética a Nicómaco, lib. IV, cap.14.

²⁷ Comm.in. Rth. Nic., Libia, lect. XVI, n. 857-858.

- **El juego y la felicidad**

Por noble que sea el juego cuando se le entiende no parece que pueda ser considerado como el "*summum*" de la vida humana, así es que Aristóteles hace una reflexión del juego donde se encuentra la felicidad: "La felicidad no consiste en el juego", pues sería un absurdo que la diversión fuera el fin de la vida.

Según Anacársis²⁸ parece recto divertirse para dedicarse después a asuntos serios:

"La diversión es una especie de reposo, y como no se puede trabajar sin descanso, el ocio es una necesidad, pero éste, no es el fin de la vida, pues sólo tiene lugar en razón de la futura operación.

La vida dichosa es la vida conforme a la virtud; ésta va con el gozo, pero no con el gozo del juego. Las cosas serias son mejores que las que mueven a risa y a chanza, y el acto de lo mejor del hombre, se considera siempre como el acto más serio"²⁹.

Santo Tomás coincide con Aristóteles en su afirmación de que la felicidad radica en la vida virtuosa, no en el juego. Si el juego fuera la felicidad, sería el fin de toda la vida humana, de modo que el hombre trabajaría y haría todas las demás cosas sólo para jugar. Juzga, por consiguiente, acertado lo que afirmaba Anacársis:

"Los hombres, como no pueden trabajar continuamente, necesitan de descanso. Por donde se ve que el juego o el descanso no es el fin; porque el descanso es para el trabajo, es decir, para que después el hombre trabaje con más intensidad. Por lo que se ve que la felicidad no consiste en el juego"³⁰.

Estas ideas analizadas en el curso conllevaron a generar un poco de inquietud, al diferenciar juego, ocio y diversión, lo que llevó a plantear la siguiente reflexión:

²⁸ El príncipe escita, filósofo (499-428 A.C.) es muy poco lo que se sabe sobre él.

²⁹ Ética a Nicómaco, lib X, cap. 6.

³⁰ Comm. in. Eth. Nic., lib X, lect. IX.

¿No se contraponen esto a lo que anteriormente se estudió, que el juego se caracteriza por ser de alguna manera "inútil", no ordenado a ningún fin práctico? No, debido a que si bien el juego no tiene en sí mismo finalidad alguna, con todo la razón por la cual se le lleva a cabo lo ordena de hecho extrínsecamente a un fin determinado, que es en este caso, la recuperación de las fuerzas del alma y el ulterior trabajo.

Concluye Santo Tomás:

"Algunos ponen la felicidad en el juego, por el deleite que hay en el juego. La felicidad tiene, es verdad, cierto deleite, porque es operación según la virtud, que existe con gozo. Pero no, sin embargo, con el gozo del juego. Porque siendo la felicidad el bien sumo del hombre, es preciso que consista en las cosas óptimas. Pues bien, decimos mejores a las cosas virtuosas, que se obran con seriedad, que a las risueñas, que se hacen con el juego. Y esto es claro: porque la operación que es de la mejor parte del alma, y que es propia del hombre, es más virtuosa. Es claro que la operación que es de la mejor parte, es mejor, y por consiguiente más feliz"³¹.

Tal es la doctrina aristotélico-tomista acerca de la virtud de la eutrapelia. No será el juego lo más elevado del hombre; con todo "el juego es necesario para el desarrollo de la vida humana"³².

La virtud de aquellos que, al decir de Aristóteles, saben "desenvolverse bien", comportarse adecuadamente cuando están en grupo, ocupó un lugar importante en el sistema de virtudes del hombre culto tradicional. Fue en ese clima de eutrapelia donde se formó un alto ideal griego del hombre alegre y serio a la vez³³.

La eutrapelia, en última instancia, puede indicarse que fue para el pensamiento antiguo la virtud que regía las relaciones de la amistad y la afabilidad³⁴.

³¹ idem

³² Santo Tomás Theol. II-II, 168, 3, ad 2

³³ Cf. Platón, Leyes, I, 647 d

³⁴ Cf. art "Eutrapélie" de H Rahner, en Dict. Sp., col. 1726-1727

Al asumir la enseñanza de Aristóteles e impregnarla con el espíritu del Evangelio, luego de siglos en que los autores se habían inclinado a confundir la eutrapelia con la bufonería, el Doctor Angélico³⁵ puso las cosas en su punto. La ética cristiana heredó así el ideal del humanismo griego y lo llevó a su plenitud, cuestión que sólo el cristiano era capaz de realizar, porque sólo él, tiene la conciencia exacta de su situación entre el cielo y la tierra, entre Dios y el mundo, entre el espíritu y la carne, entre la esperanza y la desesperación. Sólo la persona que vive de acuerdo a su propia naturaleza, puede ser de manera plenaria un *homo ludens*; puede orientarse como corresponde, a ser *eutrapelos*.

Comenta Hugo Rahner³⁶; entonces el cristiano puede jugar y divertirse, entonces el sonreír y el reír pueden ser una virtud. "Acá se abren las puertas para la teología medieval del cristiano gozoso, capaz de percibir en todas las cosas creadas sus límites e insuficiencias, y por eso justamente puede reírse de todo, porque sabe de la santa seriedad de lo divino. El que no comprende esto, pertenece al grupo para los cuales Santo Tomás acuñó la exquisita expresión de "*non molliuntur delectatione ludi*" (no se ablandan con el placer del juego)"³⁷.

Cabe señalar que la doctrina tomista de la eutrapelia penetró en el tejido social de la Edad Media, tan erróneamente considerada como una época triste y aburrida. La llamada *risa paschalia*; las escenas burlescas representadas en los bajorrelieves de numerosos templos y/o catedrales, como por ejemplo en la Iglesia de Vézelay³⁸, las denominadas "fiestas de los locos", en las que se festejaba una suerte de superación o abolición de la razón, en un espíritu semejante al que caracteriza a "los locos por Dios" del mundo eslavo, la "fiesta de los asnos", con sus rebuznos lanzados contra altos "dignatarios" no siempre

³⁵ Santo Tomás de Aquino, teólogo italiano nació en Rocasecca actual Italia, 1224-1274.

³⁶ Hugo Rahner (1900-1968), jesuita y sacerdote alemán, se doctoró en Teología e Historia y fue catedrático de Historia Eclesiástica, Patrología e Historia de los Dogmas en la Universidad de Innsbruck. Su labor científico-teológica abarca diferentes ámbitos; junto a su hermano K. Rahner y otros teólogos es cofundador de la llamada teología del anuncio (teología del Kerygma); asimismo cabe destacar sus valiosos estudios sobre la espiritualidad patristica y el humanismo, así como la Antigüedad pagana y cristiana, y el simbolismo.

³⁷ Eutrapelie, eine vergessene Tugend, en Geist und Leben t.27 (1954), 350

³⁸ Tales escenas y otras posteriores han suscitado curiosas reacciones e interpretaciones en diversas personalidades y especialistas de arte.

tan dignos; la llamada fiesta de "los obisillos", donde un grupo de chicos se disfrazaban de obispos, tomando en chacota a las jerarquías locales; son otras tantas expresiones del humor medieval libre y ocurrente³⁹.

Como se señaló al comienzo de este trabajo y que se hizo hincapié en el curso "Eutrapelia: virtud fundamental para la formación integral del ser humano", la enseñanza moral de los últimos siglos fue olvidando más y más la doctrina del Angélico y el espíritu lúdico medieval, así, la virtud de la eutrapelia entró en un cono de sombra, no subsistiendo de ella, sino una breve y seca definición en los manuales de teología moral.

Kierkegaard fue un estudioso al cual también le llamó la atención la importancia del humor no sólo para la cultura del hombre, sino para el progreso mismo de la vida religiosa.

Hay quienes piensan que divertirse consiste en reír todo el tiempo y hacer sólo las acciones que le gustan al hombre y que sirven de entretenimiento, sin embargo, una buena diversión va mucho más allá de sentirse bien y cómodo.

Una persona eutrapélica es: simpática, amistosa, confiable, alegre, ingeniosa, inteligente, elegante y optimista.

"Confía razonablemente, en sus propias posibilidades, y en la ayuda que le pueden prestar los demás, y confía en las posibilidades de los demás, de tal modo que, en cualquier situación, distingue en primer lugar, lo que es positivo en sí y las posibilidades de mejora que existen y, a continuación, las dificultades que se oponen a esa mejora, y los obstáculos, aprovechando lo que se puede y afrontando lo demás con deportividad y alegría"⁴⁰.

³⁹ Cf. J. Lozano, **Humor y Cristianismo en Razón y Fe**, p. 187 (1973). Para comprender mejor como la Edad Media valoró la Eutrapelia., cf. Asimismo los detalles recomendaciones que se daba a los Reyes en orden a vencer la tristeza en Siete PartidasII, V, XX y los diversos consejos contra la acedia en glosa castellana al Regimiento de Príncipes, de Egido Romano, Libro de Caballero y Libro de Caballero del Escudero de Don Manuel.

⁴⁰ ISAACS, David., **La educación de las virtudes humanas y su evaluación**, p. 83.

- **La eutrapelia y el placer**

Aristóteles afirmó "Si las acciones humanas pueden ser nobles, vergonzosas o indiferentes, lo mismo ocurre con los placeres correspondientes. Hay placeres que derivan de actividades nobles, y otros de vergonzoso origen".

C. S. Lewis en su autobiografía cuenta que buscaba el placer y al final lo encontraba pero enseguida descubría que el placer no era lo que buscaba, y pensaba que se estaba equivocando, aunque no fue, desde luego, por cuestiones morales; la frustración decía, tampoco consistía en haber encontrado un placer rastrero, en vez de uno elevado.

Los sentimientos en realidad pudieran percibirse como buenos, pero esto llevaba a reflexionar si el placer no podría haberse desviado del objetivo, cuando uno al mismo tiempo reflexiona si lo vivido tiene que ver con uno.

Así describe C. S. Lewis sus errores y vacilaciones en el camino de la búsqueda de la felicidad. La ruta del placer había resultado infructuosa y llevaba años rastreando una pista equivocada: "Al terminar (...), descubrí que el dios del placer se había ido"

La seducción del placer mientras dura, tiende a ocupar toda la pantalla en la mente. En esos momentos, lo promete todo, parece que fuera lo único que importa, sin embargo, a los pocos segundos de ceder a esa seducción se comprueba el engaño, se comprueba que no saciaba como prometía, que ofrecía mucho más de lo que luego había dado.

La literatura clásica puede llevar a constatar que la ansiosa búsqueda del placer sexual no es original; así, en la vida de los pueblos muy antiguos se ve que habían agotado ya bastantes sus posibilidades; la atracción del sexo es indiscutible, ciertamente, pero el repertorio se agota pronto, por mucho que cambien las situaciones en que éste se presente.

Así la virtud de la eutrapelia si está relacionada con el placer sexual. La atracción del sexo es indiscutible, por lo que es importante que la directora del hogar forme a sus hijos en familia la importancia del placer en su justa medida, en momentos, en formas y en grados de acuerdo a nuestra propia naturaleza

- **El placer y la felicidad**

Existen unas claras notas de distinción entre el placer y la felicidad. La felicidad tiene vocación de permanencia; el placer, no. El placer suele ser fugaz; la felicidad es duradera; el placer afecta a un pequeño sector de nuestra corporalidad, mientras que la felicidad afecta a toda la persona.

El placer se agota en sí mismo y acaba creando una adicción que lleva a que las circunstancias estrechen más aún la propia libertad; la felicidad no.

Los placeres, por sí solos, no garantizan felicidad alguna; necesitan de un hilo que los una, dándoles un sentido.

Las satisfacciones momentáneas e invertebradas desorganizan la vida, la fragmentan y acaban por atomizarla.

Quevedo insistía en la importancia de tratar al cuerpo "no como quien vive por él, que es necesidad; ni como quien vive para él, que es delito; si no como quien no puede vivir sin él. Susténtale, vístete y mándale, que sería cosa fea que te mandase a ti quien nació para servirte".

Por su parte, Aristóteles aseguraba que para hacer el bien es preciso esforzarse por mantener a raya las pasiones inadecuadas o extemporáneas, pues las grandes victorias

morales no se improvisan, sino que son el fruto de una multitud de pequeñas victorias obtenidas en el detalle de la vida cotidiana.

La felicidad se presenta ante el hombre con leyes propias, con esa terquedad serena con que presenta, una vez y otra, la inquebrantable realidad. El placer y el dolor tienen un innegable protagonismo en la vida de cualquier ser humano, condicionando siempre de alguna manera sus decisiones.

Ni el placer, ni el dolor son malos ni buenos de por sí, en efecto, lo malo, es dejarse vencer por el placer o por el dolor. Lo malo es obrar mal por disfrutar un placer o por evitar un dolor.

Se puede sentir placer sin ser feliz, y también se puede ser feliz en medio del dolor.

De ahí la necesidad –lo decía Platón– de haber sido educado desde joven para saber cuándo y cómo conviene sufrir o disfrutar, pues igual que hay acciones nobles y acciones indignas, puede decirse que hay placeres nobles y placeres indignos. La adecuación de la conducta a este criterio es objeto de la educación moral y la virtud de la eutrapelia nos ofrece solución para la recta adecuación.

- **El costo de las renunciias**

Son muchas las cosas que el hombre desea, y para alcanzar cada una de ellas ha de renunciar a otras, aunque esa renuncia le duela. Aristóteles decía que no hay nada que pueda sernos agradable siempre. Esta idea debe de quedar muy clara en la educación, sobre todo en la educación que se debe brindar, desde el hogar, cuya tarea fundamental es de la madre de familia y asimismo del padre.

Toda elección conlleva una exclusión. Por eso es importante acertar cuando se elige, sin demasiado miedo a la renuncia, pues detrás de lo atractivo no siempre está la felicidad; así, tanto el placer como la felicidad llevan siempre consigo asociada la renuncia.

La solución tampoco se encuentra en la supresión de todo deseo, porque sin deseos la vida del hombre dejaría de ser propiamente humana. El hombre se humaniza cuando aprende a soportar lo adverso, a abstenerse de lo que puede hacerse pero no debe hacerse; éste es el precio que debe pagar la persona para ser feliz, si es que se quiere alcanzar lo que de ella es posible en esta vida.

En la educación, lo sensato es dejarse conducir por la razón para no asustarse ante el dolor, ni dejarse atrapar por el placer. Así como la salud exige un cierto esfuerzo pero gracias a ella uno se siente mucho mejor, la castidad fortalece el interior del hombre y le proporciona una honda satisfacción.

Por ello, en la educación que brinda la directora del hogar, se debe de aprender a tener un modelo y un estilo de vida positivos, más que de prohibiciones. Aunque ciertamente la clave de la ética no son las prohibiciones, no puede olvidarse que ella supone mandatos y prohibiciones; cada prohibición custodia y asegura unos determinados valores, que de esa forma se protegen y se hacen más accesibles, y estas prohibiciones, si son acertadas, ensanchan los espacios de libertad de valores importantes para el hombre.

La moral no puede verse como una simple y fría norma que coarta, y mucho menos como un mero código de pecados y obligaciones.

La exigencia de la moral vigoriza a la persona, le ayuda a su desarrollo más pleno, a su más auténtica libertad personal⁴¹.

⁴¹ AGUILO Alfonso, ¿Hay algo de malo en el placer? encuentra.com

- **La felicidad y el bien moral**

Cualquier persona busca la felicidad; para todo ser humano la felicidad siempre resulta apetecible y jamás quedamos satisfechos. Así, la felicidad es el fin de de la persona humana, pues el hombre ha sido creado para ser feliz, por ello es que todas sus acciones van encaminadas a conquistarla.

Desafortunadamente algo que se reflexionó en el curso radica en el hecho de que en la actualidad no se ven muchas caras verdaderamente felices; ciertamente muchos se ríen y se distraen en pasatiempos y entretenimientos, pero no dan muestra de haber conquistado la felicidad. Un síntoma claro de esto es el rechazo –tan difundido hoy– al silencio, se prefiere el ruido y la actividad frenética antes que enfrentar la propia realidad. Es urgente educar en tener momentos para reflexionar sobre la vida y sobre la propia vida, así como sobre nuestro destino final hacia el que el ser se encamina.

En diversos centros de venta de libros, existen textos que manejan “recetas” para conseguir la felicidad. El hombre se engaña pensando que para ser feliz requiere dinero, poder, placeres, “experiencias”, y apoya toda la felicidad sobre el tambaleante soporte de las posesiones materiales y de la buena suerte.

Al educarse en la comprensión de que la felicidad no se da por condiciones externas, pues ninguna de las causas externas es permanente o segura para propiciar la felicidad. No consiste en tener todo lo que uno quiere, pues no siempre se quiere lo que puede llevar a la felicidad. Se debe de aprender a querer lo que es bueno.

Para el hombre el placer sensible es agradable, a todos nos gusta, es inútil tratar de convencernos de lo contrario. El problema no consiste en saber si el placer es agradable o no, es necesario reflexionar si es suficiente para colmar el espíritu humano. Los placeres

atraen fuertemente, pero una vez que se tienen llevan a considerar que estos son vanos, efímeros, pasajeros.

Los psicólogos en la actualidad suelen hablar de la "ley de la saturación" y de "la desensibilización" de las personas en el disfrute del placer; cuanto más se abandona el hombre a los placeres menos le satisfacen, siendo necesario, ir incrementando el estímulo para obtener el mismo grado de satisfacción.

Desde la educación se hace necesario aprender a medirnos en el disfrute del placer para poder apreciarlo, y considerar que no basta el placer para ser felices.

La directora del hogar al formar en virtudes, tiene que tener muy claro el fundamento de la alegría en ese educar, pues dentro de él se trabajarán los placeres. Un elemento relevante en el disfrute y en la forma de percibir la felicidad es la autoestima.

- **La autoestima**

El lugar más importante donde aprende el hombre a sentirse verdaderamente especial es en el seno del hogar, es aquí donde se forma su auto concepto, su autovaloración.

Reflexionar en el campo de la afectividad, es una necesidad porque es uno de los factores psicológicos que más afecta las relaciones humanas es la autoestima, pero el hacer vida la virtud de la eutrapelia llevará a la persona a tener un amor ordenado por ella misma, y por y para los demás.

Formar a la persona a encontrar aquellos valores que la lleven a identificar su propia esencia, serán fundamento y apoyo en el vivir cotidiano.

De la expresión de San Juan de la Cruz: "pon amor donde no hay amor y sacarás amor" se debe de aprender a educar y a servir con el corazón.

Para ser felices con lo que hagamos, hay que aprender a no pensar en uno mismo o en el que dirán; es importante educar a los hijos con una personalidad que no se trunque por una serie de miedos, inseguridades y dudas acerca de su identidad, capacidad y valía; los genes sin duda influyen en nuestra forma de ser y en nuestra conducta y determinan en gran parte nuestra tendencia o no al optimismo y/o a la depresión; pero además de los genes, las experiencias recibidas en el hogar y en la escuela en los primeros años de la vida nos van formando nuestro autoconcepto y asimismo la valoración, y uno de los mayores saboteadores de la persona es el complejo* de inferioridad.

Cuando hay dolor de uno mismo, cuando los complejos son más fuertes que el amor la entrega a los demás no se puede llevar adelante tampoco el ideal de ser luz en el mundo. La solución a los complejos de inferioridad se encuentra en la actitud personal que tomemos frente a ellos como nos han enseñado en la educación familiar y en tomar una visión objetiva de nosotros mismos, reconociendo antes que cualquier otra cosa, que somos personas con dignidad personal.

• La diversión y el entretenimiento

En el trabajo del curso, la participación de las directoras del hogar, condujo a que se comentaran algunas de las alternativas para cultivar los valores en la familia, siendo las siguientes las que se seleccionaron: actividades al aire libre, deportes, juegos de mesa, eventos sociales y culturales, afición por alguna de las bellas artes.

* Un complejo es lo opuesto al sentimiento de valor personal o autoestima; este sentimiento empieza a interiorizarse tal y como lo hace la autoestima. En la infancia, el oír de una forma repetitiva expresiones negativas lleva en general al hombre a sentirse inútil hasta para los más mínimos retos, sentirán miedo y comenzarán las verdaderas experiencias de un dolor no físico, sino del alma.

Es relevante señalar que estas actividades permiten desarrollar las capacidades físicas e intelectuales, y dependiendo de su naturaleza fomentar la amistad, el liderazgo, la actitud de servicio, la solidaridad.

Cuando una persona ha comprendido y asimilado la virtud de la eutrapelia es capaz de comprender y apreciar los intereses de los demás, pues siempre se está dispuesto a compartir ese tiempo con generosidad aunque no sea de su total agrado, porque ha descubierto la importancia de aprender a divertirse o divertir con un objetivo claro.

Para aprender a divertirnos como se debe, es necesario evaluar con seriedad cada una de nuestras diversiones, como por ejemplo:

- ¿Tus actividades recreativas te sirven para volver a tus ocupaciones con ánimo?
- ¿Sabes dejar la diversión oportunamente para cumplir con tus obligaciones?
- ¿Te sirve ese tiempo como un medio para vivir en familia?
- ¿Aprendes más cada día acerca de tu pasatiempo favorito?
- ¿Evitas la pereza que te impide desarrollar la virtud de la eutrapelia?

Al cuestionarnos seriamente si vivimos esta virtud, estamos en condiciones de asimilar que la satisfacción de los sentidos, los excesos y el encerrarnos en nuestras propias actividades no sólo afecta la integridad física, sino que disminuye la capacidad de convivencia, impide mejorar el rendimiento en el trabajo e imposibilita el crecer.

Es importante aprender a vivir la virtud de la eutrapelia, pues al vivir de esta manera se lleva a descubrir que aún en la diversión es posible crecer y perfeccionarse como ser humano.

En el proceso de perfección del hombre, un elemento a formar es el buen humor.

- **El buen humor y la risoterapia**

Una herramienta que ayuda a asegurar el buen humor como poder curativo es la risoterapia que enseña a aprender a reírnos de nosotros mismos o al menos a utilizar el sentido del humor como respuesta positiva y adaptable ante alguna situación desagradable.

La risa no es sólo un ejercicio saludable por el bienestar inmediato que produce, sino que es una terapia para curar, que produce muchos beneficios, tanto a los demás como a uno mismo.

La técnica de la risoterapia acompañada de la virtud de la eutrapelia está cada vez más en auge por sus efectos curativos.

Es relevante enseñar y educar en el buen humor, en el optimismo y en la risa, aunque también debe de formarse en los momentos en que debe y puede darse.

- **El optimismo y la fe**

El optimismo supone confiar en Dios, en los demás y en uno mismo, lo que llevará a la persona a tener paz interior.

Debemos de enseñar a nuestros hijos a ser realistas, a confiar razonablemente en ellos mismos, a aprovechar sus capacidades y a aceptar sus limitaciones trabajando sobre sus talentos.

Es importante que la directora del hogar, al ser formadora inicial de la persona le ponga dificultades para exigir más adelante el enfrentar obstáculos más grandes, que realmente

pueda realizar el hombre, así, podrán aprender a vivir un fracaso con alegría y a descubrir lo positivo en una situación que parece en principio, poco aprovechable.

Lo importante, como se reflexionó en el curso "Eutrapelia: virtud fundamental para la formación integral del ser humano" es llevar a las directoras del hogar a comprender la relevancia de que se aprenda a combinar en la vida el éxito y el fracaso, reflexionar sobre lo importante y lo secundario, así como lo que es significativo y lo que no lo es.

Debemos de borrar de nuestra memoria el "no puedo y el nunca podré", porque si no, perdemos una de las potencias con las que puede contar un ser humano: la fe.

La única manera de saber si se puede ser feliz en las contrariedades, es aprendiendo a poner todo nuestro corazón y todo el esfuerzo como si todo dependiera de nosotros mismos, pero al mismo tiempo, confiando totalmente en Dios, como si todo dependiera de Él.

Algunos de los puntos que nos enfatizó Juan Pablo II en su libro "Queridísimos Jóvenes" y que parece relevante recordar, son:

- Atrévete a ser operador de la paz, tú eres quien puede convertir a tú generación en esa categoría de seres humanos que luchan por vivir en armonía, solucionando los problemas en vez de hacerlos más grandes, sin deseos de dominio y con el único afán de lograr ser una persona que logre forjar con su entendimiento un presente y un futuro mejor.
- Educa a tu conciencia con la convicción de que Dios es el fundamento de todos los valores, conócelos y practícalos para darle una dirección a tu vida; quien no vive como piensa, acaba pensando como vive.

- Desarrolla la virtud de la fortaleza, la firmeza heroica para ejecutar acciones congruentes con tus creencias y valores, se necesita ser valiente para ser íntegro y puro de corazón.
- La esperanza y la alegría que son afectos sensibles del cerebro para conseguir la armonía de vida; no hay manera de justificar el vicio, si queremos salud, alegría y esperanza de una larga vida, vale más la sapiencia que las drogas, fármacos y los desórdenes de toda índole.
- El orden, la prudencia y la eutrapelia que nos ayudarán a ser cada día más virtuosos y ser realmente personas cada vez más libres.

No se debe de olvidar que en la dignidad del hombre reside su libertad, en su capacidad de decidir libremente cada momento del día, en el poder que tiene para construir su destino y regular su acción y la importancia de una formación integral que abarque todos los aspectos de la persona bio-psico-social-espiritual y trascendente.

II.1.1 Reflexiones sobre la disciplina en que se inscribe la práctica

El vivir la virtud de la eutrapelia permite contagiar lo bueno de una manera maravillosa a todos las personas que nos rodean.

A lo largo de este informe académico basado en el curso que se impartió a las directoras del hogar se pudo reflexionar que en la historia de la humanidad se han tenido tendencias más o menos fuertes para evadir la realidad fácilmente por no saber como vivir la virtud de la eutrapelia.

La virtud de la eutrapelia permite ordenadamente descansar (ocio) sin evadir los deberes personales (negocio) y saber aprovechar de la mejor manera los tiempos para cada una de las dos actividades.

Es necesario tener cuidado de no caer en los graves problemas actuales, en donde el hombre trata de huir de sus propias responsabilidades refugiándose en el egoísmo, los placeres sexuales, la droga, la violencia, la indiferencia, entre otros que atentan a la integridad de la persona.

Hace falta aprender a jugar bien la vida, es decir aprender a vivir bien, a permitirse momentos de recreación y de esparcimiento con un entretenimiento placentero, generando el descanso en completa libertad y armonía.

Se ha comprobado que las personas más espirituales por lo general viven la virtud de la eutrapelia con un extraordinario sentido del humor sin degeneraciones bufonescas. Esta virtud consiste en utilizar la distensión necesaria y aprender a jugar y reír.

El sentido del humor no sólo es simpatía humana, buen carácter o facilidad para ser gracioso; es conjugar la libertad de espíritu, la humildad y el humorismo aprendiendo a ponderar siempre lo positivo de todo lo que pasa.

La virtud de la eutrapelia permite vivir con un buen sentido del humor: con una vida sana y una higiene mental que dará frutos en la formación con una alegría auténtica por vivir en paz sin ir en contra de la misma naturaleza; y por último con optimismo equilibrado ponderando las situaciones, sin dejarse llevar por pesimismo u optimismos exagerados, dado que los extremos nunca son buenos.

Saberse divertir consiste en tomar la decisión valiente de buscar un descanso con el fin de lograr actividades nuevas, más serenas y abiertas a un mundo bello, compartiéndolas con la familia y los amigos.

El aprender a divertirse sanamente con la máxima alegría sin atentar contra la ley natural, posibilita formar personas armónicas, maduras, alegres y en paz, personas plenas e integrales.

El descanso es una necesidad del hombre, el cuerpo humano necesita el descanso para reparar las energías gastadas durante la actividad.

El **tiempo libre** debe cumplir con una triple misión: descanso, diversión y desarrollo. El descanso para restaurar las energías y enfrentar nuevos trabajos. La diversión para dirigir las facultades hacia actividades fáciles y que no exijan esfuerzo; y desarrollo, debido a que se deben de realizar actividades intelectuales, volitivas, afectivas, sociales y trascendentes. Para que el tiempo libre cumpla esta triple misión es necesario tomar conciencia de ello y al mismo tiempo enseñarlo a los hijos.

Las **vacaciones** se han de organizar de tal manera que permitan desconectarse de las labores ordinarias.

Para **aprender a descansar** sanamente con la virtud de la eutrapelia, se reflexionó junto con las directoras del hogar que asistieron al curso "Eutrapelia: virtud fundamental para la formación integral del ser humano" acerca de las características que el descanso debe de cumplir:

- Cambiar de actividad y de ser posible también de lugar.
- Descubrir el valor relajante de la naturaleza y lo que ésta conlleva, con el fin de apreciar la belleza que puede inspirar un bosque, un río, las olas del mar, entre otros.
- Tratar de no ver la programación televisiva, para lo que se deben de integrar actividades que lleven a utilizar la imaginación y buscar sustitutos en los juegos de

mesa o al aire libre, lo que unirá más a la familia y posibilitará por añadidura la diversión.

- Practicar algún tipo de deporte.
- Disfrutar de un descanso con todos los miembros de la familia.
- Alternar el ejercicio físico con la lectura y la conversación.
- Aprovechar algunos ratos de silencio para aprender a valorar la reflexión y la meditación.

Se presentarán a continuación diversas temáticas que se analizaron para la formación de la eutrapelia con las directoras del hogar que asistieron al curso.

- **El ocio es el tiempo para hacer otras actividades distintas a las habituales**

Implica dedicarse a otras actividades que gustan y causan placer, y que se llevan a cabo con el fin de pasarla bien, pero que además, forman.

Es importante dedicar el tiempo de ocio en actividades que desarrollen otros campos no rutinarios de la persona y que son importantes para nuestra vida: frecuentar amistades, visitar centros culturales, desarrollar las aficiones.

- **Buscar el equilibrio entre el tiempo de trabajo y el tiempo de descanso**

El ocio es un tiempo de recuperación personal para superar el cansancio o para no caer en la rutina, es relevante buscar un equilibrio entre el tiempo de trabajo y el tiempo de descanso o diversión, lo que no implica que la mitad del tiempo sea para uno o para otro, sino que cada persona ha de saber el tiempo que necesita para cada uno de los

momentos, con el fin de estar dispuesta en las condiciones adecuadas para el trabajo o el estudio, así como las condiciones que requieren las acciones de descanso y diversión.

Cada persona tiene que conocer su propio perfil para elegir las actividades que le producen mayor descanso y recuperación personal.

- **Los padres han de ser conscientes de que son el modelo y referente para sus hijos**

Gran parte de las conductas que se incorporan en un niño en el hogar se generan a través de la imitación que hacen los hijos de los padres, de ahí que éstos, tienen que ir por delante en el aprovechamiento del tiempo libre.

Debe recordarse que por imitación es muy frecuente que los hijos vayan aprendiendo aficiones parecidas a las de los padres.

- **Se ha de buscar disfrutar juntos todos los miembros de la familia**

Un objetivo del ocio es fomentar el espíritu de unidad entre los miembros de la familia, aunque una de sus dificultades radica en la diversidad de intereses, generados entre otros por el factor edad.

- **Implicar a los miembros de la familia en la preparación de actividades**

El nivel de satisfacción que se obtiene en una actividad es directamente proporcional al grado de implicación que la persona ha obtenido en dicha actividad; por ello es que se ha

de tener en cuenta que todas las actividades que se realicen deben de considerar tiempo libre, descanso, diversión y formación.

En el contexto analizado se llegó a la conclusión de que los padres deben de pedir opinión, realizar gestiones y dar encargos a cada uno de los miembros de la familia.

- **La propuesta de actividades ha de ser variada y cíclica en lo posible**

Las actividades han de ser muy variadas para dar respuestas a los diversos aspectos a desarrollar en la persona, debido a que debe de potenciarse a cada miembro de la familia para que desarrolle sus aficiones y descubra sus aptitudes.

La virtud de la eutrapelia permite darle importancia a la búsqueda de actividades recreativas, que posibiliten seguir creciendo en valores humanos.

El valor de la sana diversión consiste en aprender a elegir actividades que lleven a sustituir las labores cotidianas, por otras que requieran de un menor esfuerzo, sin descuidar las obligaciones habituales, facilitando el desarrollo físico, intelectual y moral de las personas.

La realidad es que todas las personas se divierten de alguna manera, pero cabe preguntarse si todas las alternativas permiten formar y desarrollar los valores; puede percibirse el hecho de que algunas veces se dejan "reposar" a los valores y se actúa como si la diversión fuera un apartado de la vida diferente a ellos.

El problema de fondo radica en la falta de orden de los gustos y el control de las apetencias, debe saberse dedicar el tiempo necesario e indispensable a cada actividad recreativa y no caer en cualquier tipo de exceso.

La virtud de la eutrapelia permite crecer humanamente y realizar algo positivo. Quien vive inmerso en un mundo agitado se olvida de los demás y es la imaginación, la vista, el gusto o el tacto quienes gobiernan el actuar, convirtiéndose en dependiente de las actividades que le proporcionan placer físico y lo hacen sentirse bien, y a eso no se le puede llamar eutrapelia.

Aún dentro de las actividades destinadas a la diversión se corre el riesgo de tener un exceso.

Es importante no olvidar que toda diversión debe de facilitarnos vivir los valores como son la responsabilidad, la laboriosidad, el trabajo, pues si no se tiene cuidado, es fácil abandonar la convivencia en familia, la responsabilidad en el estudio o afectar el rendimiento en el trabajo; así es importante no descuidar el objetivo principal: descansar y recobrar ánimo para continuar con las labores habituales.

La virtud de la eutrapelia ayuda a convertir en oportunidades los espacios destinados al esparcimiento para conocer más, debiendo de desarrollar las capacidades y habilidades.

Es importante además, considerar en la educación de la persona la virtud del optimismo, debido a la estrecha vinculación que tiene con la eutrapelia, la que permite que cada uno optimice un hecho en concreto con realismo; además, sirve como apoyo para aprender a buscar lo positivo de una manera realista, sin dejarse ofuscar por las dificultades y aprender lo que ofrecen las dificultades en sí.

II.1.2 Logros posibilidades y limitaciones

II.1.1 Logros

Al haber llevado a cabo el diseño e implementación del curso de la eutrapelia como virtud a las directoras del hogar en EDAC, se dieron los siguientes logros:

- Las personas tienen que dar respuestas de orden multidimensional al descanso.
- En México todos son educados para el trabajo más no para el descanso.
- Valorar la virtud de la eutrapelia para aprender a divertirse y descansar sanamente con la máxima alegría sin atentar contra la ley moral.
- Sensibilizar a los padres de familia que la falta de virtud genera vicios.
- Debe de actuarse libremente, ser dueños de los actos, es lo que permite ordenar las pasiones hacia el fin de ser realmente felices.
- Debe de ser capaz de dominar la situación de peligro sin ser víctimas de una actitud descompuesta.
- Las personas templadas y ordenadas, son más libres y felices.
- Al ser feliz, se alcanzan metas insospechadas.
- Deben de mejorarse las relaciones interpersonales.
- Se debe de formar en la virtud de la eutrapelia lo que aliviará los síntomas de la depresión, de la ansiedad y de los desórdenes psicossomáticos.

II.1.2 Posibilidades

Así como se dieron logros en el curso que se impartió en EDAC, se percibieron algunas posibilidades de mejora, tanto en el curso, como en la formación que deben de dar las directoras del hogar para educar en la virtud de la eutrapelia.

- Lo ideal de este curso es que pudiera darse en el esquema curricular de las diferentes carreras, con sus respectivas adecuaciones.
- Ante la necesidad de una educación humanista, la eutrapelia debe jugar un papel fundamental.
- Es importante analizar más el orden de los tiempos destinados a las actividades de recreación para trabajarlos adecuadamente.
- Debe analizarse un poco más la comprensión acerca de la temática de la personalidad, con el fin de entender que los "escapes", "evasiones" y los "intentos suicidas" no son la respuesta al auténtico descanso, sino el vivir plenamente la eutrapelia.
- Hay que ampliar los análisis acerca del reconocimiento de los sentimientos y para reflexionar acerca de las razones de su presencia y la de las emociones, así como los vicios o virtudes que generan.
- No sobreproteger en la educación; fundamentar acerca del hecho de que no debe darse todo lo que pide el hijo; es decir, no debe consentirse en exceso a los hijos.
- Estudiar un poco más el tema del horario; es relevante establecer horarios para comer, dormir, respetando tiempos establecidos, tan necesarios en la educación; sustentar en la formación el no cumplimiento de horarios que avalará imponer un castigo que implique sacrificio o renuncia.
- No permitir justificaciones o pretextos al incumplir sus responsabilidades.
- Enseñarles a vestir adecuadamente, respetándose a sí mismos y a los demás, con elegancia.
- Enseñarles desde pequeños a moderarse en la comida, en la bebida, no permitiendo los excesos.
- Esforzarse todos los días por ser mejor.
- No ceder ante los gustos, deseos o caprichos que pueden dañarnos.
- Vivir alegremente sabiendo que uno puede y debe dominarse, con el fin de ser mejor como persona.
- Debe implementarse un curso con el fin de analizar la congruencia de vida, a partir de que la persona sea congruente con lo que piensa, dice y hace.

- Obrar sin justificaciones, ni falsos pretextos.
- Vivir sobriamente distinguiendo entre lo razonable y lo superfluo.
- Reconocer el valor de la intimidad, viviendo la castidad, que lleva a que nos respetemos a nosotros mismos y a los demás.
- Vencer la ira y soportar las molestias con serenidad y mansedumbre.
- Diálogo en familia que ayude a comprender la forma en que se debe de actuar ante las diferentes situaciones.

II.1.3 Limitaciones

También como conclusiones del curso se percibieron las siguientes limitaciones, tanto en el curso-taller, como en la formación de la persona.

- La eutrapelia es una virtud desconocida.
- La baja autoestima de la gente lleva a que en ocasiones no se sienta merecedora de divertirse sanamente.
- El egoísmo lleva a querer tener y hacer todo sin pensar si es lo mejor para la propia naturaleza.
- La falta de hábitos es la que favorece la diversión fácil.
- La falta de información y conocimientos.
- Activismo.
- La presión que tienen las personas frente a la exigencia de respuestas, lleva a que se den implicaciones poco formativas.
- No se ha formado en la tolerancia hacia la frustración.
- La sociedad materialista y utilitaria lleva a que la persona trate de conseguir todo lo que se desea.
- El permisivismo en ocasiones deja actuar pasando sobre los derechos de los demás.
- El deseo de comodidad lleva a buscar una vida fácil, sin complicaciones, ni compromisos.

- Existe una falta de conocimiento de las propias debilidades humanas.
- No se cuenta con la virtud de la fortaleza y de la fuerza de voluntad en la formación familiar y escolar formal.

La persona presenta en ocasiones una actitud negativa, que lleva a que la persona se sienta víctima de las situaciones.

II. 2 Presentación de la propuesta

Se diseñó en EDAC el curso-taller de "Eutrapelia: virtud fundamental para la formación integral del ser humano"; se presenta a continuación el diseño general de éste:

Eutrapelia: virtud fundamental para la formación integral del ser humano	
Educador y Expositor: Claudia Andrea Kaím Garza	Educandos y Participantes: 24 directoras del hogar.
Objetivos educativos:	
<ul style="list-style-type: none"> • Las directoras del hogar identificarán los conceptos más importantes implicados en la virtud de la eutrapelia con la finalidad de hacerse conscientes del impacto de esta virtud en su vida diaria. • Las directoras del hogar interpretarán los conceptos fundamentales de la virtud de la eutrapelia al reflexionar acerca de su aplicación en situaciones cotidianas. • Las directoras del hogar valorarán la virtud de la eutrapelia como herramienta de formación en el entorno familiar y educativo en el hacer del proyecto de vida de los miembros que integran su familia. 	
Contenidos educativos ⁴²	I. Educación Moral I.1 Comportamientos éticos II. La virtud de la eutrapelia II.1 El reposo del trabajo II.2 La elegancia del espíritu II.3 La gracia del hombre liberal II.4 El juego y la felicidad
Estrategias didácticas	<ul style="list-style-type: none"> • Metodología expositiva-participativa • Técnicas de comunicación
Recursos didácticos	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • Pizarrón • Bibliografía • Folders de bienvenida • Plumones • Servicio de café • Cañón • Material impreso • Videos • Gises • Gafetes
Tiempo didáctico	• 40 horas
Lugar	• EDAC – Salón 3

⁴² Es importante resaltar que las notas técnicas que se entregaron en el curso, forman parte del marco conceptual incluido en este informe académico de actividad profesional.

El proyecto presentado, pretende ayudar a las mujeres para que aprendan a educar en la virtud de la eutrapelia, primero viviendo ellas mismas dicha virtud para poder transmitirla a los demás, y segundo conformando un plan de educación que pueda dar forma en su vida educadora en su familia.

CONSIDERACIONES FINALES

Es importante que como persona se reflexione en la educación de los hijos de una manera ordenada y alegre, según el orden que marca la propia naturaleza, con el fin de formar en ellos personalidades establemente maduras y con una autoestima sana, que los lleve a saberse los seres más especiales de toda la creación; es importante enfatizar que de acuerdo a como uno se siente es como educa y forma; la formación se transmite.

El lugar más importante donde el niño aprende a sentirse verdaderamente especial es en el seno del hogar, es aquí donde se forma el primer autoconcepto y valoración.

Uno de los factores psicológicos que más afecta las relaciones humanas es la autoestima; el hacer vida la virtud de la eutrapelia llevará a tener un amor ordenado por uno mismo y por los demás.

La formación de las personas es tarea prioritaria del profesional de la educación (padres de familia, maestros, etc.) y ésta, debe hacer uso de la eutrapelia para vivir y enseñar el descanso y la diversión con la máxima alegría, que no atenta contra la ley moral.

La búsqueda del medio aristotélico entre el negocio (estudio y trabajo) y el ocio (descanso y diversión) es fundamental durante el proceso de formación.

Reflexionar acerca de la virtud de la eutrapelia –como hábito operativo bueno– es indispensable para una sociedad como la actual, a la que se le ha denominado en palabras de Lipovetsky “la era del vacío: la sociedad del espectáculo”.

**ESTA TESIS NO SALI
DE LA BIBLIOTECA**

Existen estrategias formativas para el correcto uso, ejercicio y desarrollo del tiempo libre, que llevan a mantener el buen humor y la alegría, las cuales pueden y deben de ser enseñadas no sólo en la familia, sino también en el ámbito escolar.

La necesidad de vivir y enseñar la eutrapelia se acrecienta ante las necesidades y dificultades internas y externas del ser humano, a saber: egoísmo, posesión desordenada de placeres, consumismo, fuerte carga de sensualidad, degradación por el uso y abuso del alcohol y las drogas, entre otros; excesos que aparecen como consecuencia de la insatisfacción profunda que padece el hombre cuando se aparta del bien, del orden moral natural.

A lo largo de la historia grandes pensadores, filósofos y teólogos como Aristóteles, Santo Tomás de Aquino y Clive Staples Lewis junto con otros, reflexionan y dejan parámetros invaluable para profundizar acerca de la virtud de la eutrapelia, brindando en sus fundamentos la seguridad de considerar al descanso, al ocio, a la diversión e inclusive al placer como buenos y aún indispensables para el logro de la alegría y de la felicidad sin contravenir el orden moral.

Se ha de procurar que en la vida: estudio, trabajo, descanso, diversión, juego, placer, etc. se realicen y desarrollen en el JUSTO MEDIO ARISTOTELICO, cuidando de no caer en los vicios opuestos a la eutrapelia, sea por exceso o por defecto.

La doctrina eutrapélica se encuentra plenamente integrada en la ética cristiana. Santo Tomás de Aquino, al redescubrir a Aristóteles en este tema, desarrolla con gran profundidad su análisis en la Summa Teológica, en ella, no puede dejarse de admirar la claridad de los grandes principios de lo que podría denominarse "la filosofía y teología del juego y de las diversiones".

En la Doctrina Tomista, la virtud de la eutrapelia encuentra su lugar como parte de la virtud de la modestia, y ésta a su vez, como parte potencial de la virtud de la templanza.

En toda la historia de la humanidad se han tenido tendencias más o menos fuertes para evadir la realidad fácilmente por no saber vivir la virtud de la eutrapelia; el saberla vivir, permite contagiar “lo bueno” de una manera maravillosa a todos los seres que rodean a la persona.

La virtud de la eutrapelia permite vivir con buen sentido del humor una vida sana y una higiene mental que facilita dar frutos con una alegría auténtica por vivir en paz sin ir en contra de la misma naturaleza; y con un realismo equilibrado, sabiendo ponderar los acontecimientos sin dejarse llevar por pesimismo u optimismo exagerados.

Uno de los factores psicológicos que más afectan a las relaciones humanas es la autoestima y el hacer vida la virtud de la eutrapelia, lo que llevará a tener un amor ordenado por uno mismo y por los demás.

Los hombres y mujeres que aspiran a vivir el justo medio virtuoso deberán comenzar por apartarse de aquello que más alejado se encuentra de ellos, lo cual sin duda supone esfuerzo; sin embargo, sólo así las nuevas sociedades lograrán la tranquilidad y la verdadera felicidad que buscan, conscientes de que divertirse, no es sinónimo de perderse.

El profesional de la educación competente, deberá de estar consciente de que es su personalidad entera la que educa y que emite continuamente enseñanzas aún sin proponérselo: forma con su ejemplo, no sólo con su voz, sino con todo su ser; debe aprovechar las bondades de la eutrapelia para manejar adecuadamente los tiempos de estudio, descanso, trabajo, ocio, juego, ambientes de aprendizajes, optimismo, para lograr con éxito su cometido.

Incuestionablemente es la familia el lugar primario donde los hijos deben aprender a vivir a través del ejemplo la virtud de la eutrapelia, virtud que opera tanto individual, como comunitariamente.

El vacío espiritual en la sociedad materialista y utilitarista, la banalidad, el egoísmo, el permisivismo, el relativismo y los demás "ismos", hacen irrenunciable la tarea prioritaria del pedagogo actual que sin lugar a dudas debe de ser eutrapélico.

El ocio que en la antigüedad invitaba al recogimiento espiritual, en la actualidad se ha convertido en un vacío interior que se pretende llenar con ruido. El hombre que no sabe manejar su tiempo libre porque no ha aprendido a utilizar el ocio, se limita y desconoce el sentido de su ser.

El buen humor va de la mano con la alegría y es ingrediente imprescindible para lograr la armonía integral de la persona: biológica, psicológica, social, espiritual y trascendente.

El descanso y la diversión se pueden conseguir de múltiples maneras que uno mismo puede descubrir o inventar sin limitarse únicamente a las opciones comerciales que ofrece la sociedad consumista.

Los valores y conceptos que dan sustento y contenido al proyecto y modelo de EDAC, se analizan con detalle en este informe académico, lo que muestra la bondad del ejercicio y profundización en la eutrapelia, e invitan a la aplicación exitosa de sus estrategias en otras instituciones de enseñanza y desde luego en la propia familia.

Se necesita aprender a tener una visión eutrapélica de la vida, que llevará a aprender a enfrentar los retos que el mundo actual presenta sin miedo y con un compromiso pleno y decidido para cumplir con la vocación que Dios nos ha dado; la grandeza del corazón humano nos debe de llevar a actuar de la mejor manera posible con la máxima alegría, sin olvidar el no atentar contra la dignidad propia y contra la de los demás.

La persona humana es una, todas las dimensiones de su vida están ligadas entre sí, la diversión, la alegría, no son un elemento aislado. Todos los valores, incluida la felicidad,

forman una red y se apoyan mutuamente; todas las decisiones orientadas por la conciencia permiten formar una personalidad madura, enraizada en la libertad personal.

Un valor no se aprende como se aprende un dato cualquiera, el valor se asimila, se testimonia, sólo por medio del ejemplo de una vida auténtica, cimentada en roca firme. El único camino para librar a los hijos de una visión superficial y subjetiva de los valores consiste en tomar en nuestras manos los auténticos valores y mantenerlos en alto alegremente para que todos puedan apreciar su bondad y su belleza.

Para concluir este trabajo no se puede dejar de citar a Juan Pablo II en su libro "Queridísimos Jóvenes" donde reflexiona acerca de la juventud como la etapa más bella de la existencia, pero al mismo tiempo la más tormentosa en muchos casos. Se vive en medio de una mezcla de hormonas, aspiraciones, descubrimientos de la vida, oportunidades y problemas que generan un caos interior que nos impulsa.

Con su maravillosa vida eutrapélica y con esta reflexión nos invita a "atrevernos a ser grandes".

REFERENCIAS DOCUMENTALES

Material bibliográfico

- ARISTÓTELES: *Ética Nicomaquea*. Traducción, introducción y notas de Antonio Gómez Robledo, UNAM, México, 1994.
- EDAC, Estudios de Administración Aplicada. Documentos normativos de la Filosofía Institucional, 1994. Documento mimeografiado.
- ESCRIVA DE BALAGUER, Josemaría. *Camino*. Ed. Minos, S. A. de C.V., trigésima sexta edición, México, 2000.
- GARCÍA HOZ, Víctor. *Sistema de la Obra Bien Hecha*. in., Revista Fomento Educativo.
- ISAACS, David. *La educación de las virtudes humanas*. Ed. EUNSA; Pamplona, 1988.
- LAROUSSE, S.A. *Diccionario de la lengua española*. México., Junio 2002.
- LEWIS, C.S. *Cartas del Diablo a su sobrino*. Ed. Andrés Bello; México, 2004.
- LIPOVETSKY, Gilés. *El lujo de lo eterno*. Ed. Anagrama, España, 2005.
- PORRÚA, S.A. de C.V. *Breve diccionario, latín-español*; México, 1999.
- QUINTANA CABANAS, J.M. *Pedagogía Axiológica. La educación ante los valores*, Dykinson; Madrid, 1998.
- ROJAS, Enrique. *Una teoría de la felicidad*, Ed. Dossat, Madrid
- SAENZ, Alfredo. *Las siete virtudes olvidadas*. Ed. Gladius; Buenos Aires 1998.
- SANTOYO, R. *Algunas reflexiones sobre la coordinación en grupos de aprendizaje.*, en Perfiles Educativos, número 11 CISE-UNAM, México.

- TABA, Hilda. *Elaboración del currículo*; Ed. Troquel, Buenos Aires, 1974.
- VILLALOBOS, Marveya. *Didáctica Integrativa y el proceso de aprendizaje*. Ed. Trillas 2002.

Documentos electrónicos

AGUILO, Alfonso Encuentra.com. ¿Hay algo de malo en el placer?
http://130.9475.135/documento.php?f_doc=452&tipo_doc=9

Catholic.net. La eutrapelia, una virtud olvidada. La eutrapelia es una nota típica del equilibrio y la madurez del cristiano.
<http://es.catholic.net/temacontrovertido/174/1634/articulo.php?id=3323>

LOZANO, J. Humor y cristianismo en Razón y Fe

RAHNNER, H. Eutrapeliee, en Dict. Sp., col, 1726-1727