



apóstol
en familia

LA ALEGRÍA SENSIBLE · N°78 · JUNIO 2014

WWW.APOSTOLENFAMILIA.CL

78

Dos santos,
DOS PAPAS

CONTENIDOS

- 01 EDITORIAL
- 02 TESTIMONIO
El perfil de un hombre alegre
- 04 ACTUALIDAD
Crisis en Ucrania y Crimea
- 08 FAMILIAS HOY
Cómo somos los chilenos
- 12 FORMACIÓN
Las alegrías en la fe
- 16 JUVENTUD
El efecto Lollapalooza
- 18 ARTE
Secret Artists
- 22 VIDA SALUDABLE
El dormir mal un trastorno que puede mejorar
- 24 GENIO Y FIGURA
Padre Osvaldo Fernández de Castro
- 28 EDUCACIÓN
El diario desafío de vivir en la alegría
- 32 EMPRESA CON VALORES
Jóvenes emprendedores
- 34 CORAZÓN DE LA IGLESIA
Algo común en 4 Papas
- 36 TIEMPO LIBRE
¡Todos al mundial!
- 38 SABOR
Martita Serani
- 42 ENTRETENCIÓN
Cine / DVD / Libros
- 46 ESTUVIMOS EN
Inauguración Casa de la Sagrada Familia
- 48 NIÑOS

78 | EDITORIAL



Dos Papas, DOS SANTOS

Miles de personas se congregaron en la plaza San Pedro a fines de abril para presenciar la canonización de Juan XXIII y Juan Pablo II. Es la primera vez en la historia de la Iglesia que se canoniza simultáneamente a dos Papas y que en la ceremonia están presentes dos Papas. Un momento único.

El Papa Juan XXIII, recordado como el “Papa Bueno” por su permanente bondad, paciencia y sonrisa, fue posiblemente un liberal. Al convocar el concilio Vaticano Segundo, introdujo una serie de cambios que transformaron la Iglesia Católica. Falleció en 1963, y se le atribuyen varios milagros, pero solo uno ha sido reconocido por el Vaticano y fue el que tuvo lugar en 1966. Caterina Capitani padecía una incurable enfermedad estomacal. El 22 de mayo de 1966, las hermanas de Caterina, le pusieron una imagen del Papa en el estómago. A los pocos minutos, la religiosa, quien ya había recibido la unción de los enfermos, se recuperó y pidió comida. La comisión de teólogos de la Congregación para la Causa de los Santos del Vaticano reconoció el milagro al no poder los médicos justificar la curación.

El Papa Juan Pablo II recordado como el “Papa Viajero” por visitar más de 120 países, fue un incansable luchador por la libertad y muchos lo tildan de conservador. En su caso dos son los milagros reconocidos por la comisión de teólogos de la Congregación para la Causa de los Santos del Vaticano. El primero a la monja francesa Marie Simon Pierre, quien se curó incomprensiblemente para los médicos, de la enfermedad de Parkinson. El segundo tuvo lugar en Costa Rica en 2011, cuando Floribeth Mora ingresó en un hospital con un gravísimo aneurisma. Días después, el coágulo del cerebro se disolvió sin tratamiento alguno. El médico a cargo no se explica cómo ocurrió.

El que el Papa Francisco haya querido canonizar al mismo tiempo un Papa liberal y otro conservador, es interpretado por algunos analistas como el querer generar equilibrios y consensos dentro de la Iglesia, especialmente *ad portas* del próximo sínodo centrado en el tema de la familia, en cuyo cierre el 19 de octubre será beatificado Pablo VI.

Por otra parte, que el actual Papa haya liberado el requisito de reconocer al menos dos milagros para ser considerado Santo, en el caso de Juan XXIII, y que haya aceptado que el proceso de canonización de Juan Pablo II sea uno de los más cortos de la historia, puede estar señalando un cambio en el concepto de Santidad. La naturaleza más mística de los Santos del pasado, pareciera que se estuviera transformando hacia un concepto más basado en modelos de vida.

En cualquier caso no podemos negar que ambos personajes son hombres excepcionales y que su canonización es un verdadero regalo para la Iglesia.

Anita Walker

Antonio Kovacevic

DIRECTORA: Ana María Walker R. | **EDITORIA:** M. Loreto Tagle P. | **COMITÉ EDITORIAL:** Hna. M. Angélica Infante, Padre Rafael Fernández, Ana María Walker R., Antonio Kovacevic B., M. Loreto Tagle P., M. Angélica Pérez B. | **PERIODISTAS:** Magdalena Ríos C., Virginia Soto-Aguilar C., M. Loreto Tagle P., María Elena Montory S., Marcela Paz Muñoz I., Jorge Velasco C., Isabel Ossa G., Nicole Saffie G., Magdalena Pulido V., María Carolina Edwards C., Beatriz Espinoza A. | **EJECUTIVA DE VENTAS:** Carolina Edwards C., Beatriz Espinoza A., Verónica Escudero Z. - Tel.: (562) 2223 1516 - Fax.: (562) 2204 0681 - elapostol@ramafamilias.cl - www.apostolenfamilia.cl | **ADMINISTRACIÓN Y FINANZAS:** Ana María Kovacevic W. | **IMPRESIÓN:** Quad Graphics Chile S.A, Tel.: (562) 2440 5700 | **DIRECCIÓN DE ARTE Y DISEÑO:** Abril Diseño - www.abrildisenio.cl | **COLABORADORES:** Verónica Griffin, Actitud Creativa, Antalis GMS, Paulette Lladser | **REPRESENTANTE LEGAL:** Ana María Walker R. - Holanda N° 2237 - Tel.: (562) 2223 1516.



El perfil de UN HOMBRE ALEGRE

Roberto Sebeckys es marino (R), esposo, padre y abuelo. Un hombre que, según quienes lo conocen bien, irradia alegría, pese a las dificultades que pueda presentar la vida.

Confiesa que, en familia, han decidido entregarse a los designios que Dios tenga para ellos, actitud de plena confianza en este Padre amoroso, que les ha abierto un camino directo a vivir con alegría.

por: Carolina Tirado D-M.

Según la Real Academia Española de la Lengua, la definición de alegría es: “Sentimiento grato y vivo que suele manifestarse con signos exteriores”. Se trata de un estado interior fresco y luminoso, generador de bienestar, energía y disposición. Quien la experimenta la revela en su apariencia, lenguaje, decisiones y actos. En este elemento radica el valor de la alegría: es contagiosa. Un ejemplo viviente de esta actitud de vida es, para muchos, Roberto Sebeckys. Casado con Carolina, padre de cuatro hijos –Roberto, Carolina, Paula y Felipe–, abuelo de dos nietos.

De profesión marino, actualmente ejerce en la Directemar como Jefe de la división de investigación de accidentes marítimos. Es decir, le toca estudiar e investigar las causas de naufragios, incendios, accidentes portuarios y pesqueros. “Veo solo tragedias, pero trato de que esas tragedias no vuelvan a ocurrir: investigamos para obtener experiencias y evitar que los accidentes se repitan”.

Ha vivido en varias ciudades de nuestro país, siendo clave la estadía con su familia en Valdivia, ya que en ese tiempo sus dos hijos mayores decidieron participar en el Movimiento de Schönstatt, por lo que él y su mujer, Carolina Chaigneau, asistieron a una reunión como apoderados, con el fin de conocer mejor en qué se estaban metiendo sus niños. Ese primer acer-

camiento fue clave, formaron un grupo de matrimonios, y antes de abandonar la ciudad ya habían sellado la Alianza de amor con la Mater. Esto marcó el inicio de un camino de la mano de María como matrimonio y como familia, que los ha llevado a participar activamente de las actividades del Movimiento, liderando la Rama de Matrimonios de Agua Santa, además de tres años seguidos en que fueron a Misiones Familiares. Al respecto, reflexiona que no existe experiencia más enriquecedora para cualquiera del movimiento, “*instancia en la que, cada vez que nos abrían una puerta, era Cristo el que entraba a las casas. Uno, un pobre y modesto instrumento, como misionero siempre fui el más misionado*”. Y es por esto que recomienda a quienes lo han pensado, a motivarse e ir, “*es una tremenda escuela, nos abre el mundo tener la posibilidad de compartir y convivir con otras generaciones*”.

LA ALEGRÍA ES UN DON DE DIOS

Respecto de si es o no una persona alegre, declara que nunca se lo había planteado, sin embargo, afirma que para él, la mejor manera de ser feliz y estar siempre alegre, ha sido estando cerca de otras familias cristianas, instancia en la cual lo espiritual se entrecruza con la amistad.

El sentido del humor es, a juicio de Roberto un elemento importante en la vida, “es un medio que nos permite facilitar la comunicación, por ejemplo en el contexto familiar. Nos esforzamos para que lo que es difícil para los demás pueda ser más fácil, a través del humor, de la risa”. Asegura que no es consciente del gran sentido del humor que muchos le atribuyen, porque a su juicio sería parte de su personalidad.

“No lo hago de manera consciente, me resulta fácil, es un don que tenemos que aprovechar. Me doy cuenta eso sí que es muy útil la alegría en momentos en que estamos enfrascados en un conflicto con posiciones difíciles de acercar. Sin humor, el final es amargo. Fundamentalmente en instancias familiares, no siempre existe concordancia total entonces me resulta una herramienta muy buena para mantener la armonía y acercar posiciones”.

DIOS NOS QUIERE ALEGRES

Pese a todo, Roberto reconoce que la vida no es pura perfección y risas. Sin oscuridad, no hay luz; así como no tenemos resurrección sin muerte. Dice ser un convencido de que los momentos más difíciles siempre vienen con regalos de Dios. Es así como recuerda que, en su época de marino, cuando tenía

que embarcarse, se producían separaciones de la familia por varias semanas, que les hacían tomarle un especial valor, darle un peso fundamental a cada momento en que sí estaban junto a la familia.

“No es fácil, existen momentos complejos, sin embargo, no he tenido como objetivo el ser alegre, más bien Dios me ha entregado este don, este regalo, sin ninguna explicación. ¿Cómo me planto en la vida? ¿Cuánto confío en Dios? Hace un tiempo decidí entregarme a los designios que tuviera Dios para mi vida, para mi historia, intentando aceptar el plan divino”.

La tercera hija de Roberto y Carolina, Paula, nació con hidrocefalia –acumulación de líquido dentro del cráneo-, por lo que la historia de esta familia tuvo un fuerte giro. “*La Paula ha sido nuestra principal escuela de formación. Al nacer tuvo pocas expectativas de vida, los pronósticos no eran buenos. Sin embargo, como familia decidimos entregarnos. Y esa confianza nos dejó un camino libre a la alegría*”. Gracias a Dios y a la ciencia, Paula camina día a día hacia la autonomía, entregando lo mejor de sí donde le toca estar, tal como su familia le ha enseñado.

“En la Tierra Dios nos va mostrando pedacitos de cielo, que nos hacen anhelar estar más cerca y por más tiempo en la prometida eternidad. En cambio, cuando caemos en la desconfianza, nos alejamos de Dios. Si Él nos eligió primero, ¿por qué no confiar?”

CONFIAR EN QUE LO QUE NOS PASA, SEA BUENO O MALO, ES LO MEJOR QUE DIOS PUEDE REGALARNOS

Una persona alegre: uno los quiere tener cerca en todo momento. Tienen la actitud adecuada para hacernos más fácil la vida y mostrarnos los pedacitos de cielo que Dios nos deja en el día a día. Un ejemplo de todo esto que describe es, para Roberto, el Padre Juan Pablo Rovegno, Sch., quien transmite la actitud del amor a Dios, a través de su permanente alegría.

Para comprender su tesis, Roberto propone la siguiente ecuación:

ALEGRÍA + CONFIANZA = ESPERANZA

Cultivando estos valores, se verán siempre efectos positivos en la vida. Siempre saldremos ganando. Para fortalecerlos, sostiene que Schoenstatt es una instancia perfecta, pues la vida comunitaria es clave, en el movimiento “*forjamos amigos del alma, por lo tanto esta ecuación se facilita mucho*”.

Respecto de los malos momentos, las crisis, Roberto confiesa que “*no podemos pensar que vivimos el peor momento, porque si hay algo seguro es que pueden venir momentos peores*”. Es por esto formula la siguiente propuesta: “*Sea lo que sea, lo que nos está pasando es lo mejor que Dios nos puede regalar*”. 



UCRANIA

Capital: Kiev

Población: 44.584.065 de habitantes

PIB per cápita: us\$ 7.200

Índice de pobreza: 25,6%

Principales exportaciones: acero, equipo militar, metales, productos del petróleo.

Idioma: Ucraniano y ruso en el este del país.



CRIMEA

Se trata de la mayor península en el **Mar**

Negro. Tiene una superficie de **27.000 km²**, equivalente a Haití o a la Región del Maule.

Ucrania

Rusia

Crimea

Crisis en Ucrania y Crimea:

Claves para entender la denominada
“SEGUNDA GUERRA FRÍA”
ENTRE ESTADOS UNIDOS Y RUSIA

El mundo tiene los ojos puestos en esta zona de Europa Oriental. La anexión de Crimea a Rusia y la intervención de tropas de Moscú en territorio ucraniano, iniciaron un nuevo capítulo de confrontaciones entre el Kremlin y la Casa Blanca, similar al de la Guerra Fría. A continuación, Apóstol en Familia repasa los principales hechos que han marcado este conflicto, y el analista internacional, José Luis Ibáñez, nos da su visión sobre el problema.

por: Beatriz Espinoza A.

UN POCO DE HISTORIA Y CÓMO SE LLEGÓ AL CONFLICTO

Ucrania era uno de los 15 países que conformaban la ex Unión Soviética, limitando con Rusia por el Oriente. En diciembre de 1991 se desintegró la URSS y ese mismo año Ucrania declaró su independencia. La península de Crimea, que está ubicada al sur de Ucrania, quedó bajo la órbita administrativa de la ciudad ucraniana de Kiev, aunque con cierta autonomía. De sus más de dos millones de habitantes, aproximadamente un 25% son ucranianos, una minoría son tártaros, de origen turco y un 60% rusos. Por este elevado porcentaje, Crimea nunca renunció a su cercanía política con Rusia. Entre ambos pueblos hay vínculos étnicos, tradición y lenguaje común.

Ucrania, cuya capital es Kiev, cuenta con 45 millones de habitantes y fuertes tensiones sociales y económicas entre un Oeste más cercano a Europa y un Sur y Este que se cobijan en la sombra rusa.

El presidente ruso, Vladimir Putin, alentó a que se convocara a un referéndum, -que se realizó el pasado 16 de marzo- en la que los ciudadanos de Crimea, podían optar entre: la anexión de Crimea a Rusia o la restitución de la validez de la Constitución de Crimea de 1992. Es decir, que la región fuera parte de Ucrania. Alrededor de un 97% de la población de Crimea votó a favor de la asociación con Moscú.

Ante este hecho, la Unión Europea y Estados Unidos reaccionaron con molestia, pues sostuvieron que el plebiscito no tuvo validez, ya que violaba el derecho internacional y la Constitución del 92.

IMPORTANCIA GEOESTRATÉGICA DE UCRANIA Y CRIMEA

La importancia rusa en el mundo deriva de su peso en el tablero energético mundial. Aunque es un país económicamente pequeño - no llega al 2,5% del PIB mundial - es el segundo productor mundial de petróleo y gas y el principal proveedor de estos hidrocarburos a Europa. Según CNN Expansión, aproximadamente un 14% de las necesidades europeas de gas natural, es satisfecha por Moscú.

Por la península de Crimea, cruza una parte de los gasoductos de la industria rusa Gazprom - que se dedica a la extracción de petróleo, gas natural y otros productos petroquímicos- que conectan a países como Austria, Alemania, Francia, Italia, Hungría, Polonia, Rumanía, Grecia, Turquía, y Macedonia.

El Kremlin tiene acceso al Mar Negro a través de la península de Crimea, pues, en el puerto de Sebastopol se encuentra la base naval de la flota rusa. De esta manera, Rusia cuenta con un acceso marítimo más cercano a las costas de países miembros del Tratado del Atlántico Norte - OTAN- como Turquía, Rumanía y Bulgaria.

En síntesis, esta zona geográfica tiene una importancia estratégica para Putin, por su enclave militar y porque es atravesada por oleoductos, reservas de gas y petróleo.

LO QUE ENCIENDE LA MECHA

Comenzaron las protestas cuando el presidente de Ucrania, Viktor Yanukovich, echó abajo un acuerdo comercial que iba a firmar con la Unión Europea, ante la amenaza del Ejecutivo ruso de subir el costo del gas. Al negarse a firmar, las protestas callejeras comenzaron. Posterior a esto, el parlamento ucraniano acusó al mandatario de abandono de sus deberes y estableció un gobierno de transición.

Ante esa situación, Crimea nombró “de facto” como primer ministro al pro-ruso Serguei Aksionov, quien no fue reconocido por el parlamento ucraniano. Por esta razón, Aksionov y otros políticos crimeos de alto rango, pidieron ayuda a Moscú con el argumento de que la seguridad de la península estaba amenazada por el gobierno interino de Ucrania. En tiempo récord el parlamento ruso aprobó la intervención militar para proteger a los ciudadanos rusos y a la base militar. La crisis internacional se desencadenó con este hecho. Luego del despliegue de tropas rusas en Ucrania, la amenaza de un conflicto bélico se hizo latente.

LA POSTURA DE ESTADOS UNIDOS Y EUROPA

Washington y Bruselas coinciden en la idea de apoyar el desarrollo de las instituciones democráticas y promover la participación de la sociedad civil y el buen gobierno. Y han hecho público su interés por privilegiar el respeto al Derecho Internacional que “prohíbe la adquisición de una parte o de todo el territorio de un Estado a través de la coerción o de la fuerza”.

El presidente norteamericano Barack Obama ha asumido una dura crítica frente a Moscú, indicando que el mundo reconoce mayoritariamente que los pasos que ha tomado el Kremlin son una violación flagrante de la soberanía de Ucrania y su integridad territorial.

También el mandatario estadounidense ha sentado las bases para concretar la llamada Alianza de Comercio e Inversión Transatlántica, (TTIP, por su sigla en inglés). Lo que según ha dicho será la zona libre de comercio más grande del mundo, con un mercado de 700 millones de personas y un 46% del PIB mundial. Con el TTIP, Obama pretende asegurar su liderazgo económico mundial y permitir el imperio energético de Washington, en desmedro del gas ruso y petróleo del Medio Oriente.

Si bien la Unión Europea se encuentra en la misma línea de pensamiento que la Casa Blanca, ha tenido un actuar “más tímido”, pues sus lazos económicos con Rusia son importantes ya que compra cerca de una cuarta parte de su gas a Moscú.

Cabe destacar que la Unión Europea nunca ha ofrecido a Ucrania un acuerdo de integración, sino un pacto de “asociación y libre comercio”. Dicha oferta que se iba a firmar en noviembre, fue finalmente rechazada por el gobierno de Yanukovich, pues, a su juicio, “pondría en peligro sus relaciones con Rusia”.

Con el propósito de conseguir la distensión en Ucrania, este país, Estados Unidos, Rusia y la Unión Europea, acordaron en

Ginebra a mediados de abril, un acuerdo para desarmar a los grupos armados ilegales, desalojar las sedes ocupadas ilegítimamente y entablar un diálogo nacional sobre la reforma constitucional. Pero las partes en conflicto se acusan mutuamente de boicotear el cumplimiento del plan.

A fines de abril, Estados Unidos, completó el despliegue de 600 soldados en las Repúblicas Bálticas y Polonia, al que se suman una fragata en el Mar Negro y una veintena de cazas de combate. Como ha venido reiterando el Pentágono, estos movimientos excepcionales tienen como objetivo dejar claro que Estados Unidos sigue comprometido con la defensa de los intereses de la OTAN frente a los movimientos de Rusia en Ucrania

En este contexto, Ucrania vive desde hace varias semanas una oleada de intensas protestas y enfrentamientos en las calles, entre grupos pro-rusos y pro-europeos. Al cierre de esta edición, el canciller ruso Serguéi Lavrov, tiene planificado viajar a Chile en el marco de una gira por América Latina, con la finalidad de reunirse con su homólogo, Heraldo Muñoz, para tratar asuntos de cooperación bilateral. Asimismo, el Congreso del país ucraniano convocó elecciones presidenciales anticipadas para el próximo 25 de mayo.

¿SEGUNDA GUERRA FRÍA?

La prensa americana y europea no ha dudado en denominar a este conflicto, “la Segunda Guerra Fría”, mientras que el diario El País de España, dice que se trata de una Guerra Fría, un poco más “tibia”, pues ya no existen los antagonismos ideológicos entre Estados Unidos y Rusia.

Desde la caída del muro de Berlín, en 1989, el Kremlin y la Casa Blanca, han manifestado públicamente su intención de dejar atrás la rivalidad que los enfrentó por décadas. Sin embargo, durante los últimos 20 años, cada crisis internacional ha expuesto que las enormes diferencias entre Washington y Moscú nunca se enterraron. Así ha quedado de manifiesto en los conflictos de Kosovo, Irak, Afganistán, Georgia y Siria, entre otros.

En un artículo publicado en el *The New York Times*, especialistas en la materia, coinciden en señalar que el presidente Putin rechaza el orden internacional después del desplome de la Unión Soviética, y que su motor es el sentimiento anti-estadounidense.

Pero ante todo, la principal pregunta es si la anexión de Crimea a Rusia servirá como ejemplo para otras ciudades ucranianas con importante presencia de rusos, y avive los ánimos separatistas de la región.

En otras palabras, la interrogante pasa por saber si Moscú se detendrá después de la incorporación de la península ucraniana a su territorio, o continuará su expansión a otras ex repúblicas soviéticas.

ENTREVISTA

Entrevista a José Luis Ibáñez, vinculado a Europa Central y del Este por el Programa de Pasantías Internacionales de la Universidad del Desarrollo.

¿Cuál es el problema de fondo en el conflicto en Ucrania?

La guerra subterránea entre Estados Unidos y Rusia de los úl-



Entrevistado José Luis Ibáñez

timos diez años. EEUU trató de desestabilizar el gobierno de Putin en el 2012 y ha creado en Occidente una imagen de Rusia como país imperial, inseguro para vivir, con oligarquías y mafias, sin respeto al Derecho, con una economía estancada. Las guerras de Georgia fueron parte de este conflicto.

¿Y qué valor tiene Ucrania para Estados Unidos?

Ucrania es el gran fracaso del fin de la Unión Soviética. Para Estados Unidos, Ucrania llena de tensiones y frustraciones, es un campo propicio para crear una situación caótica que afecte a Rusia.

¿Qué razones motivaron al presidente Putin a ordenar una invasión a Crimea?

Mostrar que Rusia no tomaba livianamente el Golpe de Estado empujado por Estados Unidos en Ucrania. Dentro de la OTAN, Ucrania sería una base de misiles antirrusos. En Rusia más de un 70 % de personas apoyan la invasión a Ucrania a pesar de la cercanía por cientos de años entre los dos países. La mentalidad rusa es distinta por las tragedias que Rusia vivió en el Siglo XX. Ataca los problemas rápida y radicalmente.

¿Qué consecuencias puede tener el conflicto de Europa Oriental en nuestro país?

En un conflicto entre Rusia y Estados Unidos nadie queda al margen. ¿Se imaginaba Chile que el Canciller Ruso Lavrov llegaría a Santiago?

En el caso de que estallara una guerra entre ambas potencias, ¿cuáles serían los bloques del nuevo escenario mundial?

Estados Unidos y la Unión Europea ya están enfrentados a una alianza entre Rusia y China con la cual simpatiza India. Se plegarán Irán y Siria. En Asia Japón, Corea del Sur, Filipinas y Taiwan apoyarán a Estados Unidos. Rusia no quedará aislada. Se rearmará y se volverá a militarizar. Europa no está nada de feliz con el conflicto.

¿Qué efectos tuvo en Rusia la caída del marxismo?

Los rusos recuperaron sus libertades básicas, abandonaron el comunismo y el Estado Militar. Revivieron las creencias tradicionales. Hoy Rusia es uno de los países más cristianos del mundo con 70% de creyentes en la población. Hay 16 % de musulmanes y 10 % son ateos. Un país religioso. Conviven en paz musulmanes y cristianos. (H)

Esta es mi casa.



Jorge Sampaoli
tiene su Crédito Hipotecario en Santander desde 2013.

Elige la tuya y dale.

Súper HIPOTECA

Simula tu Súper Hipoteca en www.santander.cl
o con tu Ejecutivo de Cuentas.



 **Santander**[®]
un banco para tus ideas

Banco Santander Chile. Infórmese sobre la garantía estatal de los depósitos en su banco o en www.sbf.cl

Cómo somos los chilenos: **EL VASO MEDIO LLENO O MEDIO VACÍO**

Negativos, pesimistas, “tira para abajo”, poco alegres, son algunos de los calificativos que suelen usar chilenos y extranjeros para definirnos. Pero ¿qué hay de mito y de realidad en todo esto? Para aclararlo, conversamos con el sociólogo Nicolás Sanhueza y la psicóloga María de los Ángeles Dávila.

por: Beatriz Espinoza A.



Polémica causaron hace algunos meses los dichos de un conocido entrenador de fútbol argentino en Chile, quien al ser criticado profesionalmente, contestó: “Los chilenos encuentran todo malo. Si alabas su cordillera, te contestan que allí te mueres de frío, si le comentas que su vino es buenísimo, te dicen que el francés es mucho mejor, y si “piropeas” a sus mujeres, prefieren a las argentinas”.

Por otra parte, si hablamos específicamente de la “felicidad” de los chilenos, un informe del Centro de Investigación Periodística, CIPER Chile, indicó que cuando le preguntan a los chilenos de qué depende su felicidad, un 74 % responde que depende de lo que uno mismo haga, un 11 % de la suerte que uno tenga y un 15% de las oportunidades que da la sociedad a las personas.

El sociólogo Nicolás Sanhueza Rodríguez del Centro de Estudios del Desarrollo (CED), señala que una de las mejores y más actuales interpretaciones del fenómeno del inconformismo, la infelicidad y pesimismo del chileno, surgió en el año 2013, cuando se publicó el Informe de Desarrollo Humano realizado por el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo en Chile (PNUD). Uno de los hallazgos más clarificadores en esta investigación, es que la felicidad individual y el desarrollo social son temas difíciles de conjugar ya que en la vida cotidiana, las personas consideran que la búsqueda para encontrar esa felicidad corresponde mayoritariamente a un objetivo personal en la vida de cada uno. Entonces, para comprender la felicidad o la infelicidad, es necesario que nos acerquemos a aquel espacio interno en donde el ser humano construye una imagen de sí, de los otros y del entorno que lo rodea.

¿ A qué se debe ese pesimismo que a veces percibimos en la sociedad?

Se debe principalmente al ejercicio arbitrario de quienes tienen la autoridad. Por ejemplo, hoy en día es algo difícil “lograr entrar al mundo laboral”, sin tener algún tipo de contacto o red de apoyo que le ayude a acceder a un trabajo. Este proceso muchas veces se ha visto mediado por un uso del poder ilegítimo, como contar con un apellido que acredite tu formación, “ser amigo de alguien importante”, algo que en cierto sentido, “eleve” los antecedentes curriculares que han sido solicitados por el empleador.

Otro punto tiene que ver con las capacidades que los chilenos hemos desarrollado para denunciar el abuso, darnos cuenta del fracaso, del esfuerzo para lograr nuestras metas. Es decir, cuáles son esas cosas que están bien en la vida, o que están mal y qué estamos dispuestos o no a permitir que nos siga pasando. Hablar de pesimismo entonces pasa por entender cuánto nos conocemos y valoramos como personas, cómo nos relacionamos con nuestros pares y con las personas que interactuamos día a día.



El sociólogo Nicolás Sanhueza Rodríguez del Centro de Estudios del Desarrollo (CED)

“...un informe del Centro de Investigación Periodística, CIPER Chile, indicó que cuando le preguntan a los chilenos de qué depende su felicidad, un 74% respondió que depende de lo que uno mismo haga, un 11% de la suerte que uno tenga y un 15% de las oportunidades que da la sociedad a las personas...”

¿Crees que a diferencia de otros países, los chilenos somos “tira para abajo”?

Yo creo que no somos “tira para abajo” en una manera tan radical. Una persona de escasos recursos puede ser muy feliz por tener varias tarjetas de crédito en casas comerciales para poder comprar electrodomésticos en su hogar. Esto le va a producir mucha felicidad al corto plazo, pero lo que presentan las evidencias, es que ese tipo de oportunidades no son las que van a constituirnos como una sociedad más feliz o “tira para arriba”, sino otras cosas: como tener una casa propia, o vivir en un barrio donde uno se pueda sentir seguro con su familia, tener la posibilidad de no ser discriminado por su condición social, etc.

¿Somos de cierta forma los chilenos, algo inconformistas con lo que tenemos?

Sí. Hoy estamos más capacitados en nuestros trabajos y poseemos mayores habilidades técnicas, y nuestro espíritu competitivo ha aumentado exageradamente. Nuestro adversario ha pasado a ser nuestro compañero de trabajo, nuestro amigo

en el colegio, o la persona que va en el ascensor conmigo. Es por esto que también podemos ver en los colegios fenómenos como el *bullying*, en el trabajo demandas por acoso laboral, y en los hogares violencia de género. Esto se agudiza con las desigualdades sociales de base, que generan un descontento en las personas, independientemente de que quizás posean un buen pasar económico.

Como sociólogo, ¿qué cambios crees tú que tendrían que ocurrir en la sociedad, para que esto último fuera cambiando?

Lo primero y más importante creo que es escuchar a las personas. Todos tenemos cosas que decir: experiencias personales o puntos de vista que pueden contribuir al bien de la sociedad. Esto debe ser rescatado por quienes poseen mayor responsabilidad y poder de decisión a nivel nacional. Hace pocos días estuve en una conferencia sobre urbanismo en la que un profesor indio de la Universidad de Harvard, señaló: “Creo que a la hora de escuchar es necesario pensar por qué Dios nos ha dado a los seres humanos una boca y dos oídos”. Esta frase me ha hecho mucho sentido, siendo muy simple, pero muy fuerte en su mensaje. Pues hoy día nuestra vida se está virtualizando y las dimensiones tiempo y espacio han alterado nuestra interacción con los otros.

LA MIRADA DE LA PSICOLOGÍA

La psicóloga clínica y terapeuta familiar María de los Ángeles Dávila Izquierdo, señala que no es bueno caer en generalizaciones, pues éstas se convierten en prejuicios que no corresponden necesariamente a la realidad. “De hecho hay un estudio del Centro de Estudios Públicos, CEP, que plantea que cerca del 70 % de los chilenos se sienten felices contra un 7 % que dice sentirse infeliz”, comenta.

¿Hay o no actualmente una falta de alegría en los chilenos?

Creo que los chilenos, no tenemos un “estilo” alegre como idiosincrasia, pues somos más serios, formales y moderados, si nos comparamos con personas de otros países. Si viajas al Caribe o a otro lugar de Latinoamérica, la gente allá pareciera estar siempre contenta y “en fiesta”, son más expresivos, se les ve más libres y conectados con la naturaleza. Al ser más discretos, los chilenos hemos ido perdiendo la espontaneidad y eso nos hace ver menos alegres, pero no significa necesariamente que seamos menos felices. La sensación de felicidad es un estado de bienestar personal que se mantiene relativamente estable, y tiene que ver con tener satisfechas las propias necesidades, las que son definidas por cada individuo.

¿Por qué los extranjeros y nosotros mismos tendemos a definirnos como pesimistas?

Cuando trabajo en la consulta puedo observar que las personas siempre se están comparando con parámetros externos. Esto conlleva una dificultad en la aceptación de nosotros tal cual somos, con atributos positivos y defectos. Nos evaluamos desde la visión de los que “nos falta para ser de tal o cual manera” y no desde el valorar la persona que soy, aceptándola en su totalidad.

¿Qué cambios crees tú que tendrían que ocurrir en los chilenos para que esta percepción negativa fuera cambiando?

Lo primero es ser capaces de validarnos internamente y no desde definiciones externas, que no necesariamente corresponden a nuestra idiosincrasia. Lo segundo es saber distribuir en forma adecuada los tiempos. Esto se traduce en no tener extenuantes jornadas laborales, y dejar tiempo a la familia, al ocio y a los pasatiempos. Y tercero, facilitar la construcción de relaciones interpersonales satisfactorias en los distintos ambientes en que nos movemos: trabajo, hogar y amigos. 



LUCCHETTI

Mamma Mia!



Listas para servir, listas para disfrutar



LAS ALEGRÍAS
EN LA FE

El tema de la alegría tiene especial relevancia en el mundo actual. Es un asunto complejo, porque se presta para malos entendidos. De hecho, podemos constatar que muchas personas buscan desenfrenadamente los placeres y, sin embargo, no tienen alegría en sus corazones, se sienten vacías e insatisfechas.

por: P. Jaime Fernández M.

La constatación de esta realidad a la luz de la fe, la percibimos como un signo de los tiempos y, por lo mismo, como una fuerte voz de Dios. Desde la perspectiva cristiana es bueno, por eso, esforzarse por llegar a tener una recta comprensión de la alegría, porque es un claro indicador de la manera cómo estamos viviendo el plan que el Creador tiene con nosotros y lo que nos pide a quienes estamos dispuestos a seguirlo.

El tema de la alegría se ha puesto claramente sobre el tapete precisamente porque a muchas personas les llamó profundamente la atención la insistencia del Papa Francisco en él. De hecho, el título que colocó a su Exhortación Apostólica, *Evangelii Gaudium*, esto es, la alegría del Evangelio, ha dejado a mucha gente pensando en cuál es el mensaje de fondo que nos quiere entregar. Claramente, con ese título estaba uniendo conscientemente dos cosas: Por una parte, algo tan trascendental como es la convocar a toda la Iglesia a una “nueva etapa de evangelización”, como, por otra parte, acentuar la alegría que ha de caracterizarla al provenir de una aceptación verdaderamente creyente del Evangelio, que es lo que ilumina toda nuestra vida.

Veamos algo de lo que nos dice la buena nueva que tenemos que llevar al mundo. Nos dice que Dios, nuestro Padre, creó todo lo que existe como un don de amor para sus hijos, de tal manera que todas aquellas cosas que son para nosotros fuentes de alegría, en la fe las podemos experimentar como regalos de Dios. No solamente satisfacen nuestros apetitos naturales

sino que nos hacen experimentar el amor que Él nos tiene. Nos ayudan a crecer en el reposo en su amor, que es la fuente de la auténtica paz y alegría. Por esta razón, tenemos que aprender a gozar sanamente de la belleza que irradia la naturaleza, de los sabores que nos ofrecen los alimentos, etc., en una palabra, de todos los bienes que el Señor pone a nuestra disposición. Sin embargo, para que no nos esclavicen, tenemos que aprender a gozarlos sanamente y eso significa recibirlos como un regalo del Padre y usarlos según Su voluntad. Para entender bien lo que está detrás de este tema tan significativo, conviene ahondar en él. Hay que tratar de comprender cuál es el contenido de la alegría como tal. Dedicémosle, por eso, una corta reflexión.

Si nos preguntamos acerca del contenido mismo de la alegría, veremos que se trata del “reposo del apetito en el bien que le corresponde”. Un ejemplo simple puede ilustrar esta afirmación: Cuando tengo mucha sed y puedo beber un vaso de agua fresca, experimento la alegría como el reposo de ese apetito mío en el bien que le correspondía. Para aplicar estos conceptos al tema de nuestra reflexión, vemos que el Creador colocó en torno nuestro diversos bienes, sensibles, afectivos y espirituales, y nos regaló también los accesos para disfrutar de ellos transformándolos en fuentes de alegría. Lo son realmente en la medida en que los utilizamos según su voluntad. La condición para que podamos gozar esos bienes de una manera positiva, esto es, que nos ayuden a crecer como personas y como hijos de Dios, es superar, con la ayuda de la gracia, los desórdenes que anidan en nuestra naturaleza como efecto del pecado original.



El Padre Kentenich nos advertía del peligro que significa el dar por evidente que tenemos derecho a poseer todos esos bienes, de tal manera que, al gozarlos, no brota en nuestro interior la alegría y el agradecimiento al Padre. Cuando puedo gozar de una buena música o de un paisaje hermoso o de cualquier cosa que responda a nuestros apetitos sensibles, tenemos que ir más allá del simple placer físico, deben transformarse en fuente de alegría espiritual y en alimento del amor al Creador. En un auténtico creyente la experiencia gozosa de cada uno de los bienes que el Señor le regala, hace que brote de su interior el agradecimiento y crezca el amor a Él.

Cuando hacemos un discernimiento de los signos de los tiempos, vemos que el mundo actual está cada vez más cargado por un signo de violencia. Cada vez hay más personas incapaces de gozar con las cosas bellas que nos ofrece el mundo que nuestro Padre ha puesto a nuestra disposición. Al hacer un estudio más técnico acerca de los fenómenos negativos en la sociedad actual, los sociólogos nos advierten que, en gran medida, tienen su origen en la carencia de las vivencias básicas de la vida hu-

El trasfondo de esa actitud agresiva, marcada por el descontento y la insatisfacción, es la falta de alegría auténtica. Hay una búsqueda desordenada de sensaciones y placeres, pero una profunda falta de reposo interior, que es lo propio de la alegría.

mana. Se trata de aquellas vivencias que se tienen que dar en la primera etapa de la vida en el propio hogar. El ser humano necesita desarrollarse en un nido estable, cálido y estimulante. El hogar sano se transforma así en escuela de la auténtica alegría. Al no tenerlo, se le anida en lo profundo del subconsciente una frustración que, inconscientemente, se manifiesta en descontento, rabia y agresividad. Ese clima interior, de una auténtica rebeldía, impide el gozo sereno y positivo de las fuentes normales de la alegría. La familia actual se experimenta cada vez más frágil. Fácilmente se rompe, o bien, sus miembros siguen viviendo en común, pero sin ofrecer las vivencias cálidas y estimulantes que los hijos requieren. La búsqueda desordenada de placeres, de sensaciones y ese sumergirse en el trabajo de una manera esclavizante son manifestaciones de ese clima interior de la frustración que anida en el subconsciente.

La profundización en el tema de la alegría, teniendo como telón de fondo la realidad que estamos viviendo a nivel mundial nos muestran que es una tarea fundamental de nuestra Iglesia reconquistar la familia tal como Dios la pensó, como reflejo de la Trinidad, una comunidad de personas que viven en el amor.

“Hagamos al hombre a nuestra imagen y semejanza”, esas palabras del Creador, al comunicarnos la vida, son el telón de fondo fundamental de la humanidad, son la luz que nos permite comprender la causa de los problemas que la aquejan en la actualidad. La falta de una alegría auténtica nos hace percibir con mayor urgencia la necesidad de una nueva evangelización. Es así como entendemos más profundamente el mensaje del Papa que une el llamado a volver a llevar a Cristo y la urgencia de dar un testimonio de una alegría auténtica, que para nosotros está garantizada por una fe profunda en la buena nueva de la que somos portadores. Los creyentes tenemos que transformarnos en maestros y profetas de la alegría. 📌





AGUASCLARAS



Personaliza tu casa. Podrás elegir: pisos fotolaminados, muebles de cocina, papeles murales para niños y cerámicas de baños.



LOS MADEROS



El primer barrio privado pensado para que tus hijos nunca dejen de descubrir, con juegos diseñados para distintas edades.

MONTEPIEDRA



Tu casa lista con jardín, quincho y piscina desde el primer día.

CASAS CHILENAS Y MEDITERRÁNEAS DESDE UF 7.790

Una de estas casas puede ser tuya.

Casas de 139 a 235 m²
Visita Sala de Ventas.
Inmobiliaria Manquehue, Soñamos lo mismo que tú.



EL EFECTO LOLLAPALOOZA



Van tres años que este festival se instala en Santiago, congregando a miles de personas de todas las edades, especialmente jóvenes. ¿Por qué un evento de música genera tal “locura”? ¿Por qué hay tantos que ahorran durante meses para poder asistir? ¿Qué buscan y qué encuentran ahí quienes cada año forman parte de la gran masa humana que se reúne en “Lolla”? Aquí, participantes y sicólogos develan el misterio detrás de este fenómeno.

por: Isabel Ossa G.

Aún no había terminado el festival Lollapalooza 2014 –que se realizó en Santiago el 29 y 30 de marzo- y las redes sociales ya estaban llenas de personas preguntando cuándo empezaría la pre venta de entradas para 2015 y publicaciones que llamaban a votar por las bandas que formarían parte de la próxima edición del evento. Mientras tanto, el sitio web de Lollapalooza Chile resumía en una frase el sentimiento generalizado: “Lo único bueno de que haya terminado, es que se repetirá”.

Según Andrés Correa, sicólogo y psicoanalista, un evento como Lollapalooza tiene la capacidad de producir efectos positivos en las personas y una experiencia de alegría intensa, aunque no profunda. “Son una oportunidad para regresar a niveles simbióticos de relación humana donde, al ritmo de una melodía, los individuos agrupados dentro de una enorme red colectiva, pueden llegar a experimentar una sensación de exquisita unidad emocional”, explica. Y agrega que, en el caso de los adolescentes, este tipo de eventos puede convertirse también en un “refugio social” que les permita eludir y descansar de las ansiedades propias de su edad. En tanto, la psicóloga Carolina Tocornal explica que, aparte del placer intrínseco que se deriva de escuchar música, los jóvenes suelen buscar en este tipo de eventos un espacio donde relacionarse con otros, pertenecer a un grupo, identificarse y “cargar pilas”. “Se produce una multiplicación energética, pues la fuerza de la masa es enorme, para bien o para mal. Si la persona suma su identidad a otras

personas que están en actitud positiva y pasándolo bien, es muy bueno y saludable desde el punto de vista psicológico. Muy terapéutico incluso”, asegura.

¿QUÉ ES LOLLAPALOOZA?

Algunos piensan que se trata de un Woodstock moderno, pero es mucho más que eso. Lollapalooza fue organizado en 1991 por Perry Farrel, cantante de la banda *Jane's Addiction*, con la idea de reunir lo mejor del rock alternativo, actuaciones cómicas y espectáculos de danza en un festival viajero. Desde entonces, el evento se ha realizado casi ininterrumpidamente en ciudades norteamericanas y canadienses, hasta que en 2011 fue exportado por primera vez al extranjero: primero a Chile, luego a Brasil y, más tarde, a Argentina. En nuestro país ha logrado un éxito rotundo y además ha integrado espectáculos especiales para niños y características sustentables que lo vuelven cada vez más atractivo para todos: tiene puntos *Rock & Recycle* para reciclar los residuos que se generan durante el festival, es carbono neutral (mide y compensa el impacto que genera en el medioambiente), incentiva el uso de bicicletas y transporte compartido a través de beneficios específicos, y realiza acciones educativas “verdes” durante todo el año.

JAIME BOETSCH (36), PERIODISTA

“Fui con mi mujer y mi hijo. Me sentí emocionado de ver tal despliegue en Chile, orgulloso de que la versión chilena de este festival internacional funcionara tan bien, y muy tranquilo de poder disfrutar con mi familia y amigos un show de decenas de bandas, sin ningún problema y en un entorno sano. En Lollapalooza la música y la masa humana contagian buenas vibras y ganas de disfrutar a todos: mi hijo, que tiene 2 años, jugó, se rió y gozó todo el día. De hecho, fuimos nosotros quienes decidimos irnos a las 9.30 de la noche... ¡él se habría quedado hasta el final!”

SOFÍA CHELLEW (19), ESTUDIANTE

“Una amiga me convenció para ir juntas y ahora sé que no se equivocaba cuando me dijo que jamás olvidaría Lollapalooza. La mayoría de los artistas que vimos fueron muy cercanos al público: unos entregaban mensajes positivos sobre Chile, otros bajaban del escenario a compartir con la gente y todos nos hacían bailar y saltar, sin importar lo apretados que estuviéramos. Nunca había experimentado algo así: tantas personas unidas por la música, en un ambiente de amistad y buena onda. Lollapalooza es un buen lugar para encontrar compañía y alegría: es imposible no contagiarse con su energía positiva”.

ISMAEL VÁSQUEZ (20), ESTUDIANTE

“Soy fanático de la música, así que no podía dejar de ir. Fuimos en un grupo con amigos del colegio y de la universidad, y fue increíble. Diría que todo lo que pasa ahí es gratificante, positivo y los sentidos se estimulan al 100 %. Desde el día en que se termina el festival, uno quiere que llegue rápido el próximo año para vivirlo nuevamente”.

ALEJANDRA MORA (37), INGENIERO COMERCIAL

“Como familia, nos gusta aprovechar la mayor cantidad de oportunidades para estar juntos y disfrutar de cosas interesantes, además nos encanta la música, así que con mi marido decidimos ir y llevar a nuestras tres niñas. Estar ahí genera mucha energía, felicidad y, para la familia, una experiencia inolvidable y tema de conversación diferente y positivo”.

MAGDALENA CORTÉS (43), SECRETARIA

“Fue casi un año el que esperamos mis tres hijos y yo desde que compramos las entradas hasta que por fin fuimos. En ese tiempo nos interiorizamos en algunos de los grupos y la música que escucharíamos, así que el festival nos reunió incluso antes de realizarse. Fue maravilloso ver un show sentada en el pasto, comer un rico picnic con mis hijos, ver en vivo a los músicos que tanto les gustan a ellos y familias completas, niños jugando, grupos conversando, todos cantando y disfrutando, la mayoría en forma sana. Además el estar ahí me hizo sentir muy orgullosa de que en mi país se hagan eventos de esa naturaleza”.

NICOLÁS INFANTE (25), SICÓLOGO

“Escucho música todo el día, por lo que no me pierdo Lollapalooza, un evento que precisamente llama a empaparse de ella. Este año fue muy entretenido y me paseé por un sinnúmero de emociones, cuestión que sólo la música en vivo y la amistad pueden lograr. Todos son bienvenidos, sin importar condición, sexualidad, situación, raza ni nacionalidad, y en el que nadie pretende aparentar nada”.

MAGDALENA CASANUEVA (23), INGENIERO COMERCIAL

“He ido tres años y pienso que es plata muy bien invertida. Este año fuimos en un grupo de 15 amigos y fue impresionante. Al estar ahí te desconectas de tus preocupaciones y pasas momentos inolvidables. Ojalá todas las personas pudieran vivir esta experiencia por lo menos una vez en la vida”.

¿Sabías que? Lollapalooza es una palabra inglesa en desuso que quiere decir “algo extraordinario e inusual”. Perry Farrel, creador del festival, se fascinó con ella luego de escucharla en un episodio de “Los tres chiflados”. 🎧





Secret Artists LA FIESTA INOLVIDABLE

¿Quiénes son estos artistas camuflados que irrumpen sorpresivamente en una reunión, interpretando conocidas arias de ópera? ¿Por qué este tipo de espectáculo gusta tanto? Para conocerlos mejor y saber qué los inspira, Apóstol en Familia conversó con Rodrigo Calvo, Director y creador de Secret Artists, la compañía que sabe de quebrar esquemas y que ha dado con el secreto de la entretención.

por: Verónica Griffin B.

La palabra 'alegría' proviene del latín *alacer* o *alacris*, que significa "rápido, vivaz y animado". Y eso es lo que ofrece la compañía Secret Artists: un espectáculo alegre, lleno de vida, además de sorprendente, interactivo y original.

Rodrigo Calvo (comunicador audiovisual), director de la compañía, dice sentirse "muy inspirado y feliz". Y no es para menos. Con gran visión y creatividad, en seis años ha conseguido que su empresa realice más de mil presentaciones, ha contratado a más de 120 artistas y ha llegado a desarrollar hasta nueve funciones de manera simultánea.

Por medio de una ingeniosa puesta en escena, donde tienen participación decisiva los artistas de incógnito, la música y un elaborado guión dramático, Secret Artists ha logrado no sólo entretener, sino llevar el arte a los lugares más inéditos y diversos, y a personas que nunca soñaron tener acceso a este tipo de espectáculos. "Sacamos la ópera, que permanece encerrada en su espacio convencional, entre los muros de un teatro, y la llevamos a la gente convertida en espectáculo, abierta y cercana".

¿Cómo se inició Secret Artists?

Comenzamos a partir de un Capital Semilla, que es una línea de financiamiento creada por Corfo para apoyar a emprendedores en el desarrollo de proyectos de alto potencial de crecimiento. Ya habíamos identificado que en Chile existían muy pocas opciones para realizar eventos diferentes y de calidad. Una vez que vislumbramos esta oportunidad de negocio, quisimos crear, de manera profesional, un producto novedoso, diferente y que pudiera ser implementado en diversas circunstancias. Existía un concepto similar en Londres y tuvimos acceso a sus directrices lo cual nos ayudó a implementar el proyecto.

Pero la principal fuente de inspiración ha sido el *Cirque du Soleil*. Esta increíble compañía canadiense ha inventado un espectáculo entre cuyos méritos está el que no se centra en acabar con la competencia, sino en aportar un producto absolutamente innovador. Quisiéramos, como ellos, no repetirnos, volver siempre a sorprender.

¿Qué tipo de reuniones incorporan a Secret Artists?

Nos contratan para las más diversas circunstancias. Para alegrar una cena que iba a ser muy formal. Para la inauguración de la planta de una empresa, donde los directores buscan agradecer a empleados y obreros por medio de un espectáculo que los divierta. Para una reunión de abogados, donde las tensiones hacen necesario alivianar el ambiente. Para eventos corporativos y municipales. También nos llaman para animar reuniones familiares, matrimonios, aniversarios de bodas, cumpleaños.

En Secret Artists sabemos dar un giro inesperado al momento, llevar alegría al público y hacerle interactuar. Nuestro compromiso con los clientes es generar aquello que conocemos y en cuyo manejo nos hemos especializado: “el secreto de la entretención”.

EL ESPECTÁCULO

¿Cómo se desarrolla la intervención de tu compañía?

A veces estamos disimulados entre los mozos o entre los invitados. En ocasiones seremos el chef de un restaurant que de pronto se pone a cantar. O un abogado en medio de una graduación. O la fotógrafa de un desfile de modas... Intentamos no limitar nuestra creatividad.

La idea es que entren los artistas a escena y, a través de un chascarro lúdico, quiebren el protocolo del evento de manera que sorprenda e involucre al público al revelar su verdadera identidad. La gente se desconcierta y queda atrapada por el espectáculo.

Dinos algo sobre tu repertorio musical.

Somos una fusión de Teatro Municipal y Broadway. Estamos preparados para entregar música de varios estilos, como el jazz, la bossa nova, el tango, boleros, la cueca brava, el flamenco, etc. Manejamos también un amplio repertorio clásico, aun cuando al público le encantan las arias de óperas de Rossini o de Verdi...



RODRIGO CALVO (COMUNICADOR AUDIOVISUAL)
Director de la compañía

Con gran visión y creatividad, en seis años ha conseguido que su empresa realice más de mil presentaciones, ha contratado a más de 120 artistas y ha llegado a desarrollar hasta nueve funciones de manera simultánea.

Hemos elaborado además un repertorio especial para las colonias residentes en Chile como la árabe, la francesa, la italiana, la croata, la palestina, la judía, la española y varias más.

Háblanos de tus artistas.

Para nuestro espectáculo, usamos músicos, bailarines y acróbatas. Nos preocupamos de que los cantantes sean buenos por lo que la mayoría proviene del coro estable del Teatro Municipal. Tenemos muy buenas voces. Guillermo Valdés, que estudia canto lírico en la Musikhochschule de Freiburg, en Alemania, ha trabajado mucho con nosotros.

Como los cantantes deben además entretener y desplazarse de manera apropiada, los capacitamos dramáticamente antes de integrarlos a los espectáculos en vivo.



Estoy muy contento además de haber creado espacios de trabajo para artistas del área lírica, así como para profesionales y técnicos en el rubro de la entretención.

¿Cómo se estructura el guión?

El guión lo realizo yo mismo y es primordial en lo que hacemos.

Un buen espectáculo requiere de un buen guión. No se trata sólo de intervenir un evento con canciones y buenas voces, sino de crear una historia; esto es lo que involucra al público.

El guión tiene una estructura, y ésta la adecuamos en función de los objetivos del cliente-cómplice. Nuestros ingredientes son la intriga, el suspenso, lo lúdico y una curva dramática que permite alcanzar un clímax maravilloso y un cierre muy potente.

Imagínate lo impresionante de que toquen a tu puerta y aparece un inspector cobrándote una multa por ruidos, o que de repente el mozo tome el micrófono y cante ebrio. Generamos un primer impacto negativo, para después sorprender con nuestros cantantes camuflados. Cuando empiezan a interpretar arias de ópera, el público se deslumbró.

EL PÚBLICO

¿Podrías referirte a la relación que establecen ustedes con el público?

He llegado a comprobar que la vida moderna tiene un ritmo tan rápido y absorbente, que la gente agradece estos espacios de música y entretención, donde el tiempo pareciera ser dejado

de lado. Lo veo en la expresión de los rostros. Mirar las caras del público, oír sus comentarios, verlos emocionarse y hasta llorar... ésa es mi mayor gratificación.

Lo más conmovedor son los eventos en las casas. Imagínate una celebración de los 50 años de matrimonio de una pareja, donde hemos llegado de incógnito, contratados por los hijos. Cuando el cantante, que pudo haber estado vestido de mozo, interpreta la canción con la que ellos se conocieron en su juventud... Las caras de emoción y de sorpresa no son manejables. La gente nos disfruta al borde de las lágrimas, tal vez porque evocamos sentimientos. 🎵

CÓMO CONTACTAR A SECRET ARTISTS

Puede contactarlos en el sitio web: www.secretartists.cl

Las tarifas dependen de la cantidad de artistas involucrados, y según si se trata de eventos privados, corporativos o de instituciones sin fines de lucro.

En cuanto a sus clientes, Rodrigo Calvo, director de la compañía, nos dice que están muy satisfechos. "El boca a boca ha sido nuestro mejor aliado", afirma. "Nadie se va de nuestros eventos sin recomendarnos después".

Una entretenida iniciativa entre cuyos méritos está el popularizar el mundo de la lírica, muchas veces calificado de élite.



Máxima  Suavidad®



EL LUGAR
DONDE TERMINA EL RESFRÍO.



Pañuelos Elite, mucho más cómodos para llevar
y ahora con exclusivos formatos tipo billetera.

El dormir mal

UN TRASTORNO QUE SE PUEDE MEJORAR

Un adulto necesita dormir 7 ½ horas aproximadamente. Pero no todos lo consiguen. Si la falta –o el exceso– de sueño afectan su calidad de vida, posiblemente sufra de un trastorno de sueño. Apóstol en Familia ha indagado las causas más frecuentes de este tipo de alteraciones y ha reunido recomendaciones que contribuyen a recuperar el buen dormir.

por: Verónica Griffin B.

LOS TRASTORNOS DE SUEÑO MÁS FRECUENTES

- » *Insomnio.* Es la dificultad para conciliar o mantener el sueño.
- » *Ronquido intenso*
- » *Hipersomnia.* Corresponde a la excesiva somnolencia o fatiga diurna.
- » *Movimientos anormales.* El más frecuente es el no poder dejar de mover las piernas.
- » *Trastornos respiratorios.* La apnea es el más conocido.
- » *Parasomnia.* Son los problemas conductuales que ocurren durante el sueño, como bruxismo, sonambulismo, terrores nocturnos.
- » *Alteración del ritmo circadiano.* Se le conoce como tener “corrido” el sueño, y es el caso, por ejemplo, de un trabajador nocturno.

CLAVES PARA DORMIR MEJOR (HIGIENE DEL SUEÑO)

Conviene incorporarlas a la rutina diaria, sobre todo si se tienen problemas para dormir.

Prepare su cuerpo:

- » Haga ejercicio en forma habitual. Camine.
- » Evite actividades físicas intensas al menos 1 hora antes de irse a la cama.
- » Si duerme siesta, que ésta no supere los 30 minutos.
- » Controle su peso. El sobrepeso incrementa el riesgo de apnea de sueño.
- » Evite la ingesta de cafeína o cacao al menos 6 horas antes de acostarse.
- » No beba alcohol. Aun cuando es un inductor al sueño, al tomarlo en exceso produce despertares abruptos antes de que se cumplan las horas necesarias para dormir bien.
- » Disminuya el consumo de líquidos por la tarde de modo de no tener que ir al baño durante la noche.
- » Coma liviano al menos 2 horas antes de acostarse.

Antes de irse a dormir:

- » En lo posible, use el dormitorio y la cama sólo para dormir, de modo de conectarlos psicológicamente con “dormir”.
- » Mantenga su dormitorio ordenado y ventilado.

- » Intente irse a dormir temprano y sea regular en la hora de acostarse y levantarse.
- » Evite discusiones.
- » Un baño caliente o ducha por la noche facilita el sueño.

En la cama:

- » Lea lecturas que calmen su espíritu.
- » Evite las temperaturas extremas. Es mejor dormir abrigado que en un ambiente caluroso.
- » Use calcetines. Le ayudarán a mantener los pies calientes, lo que disminuye el número de despertares durante el sueño.
- » Intente apagar la luz lo antes posible. La luz artificial refuerza el estado de alerta, acelera el ritmo cardíaco y hace difícil el dormir.
- » No fume.
- » No vea televisión. Se ha comprobado que ver televisión en las 2 horas anteriores a la hora de acostarse, contribuye a que las personas permanezcan despiertas más allá del punto de sentirse cansados. Esto es importante en el caso de los niños.
- » Evite el uso de aparatos y dispositivos electrónicos. Aleje, sobre todo de su cabeza, las fuentes de ondas electromagnéticas.
- » Si programa un despertador, intente que su sonido sea amable y gradual.
- » Entregue sus preocupaciones a Dios. Ponga cuanto le inquieta en sus manos amorosas. Rece por sus seres queridos.

CUÁNDO CONSULTAR A UN ESPECIALISTA

Si los cambios conductuales no son suficientes. Si el mal dormir se hace crónico (más de 30 días seguidos), generando angustia durante el día, somnolencia o problemas de memoria o concentración, es hora de acercarse a un especialista del sueño. En ningún caso se recomienda la automedicación ya que el efecto de los fármacos para el sueño es diferente entre un paciente y otro. ⓘ



Hero Baby

Comprometidos con la salud de tu bebé

Hero Baby y su plan de mejora nutricional ofrece hoy una alimentación más sana y un mañana más saludable.

Todos nuestros productos Hero Baby tienen un alto valor nutricional.



Todos los colados Hero Baby
son **100% naturales**.
Sin conservantes ni colorantes.

NUESTROS PRODUCTOS

- Colados de verdura y fruta
- Postres
- Nanos, colaciones 100% naturales
- Papilla de cereales lista
- Zumito de frutas

Encuentra **Hero Baby** en los mejores supermercados del país. Distribuido por *Global Food Link*.



Padre Osvaldo Fernández de Castro.

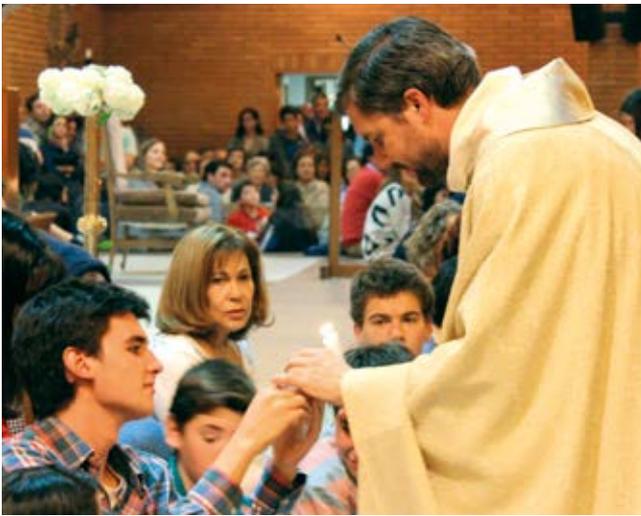
“LA TAREA EN LA VIDA ES SER FELIZ Y AMAR MUCHO”

Para el Padre Osvaldo Fernández de Castro, la alegría es parte de ser católico. Por eso, él predica sobre la felicidad que significa ser cristiano. “Si uno tiene a Dios de su lado, se tiene una visión optimista de la vida”, dice. Ésa es la mirada que podría hacer que la Iglesia cambie.

por: Jorge Velasco C.

Es lo que se denominaría un “sacerdote joven”. Pero a sus 40 años, el Padre Osvaldo Fernández de Castro Peñafiel ya tiene un amplio recorrido y se lo ve muy activo. Su vocación la sintió cuando estaba en cuarto medio. Entonces era alumno del Colegio Tabancura y participaba en un grupo de jóvenes de la parroquia Los Castaños de Vitacura. En doce años de sacerdocio, ha sido vicario parroquial en la parroquia Pietro Bonilli de Puente Alto y de ahí fue trasladado a la Parroquia Inmaculado Corazón de María de Maipú.

Después de estudiar dos años y medio un doctorado en liturgia en Barcelona y Roma, en 2010 llegó como Párroco a la Parroquia San Juan Apóstol de Vitacura. Es, además, profesor de li-



“Para mí el sacerdocio fue un flechazo. Un día, en una oración de Adoración al Santísimo, el sacerdote presentó a una joven que se iba de carmelita. Era una joven que uno veía todos los días en la parroquia. Y para mí fue tan impactante el descubrir por qué ella sí y yo no. Nunca había pensado que alguien como uno podía tener vocación. Esa noche me quedó la convicción de que tenía que ser sacerdote”, sentencia. Se demoró una hora en decidirlo y “nunca más lo puse en duda”.

turgia en el seminario y en la carrera de teología en la Pontificia Universidad Católica. También se desempeña como Secretario Adjunto para Chile de la Conferencia Episcopal.

Desde entonces, su ministerio ha estado fuertemente marcado por la Eucaristía. Es lo que más ha estudiado e incluso realiza clases sobre lo que significa. “Mi sacerdocio ha estado muy vinculado con la misa y la liturgia. Es el mundo en el cual me contacto con la gente. Es el centro de mi vida espiritual”, dice. Habla calmado –el tono, la postura– pero con entusiasmo y pasión. Tal como nació su vocación sacerdotal, lo hace convencido.

¿Cómo se puede hacer para reencantar a los católicos con la misa?

Es bien importante entender que la misa no es a mi manera. En la misa yo me uno a lo que es la oración de la Iglesia. Y la oración de la Iglesia es mucho más grande que mi oración. La misa permite ser parte de algo mayor. Tiene un poco de renuncia a la intimidad con Dios y de sumarse a la comunidad. La misa es cuando más somos Iglesia... La misa bien celebrada siempre toca, va respondiendo a las inquietudes más profundas que hay en el corazón del hombre. Además, es importante que la comunidad que celebra la misa sea abierta, dispuesta a acoger al que viene, que se sienta familia, que cante y celebre bien.

¿Cómo ha aportado a su parroquia en estos años?

Lo que me he preocupado de trabajar en este tiempo ha sido que la gente se sienta como familia acá en la parroquia, a través de la misa y de compartir en otras instancias con las familias. Eso ha sido fundamental para generar ese ambiente. Es lindo, porque siempre ha sido vinculado a la misa.

¿Y qué mensaje le gustaría dejarles a las personas, especialmente a los parroquianos?

Hay dos cosas, principalmente. Uno, que la misa sea el alimento de la espiritualidad de la persona. Yo estoy convencido de que ése es el corazón del cristianismo. Y segundo, yo trato de ser muy positivo: que la gente salga mejor que como entró. Trato de convencer a las personas de que tiene a Dios de su parte. Y que si lo tiene de su parte, tiene todo para ser feliz. Yo predico solamente de eso: de la felicidad que significa ser cristiano.

CATÓLICOS OPTIMISTAS

Para el Padre Osvaldo, la alegría es parte del catolicismo. Sin embargo, está consciente de que esto no siempre es lo que se manifiesta en las personas. Al respecto, cita al Papa Francisco: “hay católicos que viven en la cuaresma y nunca llegan a la Pascua”.

¿Cómo podemos hacer los católicos para ser más alegres y optimistas?

La tarea de la vida no es no cometer pecados. La tarea de la vida es ser muy feliz y amar mucho. A la larga significa lo mismo, pero es distinto mirarlo de una forma u otra. Depende mucho la forma cómo tú enfrentas la vida. Si entiendes que Cristo



es el que te salva y que teniéndolo a él lo tienes todo, tú miras la vida en forma muy optimista. Y no significa que no vayas a tener problemas, pero la forma de enfrentarlos es desde esa profunda paz que sólo Dios te puede dar... Soy un convencido de que esto no se trata de que los otros cambien, sino de que uno cambie la mirada. Y con eso cambia todo. Eso es lo que yo experimento que Dios genera en nosotros.

¿Cómo puede ser útil ese cambio de mirada para reimpulsar a la iglesia?

Hay experiencias muy lindas de Iglesia. Yo conozco una Iglesia que me ha fascinado y cautivado el corazón. Me encanta lo que hago. Cuando veo noticias malas o críticas que se le hacen a la Iglesia, que son válidas, siempre pienso que es cierto pero que hay otra realidad de la Iglesia que es tan linda. Entonces, cómo hacerlo para mostrar esa cara: el mundo de la solidaridad, de la comunidad, del apostolado. Ser cristiano cautiva. A mí me robó

el corazón y estoy seguro de que a mucha gente se lo ha robado. Cómo ser capaces de mostrar eso: ésa es la tarea que tenemos.

¿Cómo calza la figura del Papa Francisco con esta visión?

El Papa no ha llamado a una reforma, sino a una conversión. Y la conversión siempre es desde lo que uno es. La Iglesia está cambiando el rumbo, pero desde lo que es. ¿Y qué nos está mostrando el Papa? Una Iglesia muy abierta, que es para todos. Todos tenemos cabida en ella. Que es como un hospital de campaña, que recibe al que viene herido y lo cura y después le pregunta cuál es su historial. Además, que sea una Iglesia misericordiosa y que pone en vínculo a unos con otros. Es una Iglesia que sale de sí misma y entra en diálogo con el mundo. Eso es lo que viene y eso está marcado por la alegría. “La Alegría del Evangelio”, que es la exhortación apostólica que nos regala el Papa, plasma muy bien esto. 

El que sabe, sabe.

La mejor cazuela es con pollo Ariztía.



Pollo

Ariztía®

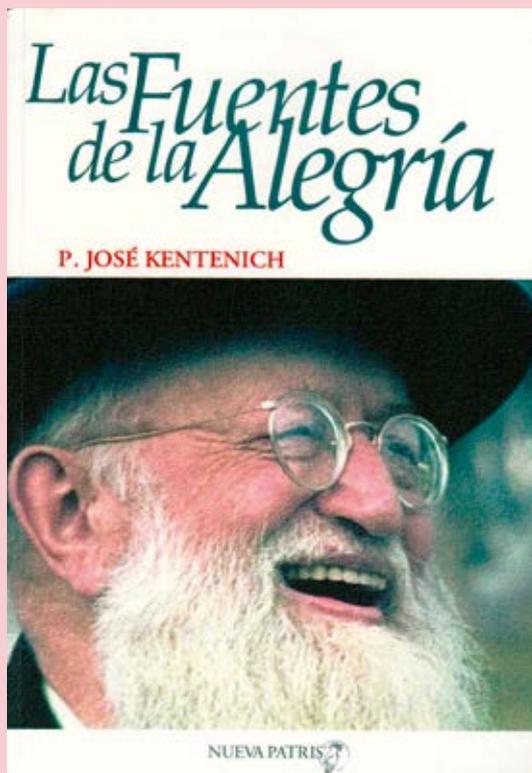
Experiencia Familiar



El diario desafío
**DE VIVIR EN
LA ALEGRÍA**

Presentamos un extracto de “Las Fuentes de la Alegría”, libro que recoge los ejercicios espirituales dictados por el Padre Kentenich en 1934. Si bien en su momento fueron dirigidos a seminaristas, sus reflexiones son aplicables a todo cristiano, con una vigencia que impacta a pesar del paso del tiempo.

Selección de texto: María Elena Montory S.



ANTÍDOTOS CONTRA LA TRISTEZA

Eliminar las causas de la tristeza:

Si éstas son tangibles, corporales o psíquicas, procuremos eliminarlas. Dios nos quiere alegres, ¡fuera la tristeza y sus causas!

Descubrir la fuente de la tristeza:

Identificar el origen de la tristeza, incluso si no podemos eliminarla, es una ayuda para enfrentarla.

Practicar la oración:

Rezar es el gran remedio para superar la tristeza. Nos encontramos ante la vara mágica del amor: oración entrañable como expresión de la intimidad con Dios.

Superar los pensamientos tristes:

Debemos procurar quitar el empuje creciente y evocador de los pensamientos grises que nos atacan. ¿Cómo? Verbalizándolos, escribiéndolos y desarrollando una actividad creativa.

Considerar que todo es del agrado de Dios:

Si lograra reconocer como bien supremo el agrado de Dios, no estaría ante mí la perspectiva formal del sufrimiento, del mal, sino del agrado de Dios, como un bien.

Si hablamos de maíz,
hablamos de Tuniche.



La **nueva** generación

El instinto de alegría es primordial en nuestra naturaleza humana. En un tiempo tan pobre en alegrías, ésta debería ser nuestra tarea esencial: disfrutar de sus gotas de miel en todas las ocasiones en que Dios quiera ofrecérnoslas. Ése es el arte de alegrarse, el arte de educar a otros en la alegría.

Donde yo pueda repartir alegría por mi modo de darme, donde pueda difundir un poco de luz solar a través de mi palabra, de mi vida, allí debo intervenir con ansías porque lo que realizo es una gran acción.

Debemos hacernos inmunes a la tristeza, el *arte de la esterilización*: debemos ser infecundos para la tristeza. Es un arte difícil porque hoy hay muchas oportunidades de estar triste: tanta desgracia, tanto sufrimiento exterior e interior, el que nosotros mismos nos deparamos o bien por culpa de otros, dolores anímicos y corporales. Justamente porque el sufrimiento nos sale al encuentro en forma tan intensa desde todos los flancos, es que podemos decir, de la misma manera: este arte de *inmunización* puede aplicarse en todas las ocasiones. Eso significa que no hay nada en este mundo que pueda ponernos profundamente tristes. ¡Nada!

Sólo hay un único ser que tiene un interés muy particular en hacer que nos pongamos tristes: ese ser es la encarnación de la tristeza, el demonio. Él es la misma tristeza. Por eso no le gusta ver a otros alegres; por eso tiene que empujarnos a nosotros a la noche de la tristeza.

No hay nada que pueda hacernos permanentemente tristes. Permítanme que haga referencia a los pecados y a las faltas de nuestra vida. Escuchemos la advertencia que nos hace San Francisco de Sales: Dios es Padre, conoce las debilidades de su hijo y si él ha caído, el Padre celestial le sonríe dándole ánimo para que se levante de nuevo y se acerque a su corazón. Tampoco en el pecado debe esconderse una tristeza profunda y de larga duración: el Padre nos hace señas, nos atrae, quiere saber que su hijo está de nuevo junto a su corazón.

Sólo es preciso que empuñe la vara mágica del amor, estar y yo mismo captado solamente por un profundo amor filial a Dios, y a toda cruz y sufrimiento, y todo lo que pueda suceder debe parecerme como una expresión de amor divino. “Dios es Padre, Dios es bueno; bueno es todo lo que él hace”. Sé entonces, que en la cruz y en el sufrimiento, e incluso en el pecado, en la tristeza transitoria, tengo una demostración del amor divino.

El *arte de la inmunización* debemos complementarlo con el de la *transformación*: hemos de aprender a transformar la cruz, el dolor y la tristeza en alegría, en alegría real.

FUENTES DE LA TRISTEZA

La primera es el demonio. Su truco más insidioso y peligroso para nosotros como hijos de Dios, como sostén y apoyo de su Reino, es que nos haga creer que no existe, que no actúa en forma extraordinariamente efectiva, como es en realidad. El demonio, que sabe captar y formar, guiar y conducir la naturaleza y sus instintos primordiales mucho mejor que nosotros, sabe también mejor que peligrosa es la tristeza en el organismo de la vida del alma y de la vocación. No es erróneo cuando afirmamos que el maligno pesca en aguas turbias. Por eso él procura, por todos los medios, arrojarnos a los abismos de la tristeza.

Una segunda fuente de tristeza es el temperamento melancólico. Muchos de nosotros sabemos, por experiencia propia, cómo el melancólico sufre de constante temor y vacilación interior. Sabemos cómo este temperamento tiende demasiado fácilmente a tomar todo con gravedad, a dejarse oprimir en exceso por la cruz. La consecuencia de esto es huir del sufrimiento.

La tercera fuente son los golpes del destino en la propia vida. Humanamente es comprensible, la pobre naturaleza quisiera tener alegría, pero entonces vienen los golpes del destino y destruyen todas las obras de nuestras manos. A veces es posible que dependamos mucho del mundo, de la naturaleza, pero debemos reunir las fuerzas para superar, a través de una sana educación, el pesimismo y la tristeza. 📌





SK, líder global en servicios para la minería e industria

Ya sea en el desarrollo de grandes proyectos de ingeniería, en la construcción de obras mineras e industriales de envergadura, en el apoyo para la extracción de mineral, en el transporte de carga o en la producción de materiales de alta tecnología, nuestra meta es siempre la misma, entregar un servicio integral de excelencia a nuestros clientes.



SK **SIGDO KOPPERS S.A.**



Jóvenes Emprendedores: “NO SOMOS LA MEJOR EMPRESA DEL MUNDO, SINO LA MEJOR EMPRESA PARA EL MUNDO”

Salvador Achondo (Diseñador Industrial, 28 años) y José Manuel Moller (Ingeniero Comercial, 24 años) inventaron la marca “Algramo”, un sistema de negocio responsable con el ecosistema que consiste en vender mercadería en almacenes de barrio, en envases retornables y cantidades pequeñas, para que las familias de escasos recursos puedan tener acceso a todos los productos con un ahorro de hasta un 40 %.

por: Beatriz Espinoza A.

Salvador y José Manuel, ¿en qué consiste la empresa Algramo?

Algramo es un modelo de negocio que se dedica a comprar productos de necesidad básica a granel, y venderlos en formato individual en envases retornables, por medio de máquinas dispensadoras instaladas en almacenes de barrio de las comunas de Recoleta y Huechuraba. De esta forma, se reducen los precios de compra, solucionando el problema de falta de dinero en efectivo para comprar formatos de mayor volumen, y se disminuye el impacto ambiental por la reutilización de los envases.

¿Cómo nació Algramo y cuál fue la principal motivación para emprender?

José Manuel: “viví durante un año y medio en la comuna de La Granja mientras estudiaba Ingeniería Comercial en Universidad Católica. La decisión de irme para allá, fue porque durante tres años fui voluntario de TECHO. Quería un cambio en mi vida, vivir de otra forma. Quería estar en la La Granja como un vecino más, ya no solamente como misionero o voluntario. Como no tenía mucha plata para comprar, lo hacía en pequeñas cantidades. Me

abastecía en almacenes y entendí que existía un “castigo a la pobreza” por formato de compra. Es decir, los que tienen menos, deben comprar en formatos pequeños y terminan pagando más, por problemas de liquidez. Esto se traduce en un 40 % de sobreprecio en bienes de consumo en relación a barrios de mejor situación socioeconómica. Junto a Salvador nos dimos cuenta que este problema no era de la comuna solamente, sino que estaba afectando al 70 % de la población chilena”.

¿Qué ganancia económica tienen?

Algramo es una empresa que busca una ganancia lucrativa, pero no queremos ser una empresa tradicional. No buscamos ser la mejor empresa del mundo, sino la mejor empresa para el mundo. Es por eso que nos hemos certificado como empresa B, distinción especial que se les hace a aquellas empresas que buscan generar triple impacto en su actuar: sustentabilidad económica, hacer un aporte social y beneficiar medioambientalmente al ecosistema. (Ver cuadro)

¿Qué características distintivas tienen los empresarios B?

Los empresarios B quieren hacer empresas que sean rentables pero que además ofrezcan soluciones a problemas sociales y/o ambientales. Saben que es necesario generar utilidades para mantener y hacer crecer una empresa, pero no están dispuestos a obtener utilidades a cualquier costo. A diferencia de la empresa tradicional, cuya misión es obtener utilidades a corto plazo para sus accionistas, la empresa B tiene como centro de su labor un propósito, en torno al cual se construye un Modelo de Negocios que genera los ingresos y utilidades, y considera en sus decisiones cuatro áreas: gobierno, trabajadores, comunidad y medioambiente. Cada empresa B propone su desafío. A algunos los motiva la inclusión de personas en situación de cárcel o la contratación de personas con menores oportunidades laborales, incorporación de personas con capacidades diferentes, a otros tener empresas más equitativas, más horizontales. A algunos los motiva crear empresas que regeneren vida o reconstruyan ecosistemas naturales degradados, que disminuyan o reutilicen desechos, que impacten la cultura de consumo, promuevan alimentación y vida saludable, revalorización de productos y culturas locales.

¿Cuáles son sus principales prioridades como empresa?

Reducir los precios de compra de las familias de escasos recursos y entregarle herramientas al almacenero para competir con el supermercado.

¿Cuál es su modo de trabajo?

Nosotros trabajamos con los almaceneros de los barrios. A ellos los capacitamos y ellos son los que venden en sus propios locales. Nosotros los abastecemos con nuestra marca Algramo, que tiene: arroz, lentejas, detergentes, garbanzos, porotos, limpiapiso y lavalozas. La idea es que los almaceneros al vender nuestros productos, ganen un margen de venta superior a si estuviesen vendiendo productos de otras marcas.

¿Cómo implementaron las máquinas dispensadoras de productos?

Las máquinas las diseñamos y desarrollamos nosotros. Son inteligentes y automáticas. No existen máquinas iguales en ningún lugar del mundo. Funcionan con envases retornables para cada producto que vendemos y luego se reutilizan.

¿Qué proyecciones tienen?

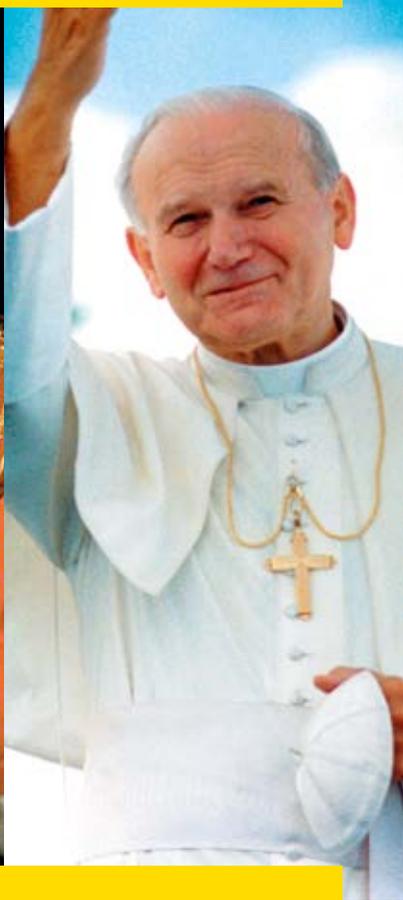
Expandirnos a tres comunas más en los próximos meses, y a Argentina a fines de este año, donde ya estamos funcionando con un proyecto piloto en las afueras de Buenos Aires. 



LAS EMPRESAS B SON UN MOVIMIENTO GLOBAL CON MÁS DE 700 EMPRESAS EN MÁS DE 24 PAÍSES.

¿Qué tienen de diferente las empresas B?

1. Solucionan problemas sociales y ambientales desde los productos y servicios que comercializan.
2. Pasan por un riguroso proceso de certificación que analiza todas las dimensiones de la empresa. Deben cumplir estándares mínimos de desempeño y hacen un fuerte compromiso con la transparencia al reportar públicamente sus impactos sociales y ambientales.
3. Hacen modificaciones legales para proteger su misión o propósito empresarial, y así combinar el interés público con el privado. Esto además genera confianza con la ciudadanía, sus clientes, trabajadores y nuevos inversionistas.



¡Algo común EN 4 PAPAS!

En la canonización de Juan XXIII y Juan Pablo II el domingo de la Misericordia, estuvieron presentes el Papa Emérito Benedicto XVI y el Papa Francisco que presidió la ceremonia. Además de ser elegidos por el Espíritu Santo, ¿qué tienen en común estos 4 Papas?

Lo que tienen en común estos Papas puede resumirse en un solo acontecimiento: el concilio Vaticano II. Juan XXIII lo comienza en una feliz y audaz decisión, donde con cierta claridad el Espíritu Santo sopla fuerte. Busca en sus orígenes el camino para volver a encontrar la unidad plena entre todos los bautizados. Es decir, podría ser llamado el “patrono” del Ecumenismo. Propiciaba una Iglesia Católica abierta y cercana a todos los hombres en el nuevo tiempo.

Juan Pablo II y Benedicto XVI según sus propias circunstancias fueron protagonistas decisivos en el desarrollo y conclusión del Vaticano II, interpretando el verdadero espíritu del concilio. Sus pontificados mostraron el amor apasionado de dos Papas por la Iglesia y la salvación de todos los hombres.

El Papa Francisco es un “fruto”, sin duda, del concilio Vaticano II. Con su “empirismo pastoral” lleva el espíritu del concilio a la “calle”. Como lo hicieron los otros Papas, ahora Francisco da unos pasos más para que el “pueblo fiel de Dios se anime a llevar a Jesucristo a todos los corazones”.

Dicho de otra manera: llevar el Evangelio encarnado en nuestras vidas. Ni más ni menos. Convendría mucho meditar la homilía de la solemne vigilia Pascual. Nos habla de “volver al primer amor”, volver a Galilea, donde los apóstoles fueron llamados por primera vez! (Texto completo en: www.encuentra.com)

TEXTO DE LA HOMILÍA DEL SANTO PADRE EN LA MISA DE CANONIZACIÓN DE JUAN XXIII Y JUAN PABLO II

En el centro de este domingo, con el que se termina la octava de pascua, y que Juan Pablo II quiso dedicar a la Divina Misericordia, están las llagas gloriosas de Cristo resucitado.

Él ya las enseñó la primera vez que se apareció a los apóstoles la misma tarde del primer día de la semana, el día de la resurrección. Pero Tomás aquella tarde no estaba; y, cuando los demás le dijeron que habían visto al Señor, respondió que, mientras no viera y tocara aquellas llagas, no lo creería. Ocho días después, Jesús se apareció de nuevo en el cenáculo, en medio de los discípulos, y Tomás también estaba; se dirigió a él y lo invitó a tocar sus llagas. Y entonces, aquel hombre sincero, aquel hombre acostumbrado a comprobar personalmente las cosas, se arrojó delante de Jesús y dijo: «Señor mío y Dios mío» (Jn 20,28).

Las llagas de Jesús son un escándalo para la fe, pero son también la comprobación de la fe. Por eso, en el cuerpo de Cristo resucitado las llagas no desaparecen, permanecen, porque aquellas llagas son el signo permanente del amor de Dios por nosotros, y son indispensables para creer en Dios. No para creer que Dios existe, sino para creer que Dios es amor, misericordia, fidelidad. San Pedro, citando a Isaías, escribe a los cristianos: «Sus heridas nos han curado» (1 P 2,24; cf. Is 53,5).

Juan XXIII y Juan Pablo II tuvieron el valor de mirar las heridas de Jesús, de tocar sus manos llagadas y su costado traspasado. No se avergonzaron de la carne de Cristo, no se escandalizaron de él, de su cruz; no se avergonzaron de la carne del hermano (cf. Is 58,7), porque en cada persona que sufría veían a Jesús. Fueron dos hombres valerosos, llenos de la parresía del Espíritu Santo, y dieron testimonio ante la Iglesia y el mundo de la bondad de Dios, de su misericordia.

Fueron sacerdotes, obispos y papas del siglo XX. Conocieron sus tragedias, pero no se abrumaron. En ellos, Dios fue más fuerte; fue más fuerte la fe en Jesucristo Redentor del hombre y Señor de la historia; en ellos fue más fuerte la misericordia de Dios que se manifiesta en estas cinco llagas; más fuerte la cercanía materna de María.

En estos dos hombres contemplativos de las llagas de Cristo y testigos de su misericordia había «una esperanza viva», junto a un «gozo inefable y radiante» (1 P 1,3.8). La esperanza y el gozo que Cristo resucitado da a sus discípulos, y de los que nada ni nadie les podrá privar. La esperanza y el gozo pascual, purificados en el crisol de la humillación, del vaciamiento, de la cercanía a los pecadores hasta el extremo, hasta la náusea a causa de la amargura de aquel cáliz. Ésta es la esperanza y el gozo que los dos papas santos recibieron como un don del Señor resucitado, y que a su vez dieron abundantemente al Pueblo de Dios, recibiendo de él un reconocimiento eterno.

Esta esperanza y esta alegría se respiraba en la primera comunidad de los creyentes, en Jerusalén, como se nos narra en los Hechos de los Apóstoles (cf. 2,42-47). Es una comunidad en la que se vive la esencia del Evangelio, esto es, el amor, la misericordia, con simplicidad y fraternidad.

Y ésta es la imagen de la Iglesia que el concilio Vaticano II tuvo ante sí. Juan XXIII y Juan Pablo II colaboraron con el Espíritu Santo para restaurar y actualizar la Iglesia según su fisionomía originaria, la fisionomía que le dieron los santos a lo largo de los siglos. No olvidemos que son precisamente los santos quienes llevan adelante y hacen crecer la Iglesia. En la convocatoria del concilio, Juan XXIII demostró una delicada docilidad al Espíritu Santo, se dejó conducir y fue para la Iglesia un pastor, un guiado. Éste fue su gran servicio a la Iglesia; fue el Papa de la docilidad al Espíritu.

En este servicio al Pueblo de Dios, Juan Pablo II fue el Papa de la familia. Él mismo, una vez, dijo que así le habría gustado ser recordado, como el Papa de la familia. Me gusta subrayarlo ahora que estamos viviendo un camino sinodal sobre la familia y con las familias, un camino que él, desde el Cielo, ciertamente acompaña y sostiene.

Que estos dos nuevos santos pastores del Pueblo de Dios intercedan por la Iglesia, para que, durante estos dos años de camino sinodal, sea dócil al Espíritu Santo en el servicio pastoral a la familia. Que ambos nos enseñen a no escandalizarnos de las llagas de Cristo, a adentrarnos en el misterio de la misericordia divina que siempre espera, siempre perdona, porque siempre ama. (H)

TESTIMONIO DE UN PEREGRINO

Tuve el privilegio de asistir a la ceremonia de canonización de San Juan Pablo II y San Juan XXIII. Roma hervía de fervor en sus calles atestadas de gente de todos los países del mundo. Todos dispuestos al sacrificio de hacer guardia toda la noche bajo la lluvia y con mucho frío, con tal de asistir a esta ceremonia, quizás única en la historia, donde dos Papas canonizaban a dos Papas.

Emocionante fue ver el abrazo con que el Papa Francisco saludó al Papa Emérito Benedicto XVI, quien se veía muy contento, pero con muchos años encima.

Había mucha juventud presente, cantando y alegrando la larga noche; con sus banderas, pañuelos y cantos haciendo de Roma una ciudad feliz, donde por algunas horas se pudo olvidar lo horrible que sucedía muy cerca de ese lugar, me refiero a Ucrania y Siria. Rezamos por ellos, pidiéndoles a estos dos nuevos Santos que hicieran el gran milagro de terminar las guerras.

Nos juntamos los pocos chilenos presentes y pedimos además por los afectados en nuestro último terremoto y el gran desastre del incendio de Valparaíso.

El gran anfitrión de la fiesta fue San Juan Pablo II, sus fotos, banderas, y todo tipo de recuerdos estaban por todas partes.

Fue una fiesta inolvidable, de mucha devoción, amor y convivencia, que permitió a muchas personas no sólo el estar presente y conocer o visitar el Vaticano, sino que compartir lugares cercanos llenos de historia, que para nosotros los católicos y cristianos, son de infinita piedad.

Juan Esteban Toro Arancibia.



¡TODOS AL MUNDIAL!

El 12 de junio se dará el puntapié inicial a la 20ª Copa del Mundo, que se realizará en Brasil. 32 selecciones de todos los continentes animarán un total de 64 partidos que se disputarán entre el jueves 12 de junio y el domingo 13 de julio en 12 sedes. En su décima participación mundialista, Chile buscará superar el décimo lugar conseguido en Sudáfrica y, por qué no aventurarse, emular el tercer puesto de 1962. Encabezada por Alexis Sánchez y Arturo Vidal, la selección deberá enfrentar en el Grupo B a Australia, Holanda y España. Será una cita imperdible.

por: Jorge Velasco C.

ESTADÍSTICAS MUNDIALES

EL TOP TEN HISTÓRICO

POSICIÓN	SELECCIÓN	MUNDIALES	CAMPEÓN	PTS	PJ	PG	PE	PP	GF	GC	DIF
1.	BRASIL	19		216	97	67	15	15	210	88	122
2.	ALEMANIA	17		199	99	60	19	20	206	117	89
3.	ITALIA	17		153	80	44	21	15	126	74	52
4.	ARGENTINA	15		124	70	37	13	20	123	80	43
5.	INGLATERRA	13		97	59	26	19	14	77	52	25
6.	ESPAÑA	13		96	56	28	12	16	88	59	29
7.	FRANCIA	13		86	54	25	11	18	96	68	28
8.	HOLANDA	9		76	43	22	10	11	71	44	27
9.	URUGUAY	11		66	47	18	12	17	76	65	11
10.	SUECIA	11		61	46	16	13	17	74	69	5

MÁXIMOS GOLEADORES

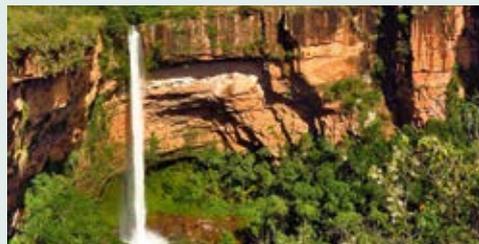
SELECCIÓN	JUGADOR	GOLES	MUNDIALES
BRASIL	RONALDO	15	4 1994 - 1998 - 2002 - 2006
ALEMANIA	MIROSLAV KLOSE	14	3 2002 - 2006 - 2010
ALEMANIA	GERD MULLER	14	2 1970 - 1974
FRANCIA	JUST FONTAINE	13	1 1958
BRASIL	PELÉ	12	4 1958 - 1962 - 1966 - 1970
ALEMANIA	JUERGEN KLINSMANN	11	3 1990 - 1994 - 1998
HUNGRÍA	SANDOR KOCSIS	11	1 1954
ARGENTINA	GABRIEL BATISTUTA	10	3 1994 - 1998 - 2002
PERÚ	TEÓFILO CUBILLAS	10	3 1970 - 1978 - 1982
POLONIA	GRZEGORZ LATO	10	3 1974 - 1978 - 1982
INGLATERRA	GARY LINEKER	10	2 1986 - 1990
ALEMANIA	HELMUT RAHN	10	2 1954 - 1958

CALENDARIO CHILE

PRIMERA FASE	FECHA - HORA	SEDE	EN TV
CHILE VS. AUSTRALIA	13 / 06 18.00 HRS.	CUIABÁ	
ESPAÑA VS. CHILE	18 / 06 15.00 HRS.	RÍO DE JANEIRO	
HOLANDA VS. CHILE	23 / 06 12.00 HRS.	SAO PAULO	

Dependiendo de su ubicación, de clasificar Chile deberá jugar con el primero o el segundo del Grupo A. 1A vs 2B: sábado 28 de junio en Belo Horizonte. 1B vs 2A: domingo 29 de junio en Fortaleza.

LAS SEDES CHILENAS



CUIABÁ

Capital del estado de Mato Grosso do Sul. Tiene 3.538 kilómetros cuadrados y alberga sobre 544 mil residentes. Entre sus atractivos figuran el Pantanal (viajes en <http://www.pantanalnature.com.br/>), que con 210 mil kilómetros cuadrados es el humedal más grande del mundo, y la Chapada dos Guimarões (<http://www.chapadadosguimaraes.tur.br/>), ubicada a una hora y cuarto en bus, y donde se pueden apreciar la cascada el Velo de la Novia y la ciudad de piedra. El estadio Arena Pantanal está capacitado para recibir 42.968 espectadores y albergará cuatro partidos de la primera fase.



RÍO DE JANEIRO

La Cidade Maravilhosa con playas como las de Ipanema, Leblon y Copacabana, una visita obligada al Cristo Redentor y al Pao de Açúcar, sin perder de vista el centro histórico. Rio (<http://www.rioguiaoficial.com.br/>) ofrece múltiples alternativas para los visitantes. En ella está el mítico Estadio Maracanã, remodelado para esta Copa del Mundo con un aforo para 75 mil espectadores. Aquí se jugará la final.



SAO PAULO

Con 20 millones de habitantes, es la ciudad más grande de Brasil y, probablemente, la más intimidante y cosmopolita. En Sao Paulo (<http://www.cidadedesao paulo.com/sp/es>), el centro económico y financiero de Brasil, todo es gigante: 150 museos y centros culturales de primer nivel, 12.500 restaurantes de clase mundial y 15.000 bares. El Arena Sao Paulo es uno de los nuevos estadios que se han construido para este mundial. Con una capacidad para 65.800 personas, albergará seis partidos, incluida una semifinal.



Martita Serani

“YO NACÍ COCINERA, PARA MI COCINAR ES INNATO”

Es, sin duda, una de las más reconocidas profesoras y autora de libros de cocina. Sin embargo, actualmente se dedica a hacer banquetes y fiestas de matrimonios. Quisimos conocer algo más de esta mujer multifacética, profesora, empresaria, cocinera y madre de 6 hijos entre 18 y 8 años.

por: M. Loreto Tagle P.



Martita Serani Dagorret | Banquetera
martita@martitaserani.cl | C.+569 95793767

¿Cuándo comenzó esta afición por la cocina?

Yo siempre he cocinado, desde muy chica, cuando me dejaron meterme a la cocina. Igual como hay gente que pinta, que borda, que teje o atletas, yo soy cocinera, para mi es innato cocinar.

¿Y te gusta comer?

Personalmente no, generalmente como lechugas, palta, tomates, mucho queso, granola y mucha hoja verde, pero para mi la comida no es un tema que me preocupe. No es mi lema de vida vivir comiendo, porque soy acelerada y tengo un metabolismo rápido. Pero si me preocupo que en mi casa se coma bien.

Me encanta convidar a comer amigos, y preocuparme que todo esté rico, pero la invitación es por estar con los amigos, no por lo que voy a comer.

¿Aprendiste a cocinar en tu familia?

Mi mamá cocinaba como toda buena dueña de casa, que le gusta comer y recibir bien pero no es cocinera. Yo aprendí sola. Me gusta cocinar de todo, partí con los queques y a los doce años hacía pastel de jaiba, guisos, le armaba las comidas a mi mamá, hacía las entradas.

¿Te gusta cocinar?

Sí, me encanta, cuando cocino, me distraigo, me inspiro, me gustan los olores, la manualidad de la comida, sentir el gusto, los diferente sabores. Para mi es un agrado. Pero generalmente no cocino acá en Santiago, lo hago cuando estoy en el sur o en la playa. La cocina acá es pega, por deber, una obligación, cuando estoy de vacaciones es porque me gusta. Acá estoy muy ocupada en el día a día, tengo 6 niños y estoy todo el día corriendo.

De las cosas que cocinas ¿qué es lo que más te gusta?

Entre lo que hago me encanta la repostería, los guisos, los pescados, para el asado a la parrilla tengo el marido experto en eso, no soy experta en eso. Lo que jamás haría son confites, alfajorcitos o dulces San Estanislao donde hay que estar cortando. Pero si un buen postre, una torta, un queque, un aperitivo, cualquier guiso.

Actualmente ¿a qué es lo que más te dedicas?

Estoy haciendo matrimonios a full, todos los fines de semanas, tengo la agenda copada todo el año. Siempre he sido banquetera, he hecho cócteles de empresa, cumpleaños, fiestas, matrimonios chicos, hace ya 24 años. Partí en Iquique con dos amigas, porque recién casada nos fuimos a vivir al norte con mi marido. Ahí comencé haciendo los eventos de las pesqueras, las mineras, con una sociedad súper organizada, y de ahí nos volvimos a Santiago y partí sola.

Hice clases de cocina por más de veinte años, luego me llamaron de la revista YA para hacer las páginas de cocina y ahí me ofrecieron hacer los libros de cocina, que han resultado muy buenos.

¿Es muy demandante tu trabajo?

Si alguien quiere hacer este trabajo yo le diría que se olvide de la vida social y de muchas cosas. Trato de trabajar en las mañanas y de no poner ninguna reunión en la tarde por los niños, me organizo para estar lo más posible con ellos.

CHARDONNAY SOUR

ingredientes

- ③ 3 partes de vino Chardonnay
- ③ 1 parte de jugo de limón sutil
- ③ 1 parte de jarabe de goma

preparación

1. Mezclar todo en la juguera con hielo molido. Servir de inmediato.

EMPANADITAS DE AJÍ DE GALLINA

(40 unidades aproximadamente)

ingredientes

- ③ 1 pollo cocido y desmenuzado en trozos pequeños (si no quiere comprar el pollo entero, usar una pechuga y tutos aparte)
- ③ 1 cebolla mediana picada en cubitos
- ③ Un cuarto taza de aceite de maravilla
- ③ Sal y pimienta a gusto
- ③ 1 cda. de pasta de ají amarillo*
- ③ 4 galletas de soda (o más si no está suficientemente espesa la mezcla)
- ③ 150 grs. de nueces tostadas y picadas
- ③ 150 grs. de queso parmesano rallado
- ③ 1 tarro de leche evaporada
- ③ 1 taza del caldo de cocción del pollo (guardar el resto para un rico consomé)
- ③ 40 círculos de masa para empanadas de horno
- ③ 2 claras
- ③ 1 cda. de azúcar flor

preparación

1. En un sartén dorar la cebolla en aceite, aliñar con sal, pimienta y la pasta de aji amarillo. Una vez que la cebolla esté bien cocida, alrededor de 6 minutos, vaciar esta mezcla a la licuadora y agregar las galletas previamente desmenuzadas y remojadas por 15 minutos en la taza de caldo de pollo. Licuar hasta que quede una mezcla homogénea. Agregar un poco mas del caldo de cocción si estuviera muy espeso.
2. Vaciar esta salsa a una olla, y dejar hervir suavemente por 5 minutos.
3. Finalmente agregar la leche Ideal, el parmesano rallado y seguir cocinando hasta que la mezcla tenga buena consistencia. Por último añadir el pollo desmenuzado y las nueces. Hervir a fuego suave 3 minutos más y dejar enfriar completamente. Verificar la sazón.

MONTAJE:

1. Rellenar las masitas de empanadas con la mezcla de ají de gallina y apretar bien en los bordes. Sellar con clara de huevo o agua. Guardar refrigeradas.
2. Al momento de servir, poner las empanaditas en una lata de horno.



En un bowl pequeño mezclar las dos claras con el azúcar flor y pincelar las empanaditas con la mezcla.

3. Hornear a 180 °C por 15 a 20 minutos o hasta que estén doradas. Servir calientes.

*PASTA DE AJÍ AMARILLO:

Se puede comprar preparada en supermercados.

1. Yo opto por hacerla de forma natural: comprar 5 ajíes amarillos peruanos (en realidad es naranjo), sacarles las pepas y semillas y hervirlos por tres veces en agua. Botar el agua cada vez y poner agua limpia. Esto es para quitar el exceso de picor. Una vez blanqueados ponerlos a hervir nuevamente tapados apenas de agua con una cucharada de azúcar y 3 cdas. de vinagre blanco.

2. Una vez que el agua se haya evaporado, pasarlos por la juguera con dos cucharadas de aceite de maravilla. Guardar refrigerado: deliciosa pasta para tiraditos, aji de gallina, picante de camarones y otros platos peruanos.

ALIÑO CLÁSICO DE MOSTAZA Y HIERBAS

(rinde aproximadamente 1 taza y media)

Ligeramente dulce sin ser agrídulce propiamente tal. Recomendando siempre añadir un poco de miel o azúcar rubia a los aliños para cortar lo ácido del limón o de el vinagre. Ideal para cualquier ensalada de hojas verdes, se puede guardar refrigerado como 10 días sin que se altere su sabor.

ingredientes

- ☞ Un cuarto taza de mostaza
- ☞ 1 cda. de chalotas ó cebollines picados finos
- ☞ 1 cda. de sal
- ☞ 1 cda. de perejil picado fino
- ☞ Pimienta recién molida a gusto
- ☞ Media taza de aceite de maravilla
- ☞ 1 cda. de miel de abejas
- ☞ Media taza de aceite de oliva
- ☞ 2 cdas. de vinagre de vino de tinto (no usar balsámico)

preparación

1. Emulsionar todos los ingredientes en un bol con batidor de mano en el orden que aparecen mencionados en la receta.
2. Chequear la sal y guardar hasta el momento de usar.

ALIÑO DE MOSTAZA Y MIEL

(6 personas)

Suave y cremoso aderezo para ensaladas de hojas verdes.

ingredientes

- ☞ 3 cdas. de vinagre de manzanas
- ☞ 1 cda. de cebollín (lo blanco) picado fino
- ☞ 3 cdas. de miel de abejas
- ☞ 1 y media cucharada de perejil picado fino
- ☞ 6 cdas. de mayonesa
- ☞ Tres cuartos taza de aceite de oliva
- ☞ 1 cda. de mostaza tipo Dijon
- ☞ Un tercio taza de agua fría

preparación

1. En una olla pequeña a fuego bajo calentar la miel y el vinagre hasta que se disuelva la miel. Poner la mezcla en un bol y añadir batiendo el resto de los ingredientes en el orden mencionado.
2. Usar batidor de alambre para emulsionar bien. Terminar añadiendo sal y pimienta a gusto.

PAPAS GRATINADAS CON QUESO

(8 a 10 personas)

Contundente plato sin carne, ideal para estos días otoñales. Sólo basta acompañar de una ensalada y se tiene un comida completa. Si se quiere, a este gratín puede agregársele champiñones salteados ó láminas de jamón.

ingredientes

- ☞ 2 kgs, de papas peladas y cortadas muy finas (con mandolina ó rallador de verduras)
- ☞ 1 taza de caldo de pollo
- ☞ 2 tazas de crema
- ☞ Sal, pimienta, nuez moscada
- ☞ 4 chalotas picadas finas
- ☞ 200 grs. de queso para derretir rallado grueso

preparación

1. Precalentar el horno. Esparcir la mitad de las chalotas en una fuente para horno previamente enmantequillada. Poner encima una capa de papas y aliñar con la sal, pimienta y nuez moscada. Repetir así sucesivamente. Calentar la crema con el caldo de pollo y aliñar. Verter sobre las papas.
2. Tapar con alusa foil y poner en el horno por 45 minutos o hasta que las papas estén tiernas. Aumentar un poco la temperatura del horno y emparejar con una espátula.
3. Hornear destapado por 10 minutos o hasta que los jugos hayan espesado. Espolvorear con el queso y hornear hasta que esté gratinado. Dejar reposar 15 min. Y servir.





CREMA DE LENTEJAS PROVENZAL

(12 personas)

ingredientes

- 🕒 500 grs. de lentejas
- 🕒 70 grs. de tocino
- 🕒 Aceite de oliva
- 🕒 2 cebollas en cubitos pequeños
- 🕒 1 tomate pelado, sin semillas y cortado en cubitos pequeños
- 🕒 1 ramito de perejil
- 🕒 1 hoja de laurel
- 🕒 1 cdta. de tomillo seco u orégano
- 🕒 Sal y pimienta a gusto
- 🕒 ½ taza de crema
- 🕒 2 lts. de caldo de pollo

preparación

1. Limpiar las lentejas y lavar con agua fría. Dejar remojar por al menos 4 horas para ablandarlas. Poner a cocer en 1 litro de caldo de pollo con una cucharada de aceite de oliva, 1 cdta. de sal, laurel, orégano ó tomillo, y el perejil. Cuando rompa el hervor añadir el resto del caldo y dejar cocinar a fuego lento hasta que las lentejas estén muy blandas.
2. En un sartén, freír el tocino cortado en cuadritos hasta que esté dorado. Retirar del sartén y en la misma grasa dorar la cebolla hasta que esté transparente y después añadir el tomate.
3. Cocinar hasta que éste esté muy blando. Añadir todo este sofrito a las lentejas y dejar cocinar por unos 10 minutos más.
4. Licuar esta preparación. Volver a la olla. Añadir más caldo si estuviese muy espesa. Ligar con la crema. Verificar la sazón y servir muy caliente con crutones ó queso parmesano en julianas.

MANJARATE

(8 porciones)

ingredientes

- | | |
|--|---|
| Para la <i>mousse</i> de dulce de leche: | Para la <i>Ganache</i> : |
| 🕒 5 claras | 🕒 150 grs. de chocolate bitter |
| 🕒 500 grs. de manjar (dulce de leche) | 🕒 150 grs. de crema |
| 🕒 350 cc de crema para batir | 🕒 Extra: 100 grs de manjar |
| 🕒 1 hoja de colapez | 🕒 1 taza de nueces, almendras o avellanas europeas tostadas picadas gruesas |

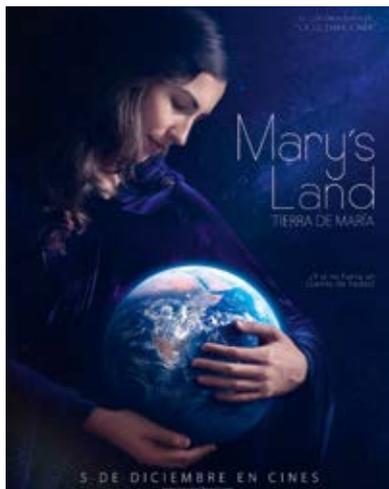
preparación

1. Elegir un vaso de postre o compotero para servirlo. Lo ideal es que sea un recipiente transparente para que se puedan ver las distintas capas.
2. Batir la crema para la *mousse*. Mezclar con el manjar y reservar.
3. Hidratar la hoja de colapez en agua fría. Una vez que esté blanda, botar el agua y estrujar la hoja. Ponerla en un pocillo al microondas y calentar a temperatura baja por 30 segundos.
4. Batir las claras a nieve y añadir la gelatina disuelta. Incorporar suavemente hasta integrar bien. Ahora mezclar claras con la preparación anterior de manjar y crema. Refrigerar.

PARA LA GANACHE: Calentar la crema a punto de ebullición en un olla chica. Apagar el fuego y agregar el chocolate picado fino. Disolver bien.

MONTAJE: Poner en el fondo de cada vaso o copa nueces y un copito de manjar. Verter la *mousse* de manjar. Finalmente añadir el *ganache* de chocolate y refrigerar hasta el momento de servir.





TIERRA DE MARÍA

Director: Juan Manuel Cotelo
Intérpretes: Carmen Losa, Juan Manuel Cotelo, Emilio Ruiz, Luis Roig, Lucía Ros, Elena Sánchez, Cristina Ruíz, Rubén Fraile, Clara Cotelo
Género: Comedia - Misterio - Drama
Público Apropiado: Todo espectador

El abogado del diablo de este siglo recibe una misión: averiguar si los que creen en Dios están locos, mienten o han sido estafados. ¿Pero si es cierto que existe? Así comienza una investigación basada en testimonios reales, donde el diablo, sus tentaciones y la acción directa de la Virgen para conquistar los corazones para Cristo, se entrecruzan en sus vidas.



EL ÚLTIMO CONCIERTO (A late Quartet)

Director: Yaron Zilberman
Intérpretes: Philip Seymour Hoffman, Christopher Walken, Catherine Keener, Mark Ivanir, Imogen Poots.
Público Apropiado: Adultos.

La película no habla sobre la música, o mejor dicho, no habla solo sobre la música. Y apenas trata del parkinson aunque sea el detonante del drama... La película habla sobre los conflictos personales que pueden dinamitar relaciones supuestamente tan estables como el matrimonio o una amistad de un cuarto de siglo. Esta es una cinta que capta el interés del espectador, en parte por el elenco de actores que es notable, pero también por los conflictos que aborda.



Intérpretes: Shailenne Woodley, Willem Dafoe, Ansel Elgort, Nat Wolf, Laura Dern, Sam Trammell
Género: Drama
Público Apropiado: Jóvenes desde 16 años

Hazel y Gus son dos adolescentes cuyas vidas distan mucho de ser normales. A ambos, enfermos de cáncer, la vida les ha dado un duro camino por recorrer pero que ellos intentan tomarse de la mejor forma que conocen: con ingenio y energía positiva. Tras conocerse en un grupo de apoyo, y bajo circunstancias que hubieran asustado a cualquiera, ellos deciden echarle valor y no lamentarse por el destino que les ha tocado vivir. Con la intención de no dejarse ninguna experiencia por vivir, deciden cumplir entre los dos el mayor deseo de Hazel, conocer a su escritor favorito.

En un tierno y cómico viaje, cruzarán medio mundo en la que será la aventura de su vida para llegar hasta Amsterdam antes de que se les acabe el tiempo.

BAJO LA MISMA ESTRELLA (The fault in our stars)
Director: Josh Boone.

ORIENTACIÓN

CINE

TODO ESPECTADOR:

- El sueño de todos · La aventuras de Peabody & Sherman · Muppets 2: Los más buscados (desde 8 años) · Rio 2 · Tarzán 3D (desde 8 años) · Violetta en concierto

ADOLESCENTES DESDE 14 AÑOS:

- El arte de la guerra · El sorprendente hombre araña 2: La amenaza de electro · El vals de los inútiles · Propaganda · Un concierto inolvidable

JÓVENES DESDE 16 AÑOS:

- Aires de esperanza · Amor eterno Capitán América: soldado de invierno · Divergente · El chef · El gran hotel Budapest · Hijo de Dios · Horas desesperadas · Need for speed

ADULTOS DESDE 18 AÑOS:

- 02 · 300: El nacimiento de un imperio · Hijo de Trauco · I am from Chile · Julio llega en abril · Neruda · Noé · Non stop: sin escalas · Patagonia de los sueños · Soy mucho mejor que voh

ADULTOS CON RESERVA

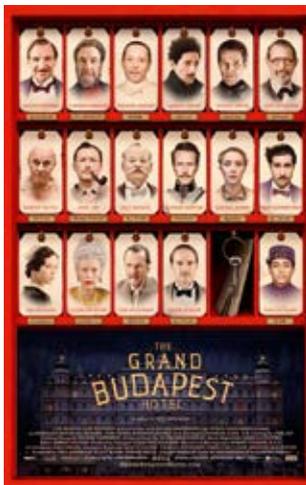
- Agosto · Blue Jasmine · Crystal Fairy y el cactus mágico · Dallas Buyers Club · Escape imposible · La balada de un hombre común · La gran belleza · Mujeres al ataque · Una familia numerosa.

DESACONSEJABLE:

- Don Jon

FUNDACIÓN ORIENTACIÓN CINEMATOGRAFICA CATÓLICA

cinevideo@entelchile.net
www.orientacioncinematograficacatolica.cl

**GRAN HOTEL BUDAPEST**
(The grand Budapest hotel)

Director: Wes Anderson
Intérpretes: Ralph Fiennes, F. Murray Abraham, Mathieu

Amalric, Adrien Brody, Jeff Goldblum, Harvey Keitel
Género: Comedia
Público Apropiado: Jóvenes desde 16 años

Narra las aventuras de Gustave H., el legendario conserje de un famoso hotel europeo del período de entreguerras, y de Zero Moustafa, un botones que se convierte en su amigo más leal. La historia incluye el robo y recuperación de una pintura renacentista de incalculable valor; una frenética batalla por una inmensa fortuna familiar; y el inicio de la más dulce historia de amor; como telón de fondo, un continente que está sufriendo una rápida y drástica transformación.

**LA GRAN AVENTURA LEGO**
(The Lego Movie)

Director: Phil Lord y Chris Miller
Voces: Morgan Freeman, Liam

Neeson, Elizabeth Branks, Will Ferrell, Chris Pratt.

Género: Animación, comedia, aventura
Público Apropiado: Todo espectador

“La Gran Aventura Lego” cuenta la historia de Emmet, una figurita Lego absolutamente normal y fiel a las normas que es identificada por error como la persona más extraordinaria y la clave para salvar al mundo. Se ve entonces inmerso en una búsqueda épica para detener a un malvado tirano, una aventura para la que Emmet no está preparado en absoluto, lo que resulta especialmente divertido.

**PHILOMENA**

Director: Stephen Frears
Intérpretes: Judi Dench, Steve Coogan, Sophie Kennedy Clark, Mare Winningham, Barbara Jefford, Peter Hermann

Género: Drama
Público Apropiado: Jóvenes desde 16 años

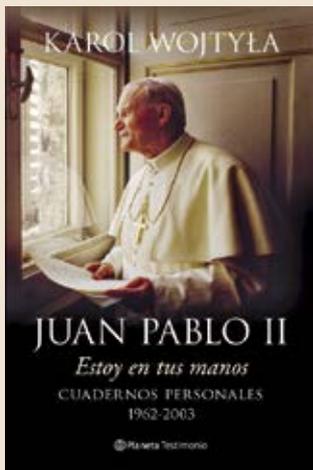
Un cínico y descreído periodista caído en desgracia, un buen día, se encuentra con la historia de su vida: Philomena Lee, una mujer de setenta y tantos años que se ha pasado los últimos cincuenta buscando a su hijo. La película habla de cómo la estricta sociedad de la época le robó a su recién nacido y la condenó a ingresar en un convento como castigo por quedarse embarazada tan joven. Ahora el periodista y la valerosa mujer decidirán unir sus fuerzas y se embarcarán en un viaje inolvidable entre dos continentes en busca de la verdad y de la justicia, y que les cambiará a ambos para siempre.

**UNA SEGUNDA OPORTUNIDAD**
(Enough Said)

Director: Nicole Holofcener
Intérpretes: Julia Louis - Dreyfus, Toni Collette, James Gandolfini
Género: Comedia romántica
Público Apropiado: Adultos con reserva

Una de las mejores comedias románticas que se hicieron en Hollywood en estos últimos años y que lamentablemente deja cierto sabor amargo por la muerte de James Gandolfini. También le permitió sobresalir en el cine a una gran actriz como Julia Louis Dreyfus, quien después de Seinfeld recién encontró en este proyecto la gran oportunidad de demostrar su talento como actriz.

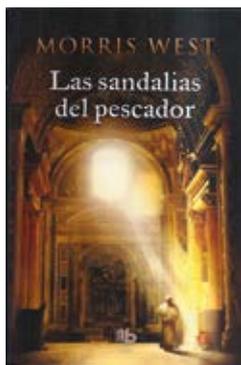
La película está muy bien escrita y sobresale por tratar las relaciones sentimentales de los personajes con bastante realismo y un muy buen equilibrio entre la comedia y el drama. Esta es una de las pocas ocasiones en la que James Gandolfini logró con su interpretación que los espectadores se olvidaran por completo del mafioso de Los Soprano con un rol diferente y eso no deja de ser un condimento.



ESTOY EN TUS MANOS
Cuadernos personales 1962-2003
Juan Pablo II

336 Págs. • Ed. Planeta • Próximamente en todas las buenas librerías.

A pesar del pedido expreso de Juan Pablo II de quemar sus apuntes personales, su secretario decidió guardarlos y publicarlos, “pues son la clave para comprender su espiritualidad, aquello que es más íntimo en el hombre: su relación con Dios, con los demás y consigo mismo. Nos revelan cómo era el otro lado del hombre que conocimos como obispo en Cracovia y en Roma, el Pedro de nuestros tiempos, pastor de la Iglesia universal”. Señala Stanislaw Dziwisz, cardenal arzobispo de Cracovia y secretario de Juan Pablo II durante 40 años.

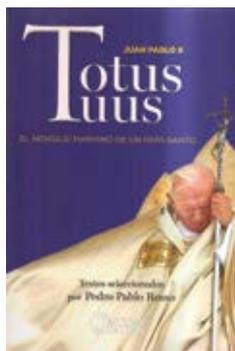


LAS SANDALIAS DEL PESCADOR
Morris West

317 Págs. • \$ 12.000 • Ed. B, S.A.
 Librería Antártica Parque Arauco.

Una obra clásica y excelente novela que, aunque políticamente no esté actualizada respecto del mundo bipolar de la Guerra Fría, lanza un mensaje atemporal: la contraposición moral ineludible entre una actitud verdaderamente cristiana, y por lo tanto, humanista por excelencia, y la búsqueda del poder en todos sus aspectos. Morris West demuestra sus enormes dotes de novelista y un conocimiento de esas estructuras sociales en las que estamos inmersos.

Una novela del Vaticano, que anticipó en más de una década la asunción del papa eslavo que ha sido canonizado recientemente.



TOTUS TUUS, EL MENSAJE
MARIANO DE UN PAPA SANTO
Textos seleccionados por Pedro Pablo Rosso

212 Págs. • \$ 6.500 • Ed. Nueva Patris • Librerías Mahringer y en todas las buenas librerías.

Para quienes creen en Jesús y lo siguen, Madre de Jesús es un título de honor y veneración, y lo seguirá siendo siempre en la vida y en la fe de la Iglesia. De modo particular, con este título los cristianos quieren afirmar que nadie puede referirse al origen de Jesús, sin reconocer el papel de la mujer que lo engendró en el Espíritu según la naturaleza humana. Su función materna afecta también al nacimiento y al desarrollo de la Iglesia. Los fieles, recordando el lugar que ocupa María en la vida de Jesús, descubren todos los días su presencia eficaz también en su propio itinerario espiritual.

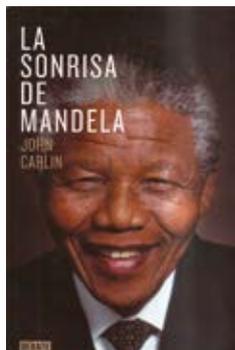


INVIERNO EN MADRID
C. J. Sansom

632 Págs. • \$ 8.910 • Ed. B, S.A.
 Librería Antártica Parque Arauco.

Novela de amor y espionaje que trata sobre la dificultad de elegir en un mundo marcado por la guerra. Este libro tiene el potencial suficiente, desde el punto de vista literario, para convertirse en un fenómeno como La Sombra del Viento o Soldados de Salamina.

Una novela con calidad literaria que uno no puede dejar de leer: llena de giros inesperados, detalles auténticos y dramas reales. Un logro extraordinario.



LA SONRISA DE MANDELA
John Carlin

190 Págs. • \$ 10.000 • Ed. Random House • Librería Antártica Parque Arauco.

Entre el 11 de febrero de 1990 y el 10 de mayo de 1994, Nelson Mandela pasó de ser el prisionero político más famoso del mundo a presidente de su país. Fueron cuatro años vertiginosos y fascinantes que dieron la talla humana y política de un líder excepcional. John Carlin, observador privilegiado de esa etapa, traza un emocionante retrato de Mandela en el que demuestra que se puede ser un gran político sin dejar de ser una gran persona, y que la reconciliación y la convivencia son no solo deseables si no posibles incluso en las circunstancias más difíciles.

TALLER DE COSTURA Y DECORACIÓN

María Estela García realiza hechuras de cortinas a pedido y decoración en general.

Contáctela y cotice su proyecto.
Contacto: 569 9817 3093
mestelagl@gmail.com



LOS PINTORES

Pintores serios, profesionales y confiables LosPintores.cl entrega soluciones a todas aquellas personas y empresas que necesitan pintar su casa, oficina, edificios y otras instalaciones. Nuestro equipo son maestros de vasta experiencia en el mercado de remodelaciones en interior y exterior. Hoy día trabajamos con los mejores de manera profesional y honrada.

Contacto: (569) 9509 4031
• 9645 0178 • 6586 3375
contacto@lospintores.cl

Puro Mar
— PRODUCTOS DEL MAR —

VENTA DE PESCADOS Y MARISCOS CONGELADOS
despacho a domicilio

CEL: 6834 2862
CAROLINAKOVACEVIC@YAHOO.COM

CARNICERÍA VIRTUAL

Un nuevo servicio de entregas de los mejores cortes de distintas carnes y productos congelados hasta su casa.

Realizan la entrega en un plazo desde 24 horas. Haga su encargo de lunes a viernes entre las 10:00 hasta las 19:00 hrs.

Contacto: (562) 2609 4878
contacto@carniceriavirtual.cl
www.carniceriavirtual.cl

THE PLACE

Clases de PILATES privadas en máquinas y grupales de suelo. Ayudan a tener el cuerpo tonificado y fuerte, lleno de flexibilidad.

También clases privadas de GYROTONIC® y grupales de GYROKINESIS®, que te ayudaran a fortalecer tu cuerpo, elongar tu musculatura, revitalizarte, llenarte de energía, desintoxicar tu cuerpo, y dejar atrás todo tipo de tensiones, haciéndote sentir mas liviana y llena de bienestar.

Inscripciones:
kekalamarca@gmail.com

DELICIOSOS: HUEVOS DE GRANJA A DOMICILIO



José Castellano ofrece llevarle los mejores huevos de campo hasta su casa.

Contacto: (569) 9949 1381
(562) 2233 4592 • 2333 1200
jose@adsl.tie.cl

BOOKSTORECHILE
LIBRERÍA ON-LINE

CORTÉS GUARACHI
Reparación muebles

BARNICES • DECAPADOS • ENCERADOS • TAPIZADOS
ARREGLOS EN MIMBRE • PINTURA FIERRO

Ana María Guarachi Goycoolea.
Tel: 98488841 / 2-2176512

MANTELES 100% ALGODÓN IMPERMEABILIZADOS

la mona mesa

WWW.LAMONAMESA.CL



**PERLAS DE ASIA
PIELES DE VISÓN
TEJIDAS**

Ana María Guarachi Goycoolea
cel: 98488841

RESIDENCIA PARA UNIVERSITARIAS EN CASA DE FAMILIA EN SANTIAGO.

Ana María Rodríguez P, ofrece residencia a mujeres universitarias en su casa con un ambiente familiar. La capacidad es para 4 estudiantes.

Avda. La Dehesa, altura 4.400, con transporte público a una cuadra, que las deja en la puerta de la Universidad de los Andes, Universidad de El Desarrollo y/o en Avda. Las Condes.

Hay dos habitaciones individuales y una doble. El servicio incluye tres comidas principales, lavado de ropa y aseo de las habitaciones. La casa está ubicada en

Valor mensual: \$ 350.000 por estudiante • Comunicarse:
Ana María Rodríguez • Mail:
anamaria.fatima@gmail.com
Cel: 90787569

ESTUVIMOS EN

El Apóstol estuvo en: INAUGURACIÓN CASA DE LA SAGRADA FAMILIA



Recientemente se llevó a efecto la ceremonia de inauguración del nuevo edificio de la Fundación de ayuda al niño oncológico Casa de la Sagrada Familia.

Con este evento se hace realidad el proyecto de crecimiento tan esperado, ya que permite albergar a 31 niños de provincial que deben pasar una temporada en Santiago con sus madres, mientras reciben tratamiento oncológico.

Durante este periodo las familias reciben alojamiento, comida, compañía y asesoría en todo lo necesario respecto a su enfermedad.

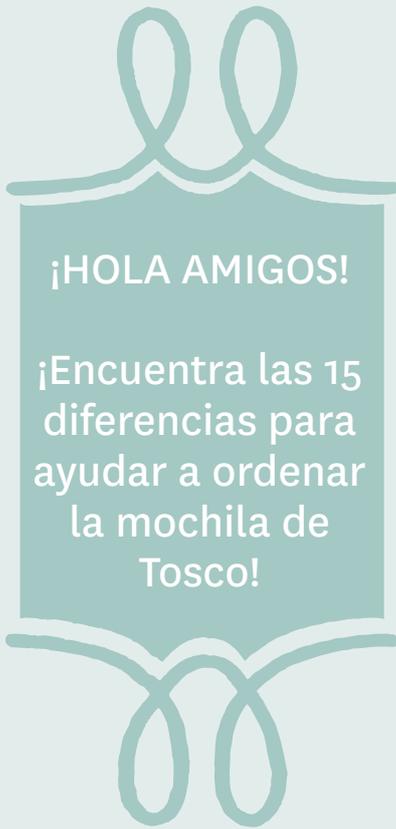
Numerosos amigos y colaboradores de la fundación concurren a la ceremonia y compartieron agradable momento.

1. Nuevo edificio de la Fundación Casa de la Sagrada Familia
2. Carolina Aninat, Andrés Correa
3. M^a Jesús Eguiguren (la niñita), M^a Jesús Gana, Fernanda Gaete, Constanza Gana
4. Patricio García, Magdalena Larenas, Bárbara Ovalle, Ricardo Gómez, Alfredo Pinochet, Luis Gana
5. Teresita Ramirez, Pablo Larraín, Mónica Gana
6. Camila Campos, Macarena Ugarte, Claudio Storm, María José Grez
7. Cristián Gana, Paula del Río, Patricia Edwards
8. Carlos Verdugo, Felipe Boetsch, Carlos Vial, Gonzalo Lira
9. Andrés Correa, Antonia Elwain, Alejandra Rivas

**FUNDACIÓN DE AYUDA AL NIÑO ONCOLÓGICO
CASA SAGRADA FAMILIA**

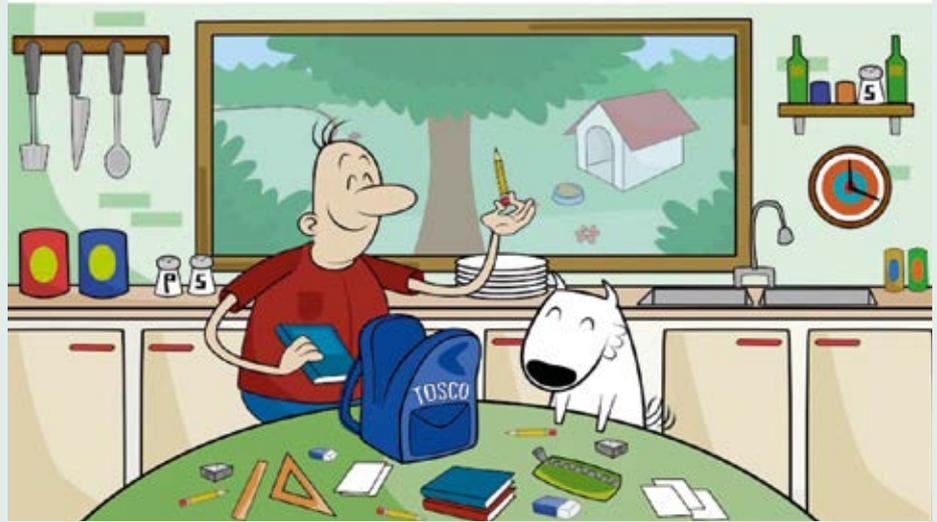
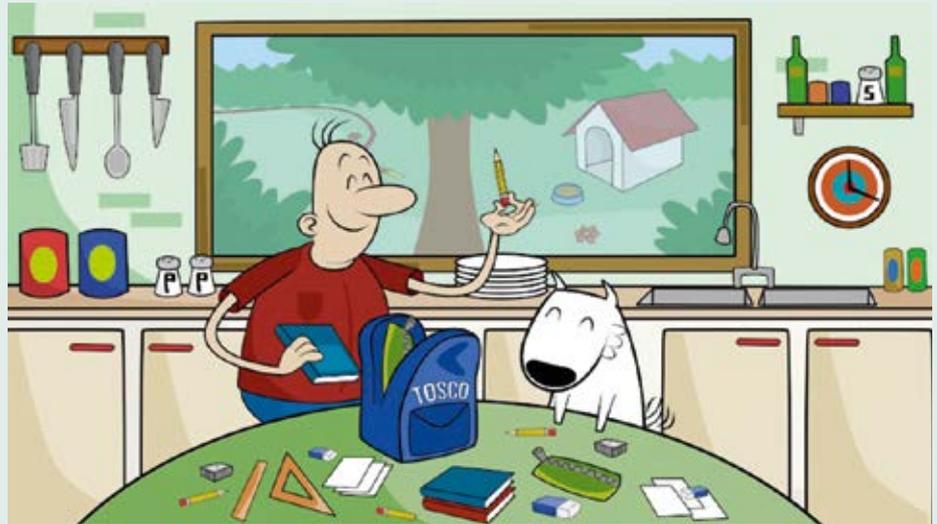
Manuel de Salas 371, Ñuñoa
Telef. 28236389. Cel 084493887
fundacion@casasagradafamilia.cl





¡HOLA AMIGOS!

¡Encuentra las 15 diferencias para ayudar a ordenar la mochila de Tosco!



SUDOKU

9			6			2		4
7	3				5	8	6	
5	4		1			3		7
		4			9	7		5
	9	7				4	2	
	5					9	8	3
	2							
	7			3	2	6		8
6	8							2

5	3				7			
6				1	9	5		
	9	8					6	
8					6			3
4				8		3		1
7					2			6
	6						2	8
				4	1	9		5
					8		7	9

PUBLIQUE EN

NUESTRA REVISTA

Lo invitamos a ser parte de nuestra revista, llegando con sus productos y servicios a un número importante de familias y personas a través de nuestra publicación y en nuestro sitio web www.apostolenfamilia.cl



Como Ud. ya sabe, la misión de la revista Apóstol en Familia es difundir los valores humanos al mayor número de personas posibles, por esta razón nuestra revista se financia sólo con la venta de avisos y llega en forma gratuita a más de 8.000 hogares a través de todo Chile.

Contáctenos al +562 2223 1516 o inscribese en nuestro sitio web.