

apóstol
en familia

FAMILIA • Nº 127 • ABRIL 2024

WWW.APOSTOLENFAMILIA.CL

127

UN SELLO
FAMILIAR



CONTENIDO Nº 127

02 EDITORIAL

04 FORMACIÓN

Sello de calidad.
La familia bajo lupa.

06 TESTIMONIO

Bartolomé Peirano
y Karin Deck.

10 ACTUALIDAD

Inteligencia Artificial.

15 FAMILIAS HOY

"Nos falta recuperar
el valor de estar juntos
en familia".

19 JUVENTUD

Las primeras misiones
médicas de la UFT.

22 ARTE

Gonzalo Ilabaca.

29 GENIO Y FIGURA

Monseñor Fernando
Chomali Garib,
Arzobispo de Santiago.

34 EDUCACIÓN

Organización, la clave
para desarrollar hábitos
de estudio.

36 CORAZÓN DE IGLESIA

Fiducia Supplicans

39 TIEMPO LIBRE

Museo Interactivo Las
Condes MUI.

42 VALORES EN LA EMPRESA

El ambiente bueno
somos nosotros.

44 VIDA SALUDABLE

La importancia de dormir.

46 SABOR

Carmen Ariztía.

54 ENTRETENCIÓN

Libros, Cine y Series

57 NIÑOS

EL SELLO DE LA FAMILIA

Las organizaciones con o sin fines de lucro, suelen definir sus valores, como parte de sus planteamientos estratégicos. Los valores son principios de comportamientos que queremos que toda la organización tenga, ya que van a formar parte de la cultura o de la forma



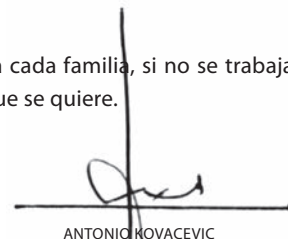
como se vive y se trabaja en ella. Suele ocurrir, que las organizaciones que tienen una cultura fuerte y arraigada en valores positivos terminan siendo más exitosas que las que no. En el caso de las familias ocurre algo similar. Aquellas familias que logran definir y trabajar un ideal o sello familiar, terminan siendo más felices y unidas. Hemos conocido, a lo largo de los años muchos matrimonios y familias que han logrado descubrir y trabajar esos pocos elementos que los caracterizan y distinguen como familias especiales.

En nuestro caso, después de 50 años de matrimonio, podríamos decir que nuestro sello familiar consistió en cultivar en forma permanente las siguientes características:

- ◆ El respeto mutuo entre nosotros como pareja y con nuestros hijos. Este respeto se manifestó a través de un saber escuchar, poner atención a lo que está ocurriendo y a lo que se está diciendo en la familia. Ese respeto también se concretó en un no gritar. Las cosas se conversan, se dialogan y se discuten con altura de miras.
- ◆ La capacidad para ceder. En los matrimonios y familias hay diferencias, hay formas de pensar distintas, hay maneras y maneras de hacer las cosas. Posiblemente, no hay una sola verdad y si no somos capaces de mirar las cosas de más arriba, no seremos capaces de abrirnos a esas otras miradas y eventualmente ceder o cambiar de opinión.
- ◆ La paciencia. Tal como dicen, la paciencia es la madre de todas las ciencias. Tal cual. Los grandes logros de la familia llegaron con sosiego, esfuerzo y dedicación. Y en la mayoría de los casos, también con un trabajo familiar. Es muy sabia la paciencia y, por el contrario, muy poco efectiva la intranquilidad, la ansiedad el desespero.
- ◆ Costumbres familiares. Es importante tener ciertos momentos de encuentros tales como los jueves familiares con toda la familia y los miércoles de pareja, para que marido y mujer tengan un momento de conversación y relax. También y aunque no siempre resulta, salir solo con un hijo a conversar para saber más de él.

Sólo nos resta decir que cualquiera sea el sello que defina cada familia, si no se trabaja incansablemente y con toda el alma, no logrará el efecto que se quiere.


ANITA WALKER


ANTONIO KOVACEVIC

DIRECTORA: Ana María Walker R. **EDITORIA:** M. Loreto Tagle P. **ADMINISTRACIÓN Y FINANZAS:** Ana María Kovacevic W. **ASISTENTE DE DIRECCIÓN:** Verónica Zepeda de Escudero. **PERIODISTAS:** Padre Hugo Tagle, M. Magdalena Ríos C., M. Loreto Tagle P., M. Elena Montory S., Jorge Velasco C., Isabel Ossa G., Magdalena Pulido V., Beatriz Espinoza A., Carolina Tirado, Carolina Requena **COLABORADORES:** Verónica Griffin B., María Isabel Irrarázaval P., Jesús Ginés, Gustavo Olave **CORRECCIÓN DE PRUEBAS:** M. Magdalena Ríos C. **DISEÑO:** CovaDiseño **COMITÉ EDITORIAL:** Hna. M. Angélica Infante, Padre Rafael Fernández, Ana María Walker R., Antonio Kovacevic B., M. Loreto Tagle P., Carolina Tirado. **VENTAS:** Verónica Zepeda de Escudero. Teléfono: (569) 9275 3989, elapostol@ramafamilias.cl, www.apostolenfamilia.cl. **REPRESENTANTE LEGAL:** Ana María Walker R. **DIRECCIÓN:** Holanda 2237, T: (562) 22 204 0681 (569) 9275 3989.



Santander®

Tu banco

Una Cuenta Corriente gratis
que no te pide nada.

Cuenta Corriente Senior Life

- Ábrela gratis desde los 70 años en [Santander.cl](https://www.santander.cl)
- Si necesitas ayuda, llámanos al 600 712 0010 donde te apoyaremos y asesoraremos en lo que necesites

Cuenta
Corriente
Senior

Santander

life

El costo \$0 del plan es exclusivo para personas de 70 años o más. Promoción válida hasta el 31 de diciembre de 2025, pudiendo renovarse nuevamente. La apertura y contratación de la cuenta y los requisitos definitivos de los productos que la integran se encuentran condicionadas a la solicitud del cliente y al resultado de la evaluación comercial conforme a las políticas del Banco. Infórmese sobre la garantía estatal de los depósitos en su banco o en www.cmfchile.cl

Sello de calidad

LA FAMILIA BAJO LUPA

Sobre todo cuando no se sabe a qué señales atender para que la “calidad” de la vida familiar sea realmente positiva, constructiva y enriquecedora para sus miembros.

PADRE HUGO TAGLE - @HUGOTAGLE

Ante la pregunta ¿qué nota le pondría a la calidad de su vida familiar? ¿cómo siente que están las relaciones? siempre sorprende la alta valoración de sí mismos que las personas tienen. Quizá por temor, autodefensa, necesidad de validarse ante los demás, el punto es que nos movemos entre el “estamos espectacular”, “nunca mejor” y el “todo bien”. Rara vez reconocemos deficiencias. Se nos dirá: “depende de quién pregunte”. Pero en todas las encuestas a nivel chileno o latinoamericano, se da valoración de la vida familiar que, lamentablemente, choca con la realidad. El “estamos regio” no se sustenta con el día a día familiar que, quizá no sea un infierno, pero en muchos casos no está lejos de ello. Recordemos aquí la alta tasa de divorcios a nivel nacional y el hecho de que más de la mitad de los nacimientos en Chile son fuera del marco matrimonial.

Y esta realidad no es falta de voluntad por construir una vida familiar positiva y sana. Muchos intuyen que “las cosas no andan del todo bien” pero no sabrían decir en qué o, al menos, qué variables deberían mejorar para que el conjunto efectivamente mejore.

Sin el afán de agotar el tema –indicaciones y sugerencias hay muchas– aquí un par de puntos a los que sería bueno atender y revisar.

LO PRIMERO, MIRARSE EL UNO AL OTRO ¿QUIÉNES SOMOS?

Quizá suene a romanticismo o ingenuidad esto de “mirarse”, pero como se dice, “miramos sin ver y oímos sin escuchar”. Mirarse no solo se trata de la observación física, sino de comprender y apreciar a cada miembro de la familia en un nivel más profundo. Y surgen aquí infinidad de preguntas desde; sé los horarios de mis hijos, dónde estudian o pasan sus horas libres; veo sus cuadernos, libros, lo que le gusta. Si comparto parte de sus aficiones o las aliento. Si le he preguntado cómo está o en qué tarea está. Esto de “involucrarse” en la vida de los demás no es tarea fácil. Supone poner “todos los sentidos” en la vida familiar. Dejar el trabajo de lado y concentrarse 100% en ella. “Ver” fomenta la empatía, la comprensión y el respeto mutuo.

Cuando realmente sé lo que le pasa al otro, sin duda prevengo algún mal mayor y ayudo concretamente a superarlo. La comunicación abierta es saber lo que el otro vive; permite que cada miembro

de la familia comparta sus pensamientos y sentimientos libremente.

CONVERSAR ES MÁS QUE HABLAR

Esto del diálogo familiar a muchos les resulta cuento repetido. Y cansador. Pero no podemos dejar de recordar su importancia. Las familias no son espacios de simple repetición de ideas, monólogos o discusiones sobre cosas prácticas. Lamentablemente hablamos sin comunicarnos y muchas veces sin querer escuchar de verdad al otro ¿Cómo fomentar un diálogo fecundo y provechoso? Hoy, la tarea no resulta fácil. Los padres trabajan muchas horas fuera de casa y en la mayoría, ambos. Invertimos muchas horas en desplazarnos de un lado a otro. Muchos tienen un horario semanal recargado. Existen demasiadas distracciones al interior del hogar: internet, videojuegos, celular. Cargas académicas algo desproporcionadas en algunos casos. Y se ha hecho normal que los ratos libres sean cada vez más escasos. Por ello mismo, es bueno dejarse tiempo para conversar.

- ◆ Valorar y cuidar las horas de comidas en familia, sobre todo la cena.
- ◆ Tener al menos un par de vivencias familiares mensuales, en conjunto.
- ◆ La visita a algún familiar los fines de semana, deporte, alguna salida en grupo.
- ◆ Cultivar conversaciones más focalizadas con alguno de los miembros de la familia. Los hijos mayores, luego los pequeños.
- ◆ La preparación de eventos familiares en común como cumpleaños, vacaciones, visitas, ayudan a un diálogo franco y distendido.

Recordemos que la mejor manera de forjar relaciones sólidas es a través de experiencias y actividades en conjunto. No importa la edad que tengan los hijos: siempre será bueno un tiempo diario con ellos. ¿Recuerdo lo que me dijeron mis hijos? Anotarlo si es necesario.

Las conversaciones abiertas promueven la resolución de conflictos de manera saludable y permiten construir relaciones más sólidas. Establecer momentos regulares para hablar, ya sea durante las comidas o en reuniones planificadas, ayuda a mantener una conexión constante.

Dentro del “diálogo familiar” se encuentran los espacios de oración en común. Éstos no deben ser ni muchos ni muy pocos. So-

bre todo, sirve invitar a rezar a los hijos en momentos complejos: antes de decisiones importantes, exámenes, pruebas académicas, cambios de trabajos, problemas de salud. Así los hijos, sobre todo adolescentes, ven que esa dimensión ayuda a canalizar las inquietudes y problemas cotidianos.

CREAR AMBIENTE

Hoy todo tiende a disgregarnos, a separarnos. El mundo noticioso inunda cada rincón del hogar. Ya no hay una sola televisión por familia, sino que cada celular, tableta, computador, es puerta de entrada al mundo entero. No es fácil desconectarse. Es una lucha permanente para muchos padres. Muchos colegios han hecho suya la idea de prohibir los celulares en la sala de clases y en el colegio en general. Enhorabuena.

La desconexión sin duda ayuda a “enfocarse”, centrarse en el “aquí y ahora” que es más que la presencia física. El entorno en el que vive una familia tiene un impacto significativo en su dinámica. Crear un ambiente positivo implica cultivar un espacio donde todos se sientan seguros, amados y apoyados. Esto va más allá de la decoración y se extiende a las emociones y energías que se comparten en el hogar.

La preocupación de los padres no debe ser tanto rehuir los peligros externos como más bien en esforzarse en hacer de la propia vida familiar algo atractivo. Ello será el mejor aliciente para volver al hogar. La creación de tradiciones familiares es un buen comienzo. Muchas familias han tomado el propósito, sobre todo cuando los hijos son adolescentes o mayores, de tener al menos una semana de vacaciones como familia. Solo padres e hijos. Otro tanto la celebración de fechas importantes. Muchos organizan dos eventos: la invitación abierta, pero a su vez, una segunda más íntima, solo familiar. Ello ayuda a fortalecer el sentimiento de pertenencia.


No se trata de atosigar a sus miembros con un exceso de actividades. Hay que dejar tiempo y espacio para cada uno. Pero que los momentos comunes, sean buenos, provechosos, alegres. Ya nombramos un camino muy sencillo pero útil para mejorar la calidad y vinculación familiar: la preparación de las comidas. El hecho de preparar cosas en común, incluso aprender a cocinar, dejar correr la imaginación para ser “creativos” en ese espacio familiar, elogiar la comida, saber apreciarla, distinguir sabores, tipos, nombres, ayuda a ello. Y poner y recoger los platos. Algo tan sencillo genera un vínculo muy especial y entrañable.

SOLO TENEMOS ESTA VIDA PARA SERVIR. SERVIR EN FAMILIA

Ya hemos hablado de la solidaridad familiar en otros artículos. Pero, en este contexto, ayuda a crecer en ca-

lidad y humanidad. Primero, ayuda a apreciar lo que se tiene; a no considerarlo obvio o de perogrullo. Servir dentro de la familia es un acto poderoso que nutre la conexión emocional. Servir implica estar presente para los demás, ofrecer ayuda desinteresada y contribuir al bienestar general.

Cuando cada miembro se esfuerza por servir a los demás, se crea un círculo virtuoso de apoyo mutuo. Evitemos las correcciones excesivas y sepamos premiar los actos de generosidad.

En resumen, construir una familia con sello de calidad implica mirarse, hablarse, crear un ambiente positivo y servir. Si se consideran estos sencillos puntos, la evaluación de la vida familiar se hace más simple y efectiva. Cada miembro de la familia contribuye a la creación de un hogar donde el amor, la comunicación y el apoyo mutuo son los pilares que sostienen relaciones fuertes y duraderas. 



Bartolomé Peirano y Karin Deck: “ES COMO VIVIR UNA SEMANA CERQUITA DEL CIELO”

Sin saber mucho de qué se trataba, el 2016 este matrimonio partió yendo a Misiones Familiares junto a sus 6 hijos. Este 2024 fueron por octava vez y aunque siempre creen que son las últimas –los hijos ya crecieron y ya nos les resulta a todos acompañarlos, de hecho, este año fueron con tres– siguen comprometiéndose y todas las veces vuelven muy felices de haber participado nuevamente.

M. MAGDALENA RÍOS C.

Este 2024 fueron las octavas Misiones Familiares de Schönstatt a la que fueron Bartolomé Peirano y Karin Deck (28 años de matrimonio y 6 hijos entre 27 y 12 años) y el destino fue Río Bueno. Anteriormente fueron a Loncoche, Cabrero y Lampa. Aunque a las primeras misiones los acompañaron todos los hijos, a medida que han ido creciendo nos les resulta ir a todos. Esta vez fueron con tres. Y siempre al volver quedan felices de haber vivido nuevamente esta inolvidable experiencia.

La idea es visitar cada localidad durante dos años, sin embargo a pedido del sacerdote de Río Bueno, este año visitaron esta ciudad por tercera vez.

“Es una misión donde generalmente van 6 o 7 matrimonios con sus hijos más invitados, todo eso suma en promedio unas 90-100 personas”, explica Bartolomé. Además, los acompañan sacerdotes, seminaristas y religiosas marianas. En esta oportunidad fueron con ellos el padre José Tomás Pérez, la hermana María Isidora y el seminarista Santiago Abella. También los apoya el sacerdote de la localidad, en este caso de Río Bueno, quien los ayudó mucho “nos mencionaban en las redes sociales, entonces cuando llegábamos a las casas nos abrían más fácilmente las puertas”, agrega.

¿Cómo es la dinámica de las misiones familiares?

Bartolomé: por un lado, está la misión externa donde se visitan las casas de las personas y se conversa con ellas. No se toca solamente el tema religioso porque la gente necesita hablar y ser escuchada. Por otro lado, se participa en la misión interna en la que se trabaja mucho la vida espiritual de cada uno.

Karin: una de las cosas que más me han gustado de las misiones son las diná-



micas que se producen al interior. En la mañana rezamos con la familia extendida (los hijos, los amigos de estos y algunos misioneros más antiguos); tenemos misa; escuchamos algún testimonio o una motivación que tiene relación con algún tema que se trabaja; rezamos el Rosario y después salimos a visitar casas. La actividad está hecha de tal manera que uno sale a misionar con hijos prestados, no con los propios. Pero después de almuerzo, uno se junta con la familia nuclear y ahí cada uno cuenta la experiencia que le tocó ese día y cómo ha ido viviendo las misiones. Es muy emocionante porque van aprendiendo y conociendo distintas realidades. Luego se vuelve a salir a misionar. Posteriormente, al terminar la comida, hay una recreación y una oración final. Esta es muy entretenida porque se hacen actividades como el correo de las brujas o presentaciones familiares, donde están todos disfrazados. Hay un grupo de recreación que organiza estas dinámicas donde uno se ríe mucho. Termina el día como a las diez de la noche con una oración cantada o una adoración al Santísimo que cada día prepara un matrimonio con su grupo. Tiene que ver con respecto al tema que se trabajó ese día y se producen experiencias muy profundas con Dios. Estas misiones se han caracterizado por tener personas que cantan y tocan instrumentos, así las oraciones o adoraciones que se hacen son muy profundas y llenadoras del espíritu. Siempre decimos que es como vivir una semana cerquita del cielo.

JÓVENES COMPROMETIDOS

¿Qué más podrían destacar de las Misiones Familiares?

Bartolomé: en general es bien intenso porque se parte a las 7:00 de la mañana. Alojamos en las salas de los colegios, nos duchamos con agua fría y terminamos cerca de las 12:00 de la noche. Cada persona tiene un turno para las distintas actividades, es una dinámica bastante de scout. Puntualmente me ha servido ver en esta experiencia de vida sencilla a casi 100 jóvenes que entregan una semana de sus vacaciones y que lo pasan muy bien de una manera sana y sin alcohol. Cuando durante el resto del año oigo comentarios sobre cómo está la juventud, uno aquí conoce 100 chiquillos que son todo lo contrario a eso.

Karin: misionamos de lunes a viernes y el sábado hay una linda procesión en honor a la Virgen donde las personas hacen altarcitos por las calles hasta llegar a la iglesia del pueblo. Regalamos muchos rosarios, estampitas con oraciones y libros que nos han donado. La idea es siempre acompañar nuestra visita a las casas con material religioso y también rezar por la familia. Si hay alguien enfermo, a veces el sacerdote le da la Unción de los Enfermos, además vamos a los hospitales de la localidad, a los hogares de ancianos y a la cárcel, si hay. También para la comunidad se hacen talleres de adultos, de jóvenes y de niños. Es una misión bien completa.

¿Hay algo que les haya llamado la atención particularmente, visitando las casas?

Bartolomé: cuando partimos, los niños eran más chicos y uno se encontraba con gente con una realidad distinta a la de uno, que se abría mucho y te contaba cosas importantes de su vida. Me hubiera gustado explicarles antes a los hijos, pero lo vivían directamente. Hay abuelas de 40 años que cuidan a sus nietos porque su hija se quedó embarazada a los 14, hay varias situaciones de ese tipo. También es habitual ver en la mañana que está el joven de 12-13 años, cuidando a su hermano chico porque los dos papás están trabajando en las cosechas. Además, se ve mucha soledad, sobre todo en el adulto mayor.

Karin: escuchamos y acompañamos porque hay gente sola. Y uno trata de po-



ner la nota religiosa. Muchas veces una forma de ingresar a las casas es ofrecer bendecirlas porque vamos con agua bendita y uno entra, reza y canta con ellos. Las dinámicas se van dando de acuerdo con lo que pasa en la familia. Si está enfermo, solo, sin trabajo, vamos rezando por esas cosas o los acompañamos con la sola presencia.

SEMANA ESPIRITUAL FAMILIAR

¿Qué les ha significado a ustedes como matrimonio y como familia participar en estas misiones? ¿De qué manera los ha marcado?

Cristóbal (de 19 años, uno de los hijos de Karin y Bartolomé que fue este año): nos ha generado una instancia familiar profunda. Aunque en la misma misión no estamos todo el día juntos, es un bonito momento para estar con Dios y con la familia. Marca un antes y un después durante el año.

Karin: es una semana espiritual familiar, donde cada uno tiene encuentros profundos y cercanos con Dios. Los hijos también lo experimentan, lo que es muy bonito porque no es fácil en el día a día que como familia los tengamos.

Bartolomé (de 25 años, uno de los hijos que también fue este año): es una buena pausa dentro de la rutina para partir el año. Uno termina bien motivado, además el grupo que se forma es muy fuerte, se arma un buen ambiente de comunidad. También es interesante poder vernos como familia en un rol diferente, te marca ver a un familiar tuyo haciendo algo en concreto como liderar las misiones o algún taller dentro de estas.

Karin: este año Cristóbal estuvo a cargo de la recreación con otro joven y todas las noches nos armaban cosas entretenidas y Bartolomé en otra oportunidad fue jefe de misiones de los jóvenes.

Bartolomé: lo relevante es que las misiones son de los jóvenes, nosotros vamos más que nada a acompañar y apoyar. Ellos son los que deben organizarse para hacer esto, trabajan los temas durante el año previo con el sacerdote que nos acompañará.

Karin: es muy fuerte, bonito y potente lo que se vive en la semana de misiones. Es sacrificado, decimos que no queremos partir antes de ir, pero cuando uno está allá es maravilloso. Vale la pena acostarse tarde, levantarse temprano y dormir en saco de dormir.

Y la alegría de ver los frutos reconforta a la familia Peirano Deck. Cuando este año llegaron a Río Bueno constataron que los mismos vecinos habían arreglado una de las capillas y a pedido de su párroco estaban haciendo catequesis de preparación a la primera comunión y ellos mismos habían ido a misionar a sus zonas. "Estaban realizando lo mismo que nosotros hicimos con ellos en una semana. Es maravilloso lo que logró este sacerdote", cuenta Karin.

Y aunque las últimas veces han decidido que esta va a ser la última misión, "esto sin los hijos no tiene sentido", señala Bartolomé, finalmente se entusiasman y parten nuevamente. "Si ellos quieren ir, vamos. Cuesta cortar el vínculo que se forma esa semana", agrega.

"Fue tan bonito que feliz vengo de nuevo", concluye Karin. ☺



amazon echo



“Alexa, conéctate a la red más estable”

“Conectando a Gtd”



**Gtd es Distribuidor Autorizado
de Amazon para acercar a Alexa
a los hogares de sus clientes.**

Tecnología para **simplificar tu vida.**

 **gtd.cl**

INTELIGENCIA ARTIFICIAL:

¿UN “REEMPLAZO” PARA EL SER HUMANO?



El salto tecnológico que el mundo ha estado experimentando en el terreno de la Inteligencia Artificial (IA) parece abismante. Frente a él, surgen diversas miradas. Algunas más bien escépticas. Otras optimistas, que la ven como una herramienta eficaz e inocua; y al mismo tiempo otras catastrofistas, que auguran que el hombre será sustituido por ella. Temas como la eventual pérdida masiva de empleos, la dificultad de legislar para prevenir con eficacia su mal uso, la vulnerabilidad de lo privado y el desafío académico que significa este recurso en las aulas, generan en muchos preocupación.

MARÍA ISABEL IRARRÁZAVAL P.

Vivimos con ella. Permite dictar mensajes al celular, asesora en las búsquedas en Internet, recomienda contenidos afines a nuestros intereses en las redes sociales, traduce textos, y cumple con variadas funciones que agilizan nuestro día a día. Pero a pesar de su aspecto familiar, la IA sigue teniendo cara de pregunta para la mayor parte de nosotros, debido a su complejidad y al conocimiento altamente especializado que se requiere para hablar con justicia sobre su verdadero alcance. Apóstol en Familia fue en busca de un experto, que nos ayude a dimensionar bien de qué se trata la IA y sus reales proyecciones.

Pablo Zegers es ingeniero civil, nacido en Chile hace 56 años, doctorado por University of Arizona, especializado en IA. Cuenta que ya en el año 1984, cuando aún estaba en el colegio, sintió la certeza de querer dedicarse profesionalmente al tema. Estudió Ingeniería Eléctrica en la Universidad Católica, y luego hizo su Doctorado en Estados Unidos en Machine Learning, una de las principales áreas de la IA. Su especialidad es el diseño matemático de los algoritmos que hacen funcionar las IAs, de modo que, según él asegura, “tiene la capacidad de entender todo lo que se publica en IA y eventualmente construirlo, si le dan los recursos y el tiempo necesario”.

Si hiciéramos un ejercicio de imaginación, y nos preguntáramos cómo verá el hombre del futuro el momento histórico que ahora estamos viviendo respecto a la IA, para Zegers no hay duda alguna de que será un hito que marcará un antes y un después. “Según mi modo de ver las cosas, en mil años más, cuando los libros narren la historia, le van a dedicar un pie de página al Renacimiento y un capítulo entero a los meses que estamos viviendo”, se atreve a afirmar. “Va a ser el avance tecnológico más grande que hayamos experimentado. No habrá nada comparable. Está ocurriendo ahora, y va a seguir acelerándose. Es un momento clave en la línea del tiempo de la historia de la humanidad”, agrega optimista.

EL CONCEPTO DE IA

¿Qué debiésemos entender cuando hablamos de IA?

Una de las posibles definiciones de IA, que a mí me parece más clara, es: una máquina que procesa símbolos y que es capaz de descubrir la relación entre ellos. Es decir, puede elegir una cosa entre varias (inter-legere), separar, discriminar y clasificar.

La IA, en primer lugar, tiene un carácter físico, ocupa un espacio. A

lo mejor, la que corre en nuestro celular no está físicamente dentro de él, pero sí en alguna parte del mundo.

En segundo lugar, también se caracteriza por ser un aproximador universal de funciones. Esta propiedad matemática la distingue de todas las otras máquinas que se puedan hacer, dado que garantiza su habilidad para encontrar todas las relaciones entre los símbolos, si es que existen.

Y en tercer lugar, una de sus características fundamentales es que se autoajusta a un objetivo y a determinados datos. Entonces se la puede dejar sola, sin guía humana, y va a ser capaz de ajustarse a sí misma. Se subentiende que para ello debe haber existido una persona que la haya construido y le haya indicado cuáles son los símbolos a procesar, los mecanismos de ajuste y el objetivo. Obviamente no es una máquina que se "autocree", pero una vez construida puede llegar por sí misma a resultados, según su funcionalidad.

PABLO ZEGERS
INGENIERO CIVIL, DOCTORADO POR UNIVERSITY OF ARIZONA,
ESPECIALIZADO EN IA.



¿Cuáles son los principales usos de la IA?

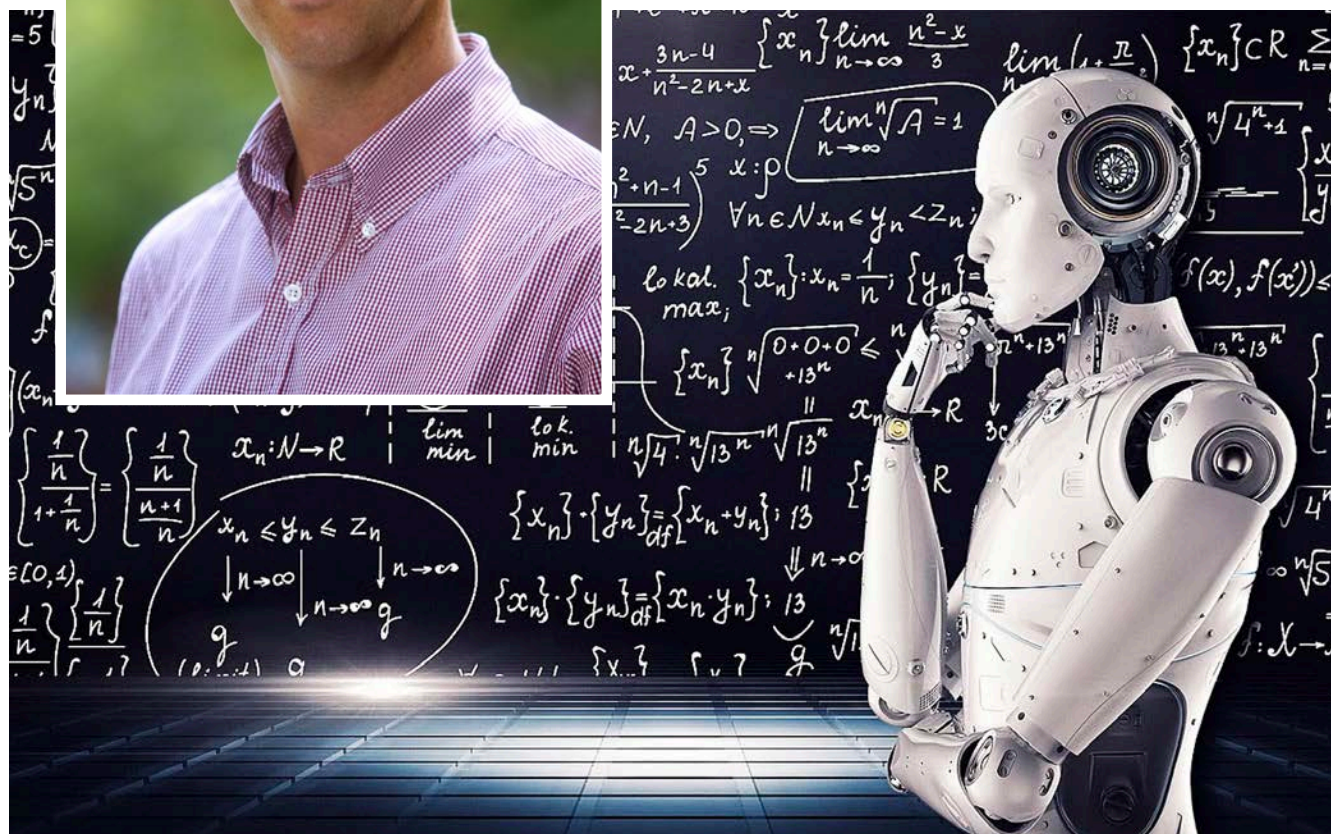
Actualmente, los usos más importantes son los motores de recomendación para las redes sociales, eso es lejos lo que tiene más impacto.

También está la generación de texto automático o de imágenes. Respecto a la generación de textos, está el problema del grado de verdad que tenga el texto al que se da origen. Este depende cien por ciento de lo verdadera que sea la información que lo nutre. Podría suceder que un texto esté basado en mil párrafos que no son ciertos. Por primera vez es tan fácil generar un texto falso (deep fakes), creando un pajar alrededor de la aguja, de manera que para el usuario común sea imposible encontrar la aguja dentro del pajar. La IA se utiliza mucho en las empresas. Por ejemplo, en el área de atención al cliente resulta muy útil. Generación de imágenes y videos tutoriales. Las áreas de marketing están siendo transformadas. Y un avance muy importante que se está haciendo es el asesoramiento a empresas, prediciendo demandas y ayudando a llevarlas mucho mejor. Es lo que nosotros hacemos en Anastasia (ver más adelante).

ANTECEDENTES HISTÓRICOS

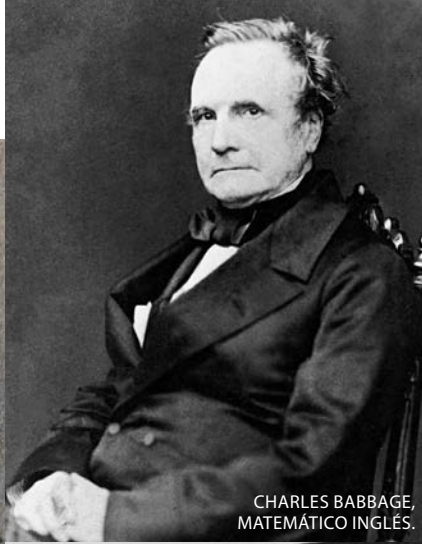
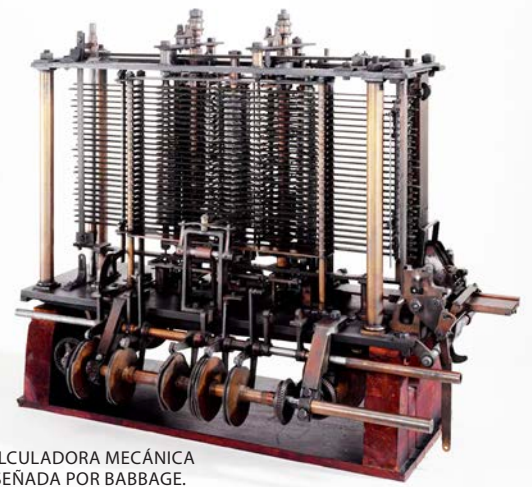
¿Cuáles son los principales hitos dentro de la historia de la IA?

Podríamos comenzar con la fabricación de la calculadora mecánica, en 1837, por el matemático inglés Charles Babbage, que fue dada a conocer en una de las clásicas tertulias que se realizaban en ese entonces. Lady Ada Byron (única hija legítima de Lord Byron) alucinó con el invento y quiso aprender a la perfección su manejo. Tan bien aprendió, que fue más visionaria que el propio inventor, y visualizó que la máquina podía llegar a convertirse en el primer





LADY ADA BYRON

CHARLES BABPAGE,
MATEMÁTICO INGLÉS.CALCULADORA MECÁNICA
DISEÑADA POR BABPAGE.

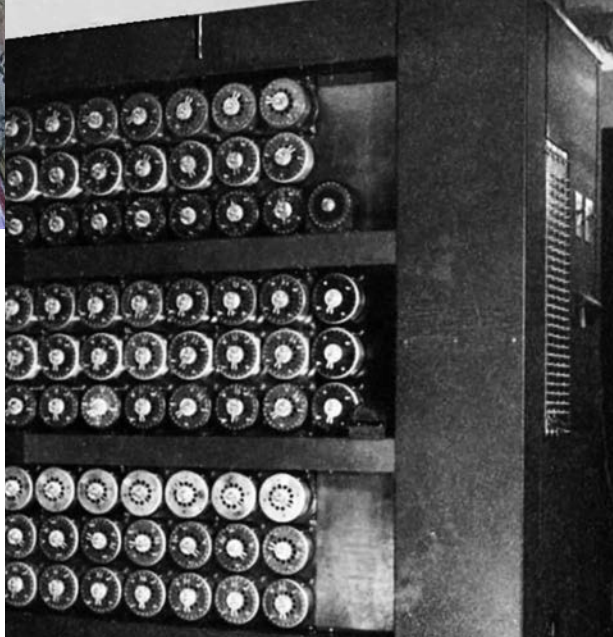
computador moderno. Sus ideas serían mucho después retomadas por el brillante matemático inglés Alan Turing.

En aquella época la idea de una máquina que fuese como el ser humano andaba rondando, influida tal vez por la certeza positivista de que todo es reducible a las matemáticas. De hecho, poco antes la escritora inglesa Mary Shelley había concebido la historia de Frankenstein, una máquina viviente.

Paralelamente a los avances matemáticos, se produjo un progreso notable en el ámbito del estudio del cerebro humano. Apareció el conexionismo, descubierto en 1888 por el cirujano y nobel español, Santiago Ramón y Cajal, que reveló que el cerebro estaba hecho de neuronas, todas iguales, hasta el infinito. Hay tantas neuronas como estrellas en nuestra galaxia dentro de nuestra cabeza. En 1943, en la mitad de la Segunda Guerra Mundial, Warren McCulloch y Walter Pitts describieron un mecanismo por el cual las neuronas se podían organizar para producir un comportamiento complejo. Años más tarde, en 1958, el psicólogo estadounidense Frank Rosenblatt construiría modelos matemáticos que emulaban ciertos aspectos del funcionamiento de las neuronas.

Ya en 1940, había sido construido el primer computador electro-mecánico por Alan Turing; en 1941, la primera computadora programable por Konrad Zuse, y en 1945, el primer lenguaje de programación de alto nivel por Plankalkül.

Es famoso el desafío de los veintitrés problemas que en 1900 propuso el matemático alemán David Hilbert. Entre ellos, estaba la pregunta de si acaso era posible construir con bloques de Lego



ALAN TURING

una IA (o el equivalente en su época). Kolmogorov demostró en 1957 que sí era posible construir sistemas que encuentren las relaciones que hay entre los símbolos. Este descubrimiento se adaptó muy bien a los modelos y algoritmos matemáticos que ya se habían desarrollado en Machine Learning.

Y de esta manera, los programas computacionales fueron logrando tareas cada vez más desafiantes; en el año 2006, por ejemplo, el informático británico Geoffrey Hinton logró que una máquina fuera capaz de comprimir y descomprimir imágenes. El mismo tipo de procesamiento se lograría más tarde con palabras, llegando a descubrir que muchos razonamientos humanos pueden ser modelados geoméricamente.

Coronando todo lo anterior, en 2012 el mismo Hinton fabricó una arquitectura capaz de juntar todos los avances ya hechos. Así es como en meses una máquina estaba resolviendo problemas que yo jamás pensé que iba a ver resueltos en vida.

En 2015 las máquinas lograron pasar la tasa de error del ser humano en reconocimiento de lo escrito, lo hablado, de imágenes y de comprensión lectora.



GEOFFREY HINTON

Como referencia, al ChatGPT lo hicieron pasar por la última PAES y creo que tuvo 4 malas. Le gana al 99,9% de la población chilena.

EL ESCENARIO "CENTAURO"

¿Qué cambios en nuestro enfoque de vida podría traer la IA?

Toda la sociedad está construida en base a nuestras características, pero el desarrollo de la IA va a transparentar ese hecho, para llevarnos a concebir una sociedad diferente, según esta serie de capacidades sobrehumanas que están apareciendo.

Limitaciones nuestras, como la máxima cantidad de información y la rapidez que puede alcanzar nuestro cerebro, han sido ampliamente superadas. En este momento Google está analizando simultáneamente los correos que responden en Corea del Sur y en Chile, cosa que ningún ser humano sería capaz de hacer. Y mientras yo me demoro una hora y media en dar una entrevista, los sistemas computacionales son capaces de transmitir una cantidad enorme de información en un solo momento.

El gran límite humano, que es el hecho de morir, hasta ahora ha configurado nuestra sociedad. En términos de conocimiento, por ejemplo, si las personas no murieran tendrían acceso a toda la información sobre una disciplina de parte de su misma fuente. Por ejemplo, podríamos asistir a las clases de Platón, en vez de tener que leer sus escritos. En cambio, ahora contamos con un procesador de símbolos que lo hace bien y que no muere nunca. Ya anunciaron que viene el ChatGPT 5.0, y los que lo están haciendo dicen que es mucho mejor que el anterior. Con el tiempo los habrá sucesivamente mejores. En muchos sentidos, lo que hay que hacer es repensar la sociedad.

¿Crees tú que alguna vez las máquinas reemplacen a los humanos?

No, por supuesto que no. Entre ellas y nosotros, existe y siempre va a existir una diferencia fundamental: nosotros somos personas conscientes de nosotros mismos y dotados de libertad, algo que las máquinas nunca llegarán a ser. A ellas uno les da instrucciones y obedecen; en cambio, si ellas nos dieran instrucciones a nosotros,

siempre tendríamos la libertad de obedecerles o no.

Pienso que con estos adelantos será más importante que nunca saber de antropología. Dios nos puso en el universo para continuar su Creación, entonces esa narrativa que se nos ocurre acerca de cómo puede ser este mundo en el futuro, es más bien qué tipo de mundo queremos "crear" nosotros en el futuro.

Esa forma en que cada ser humano va tiñendo con su personalidad única el universo, eso no es reemplazable por una máquina.

Existen visiones catastrofistas, basadas más en la ciencia ficción que en la realidad. Hay que tener claro que lo que vemos en películas, la idea de que va a llegar una IA que va a ser capaz de hacer todo, es pura ciencia ficción. Lo único que hay hasta ahora son IAs que resuelven problemas específicos, pero que en áreas fuera de las suyas son malas. Pueden cumplir muy bien las funciones para las que han sido programadas, pero esa programación necesita ser hecha y supervisada por un ser humano.

¿Qué pasará con los empleos, ahora que la IA es capaz de hacer tantas cosas?

Todas las carreras técnicas y las profesiones existen para resolver problemas específicos. Una vez que el problema se resuelve, las carreras comienzan a adaptarse a las nuevas necesidades, o de lo contrario desaparecen. Hay oficios completos de la antigüedad que, por el desarrollo tecnológico de su época, ya no existen.

Pero no debemos olvidar que el ser humano, junto a otros, hace cosas que están completamente fuera del ámbito de las máquinas, que están naturalmente protegidas. Ya los griegos destacaban el ocio, como estado privilegiado para que el hombre haga lo que le es propio: buscar y contemplar lo verdadero, bello y bueno. Esto es algo que ningún computador puede hacer por nosotros, lo tenemos que experimentar directamente.

El escenario que se va a dar ahora es llamado por algunos "escenario Centauro". El centauro representa la mezcla de hombre y máquina.

Lo que está pasando con la IA hay que entenderlo como inteligencia asistida, o sea en lugar de poner el foco en la máquina, hay que ponerlo en la persona. La persona amplificada por estas máquinas va a ser capaz de hacer cosas que no podía antes, y las cosas que hacía antes las va a poder hacer mucho mejor y en menos tiempo. No se trata de que la IA deje sin trabajo a las personas, pero sí sucederá que alguien que use IA va a dejar sin trabajo a quien no la use.

ÉTICA Y LEGISLACIÓN

¿Cómo lograr que la IA se comporte éticamente?

Esto es para mí lo más complicado: la intercepción entre ética e IA. La IA es materia inanimada, hábilmente construido, con una capacidad asombrosa, pero no es un agente moral. La responsabilidad moral recae en quienes la construyen y en quienes la utilizan.

En este momento, los celulares que usan nuestros niños tienen –a través de las redes sociales– un efecto brutal en ellos. Las IAs crean motores de recomendación, capaces de ofrecer cualquier cosa. Esto debe ser legalizado. El control del interfaz, de la pantalla de mi celular, lo debería tener yo, no Google. Soy yo el que debería decir si quiero ver las propagandas que Google me manda o no.

¿Qué pasa con la manera en que la IA obtiene información de nosotros? ¿Existe alguna legislación al respecto?

Ahora están cambiando las leyes para proteger la privacidad y la confidencialidad de los datos personales. Hay mucho que hacer en ese aspecto, pero está reconocido el problema, y la legislación –aunque atrasada–, está yendo en la dirección correcta.

A mi juicio, la preocupación se ha centrado en que la información no salga de uno, lo que sin duda es fundamental, pero ha descuidado lo que se hace con esa información y sobre todo lo que –a partir de eso– nos llega. Insisto, actualmente no está penado en Chile el hecho que en Instagram haya imágenes pornográficas que se distribuyen a todos los niños en el país. Ahí sí que hay intereses económicos gigantes.

LA IA EN CHILE

¿Qué perspectivas le ves en Chile a la IA?

En Chile somos tan inteligentes como en cualquier parte del planeta. Somos capaces de hacer cualquier tipo de cosa, pero no nos creemos el cuento. Hay muchos que piensan que no vamos a hacer nada relevante,

que estamos destinados a ser solo usuarios. No ven la potencialidad de lo que en Chile se puede hacer. Nosotros los latinos tenemos nuestra propia riqueza, y creo que es un buen sustrato para mostrarle al mundo cómo hay que evolucionar.

¿Cuál es el proyecto de IA que tú sueñas implementar?

He fundado tres empresas donde fabricamos IA: Anastasia, Priax y Sortbox. Lo que estamos haciendo en Anastasia es en sí un sueño, porque estamos ayudando a miles de personas a llevar su empresa de mejor manera. Tiene un efecto grande y poderoso. Me encanta. Me gustaría lograr que la empresa crezca, para obtener una masa crítica mayor, dedicada a la IA, y así hacer cosas más entretenidas, avanzar y colaborar.

PARA VER Y LEER

¿Qué películas o libros relacionados con el tema de la IA recomendarías?

Me parecen muy interesantes las películas “2001: Odisea del Espacio” y “Blade Runner”. También está “Yo, robot” de Will Smith, basada en la serie de Asimov.

Y entre los libros, recomendaría “Duna” de Frank Herbert, donde no hablan de robots, pero describen cómo podría llegar a ser una humanidad posterior a la IA. Nos muestra un ser humano consciente de que las máquinas se están haciendo cargo de ciertas cosas y que pueden llegar a deshumanizar al hombre.

También recomendaría leer la serie de robots de Isaac Asimov. 📖



SERIE DE ROBOTS DE ISAAC ASIMOV.

2001: ODISEA DEL ESPACIO.

BLADE RUNNER.

YO, ROBOT DE WILL SMITH.

Alicia Halcartegaray:

“Nos falta recuperar el valor de estar juntos en familia”



Así como las empresas se preocupan de tener sellos de calidad que avalen su mejor funcionamiento, en el hogar también deberían estar presentes ciertas características que hagan de este un buen lugar para vivir, donde todos sus miembros se sientan incondicionalmente amados. La psicóloga clínica y educacional de la Universidad Católica de Chile y doctora en psicología por la Universidad de Chile, da algunas pautas a los padres cómo hacerlo.

M. MAGDALENA RÍOS C

“Ustedes trabajan un montón de jornadas en planes estratégicos, en el análisis de la misión, visión y valores. Lo hacen porque cualquier organización humana requiere una identidad compartida para que se gestione una cultura que dé lugar a las cosas que se quieren lograr”, dice en charlas que da a los padres la psicóloga de la Universidad Católica, Alicia Halcartegaray, doctora en psicología de la Universidad de Chile, terapeuta familiar y coordinadora en Chile del Centro de Neuroeducación, CENED,

asociado a la Neufeld Institute de Canadá.

Con mayor razón este trabajo se debe hacer en el hogar para que, así como las empresas y fundaciones poseen sus sellos de calidad, los hogares también los tengan. Crear ambiente, mirarse, hablar, escucharse o servir de tal modo que todos se sientan incondicionalmente amados, debieran ser algunas características presentes en todas las familias.

Según la experta, “los padres son los responsables de crear una cultura familiar pertinente al tipo de seres humanos que quieren lograr. Las cosas no ocurren por casualidad. Sin embargo, desde el advenimiento del mundo de las redes sociales y de la digitalización tenemos, una fuerza que en todas las edades nos saca a nuestros hijos. Los padres son muy ingenuos frente a esto. Es muy cómodo que los niños estén metidos en las pantallas, pero uno imita a aquello en torno a lo que empieza a girar. Sucede mucho a los papás de preadolescentes que estos son unos desconocidos para ellos”.

Alicia agrega que “la tarea de los padres es lograr que sus hijos sean las mejores personas que están llamadas a ser” y para eso es fundamental el vínculo, “una necesidad humana preeminente”.

El hogar debe ser el lugar donde “aprendo a amar y a ser amado; en que encuentro un espacio de seguridad emocional, físico y social; donde yo puedo traer mi dolor y mis fracasos sin temor; donde me siento incondicionalmente aceptado”, explica. “Eso no significa que no tendré faltas ni que tendrán que enseñarme y corregirme, pero no sacrificarán el vínculo para educarme”, aclara.

Actualmente es común que los hijos sientan que solo están invitados a existir cuando hacen las cosas bien, no experimentan la incondicionalidad que necesitan para desarrollarse y registran ‘tengo que portarme bien para ser querido’. “Los niños sienten que el mundo es un lugar seguro no porque lo sea, sino porque tienen un vínculo seguro con los adultos de su vida. Eso hasta la adolescencia. Muchos padres en 6° y 7° básico creen que el hijo ya está grande



y dan por finalizada la tarea. Sin embargo, está recién partiendo porque viene la formación de la identidad. El cerebro termina de madurar después de los 26 años, si todo anda bien”, explica la psicóloga.

Agrega que “la única autoestima real es la de las raíces profundas, donde yo no me estoy probando si soy valioso con cada paso

que doy y cada nota que me sacó. Tenemos una epidemia de niños y adolescentes que sienten que ellos son lo que logran, que son dependientes de los resultados. No es casualidad que tengamos tanta depresión hoy día”.

Si el hijo siente que es valorado solo por lo que obtiene, el amor deja de ser gratuito

y pasa a ser algo por lo que se tiene que trabajar. “Esa es la esencia de un vínculo inseguro porque el amor tiene que ver con la gratuidad”, dice Alicia.

CREAR AMBIENTE

¿Cómo combatir la tendencia al exitismo y, por el contrario, cultivar la gratuidad del amor?

Los papás tienen que asumir que lo que pasa en sus casas para bien o para mal es su responsabilidad. Lo primero y lo más importante es que ellos entiendan que ellos son los gestores de la cultura familiar. Van a competir con un montón de fuerzas que tratan de quitarles a sus hijos, de su posibilidad de transmitirles sus valores y para hacerlo necesitan el vínculo.

Hay que generar instancias donde jugamos, nos reímos o cocinamos todos juntos. Debemos recuperar y reclamar a nuestros niños y adolescentes, tener espacios de vida familiar íntimos –no siempre rodeados de otras personas–, donde los menores tendrán raíces que los harán sentirse incondicionalmente amados.

Los papás me dicen que no tienen tiempo en la semana. Puede ser el viernes que es un día más relajado. Intencionalmente se debe hacer ese espacio. A los padres con jóvenes de 14-15 años les comento “¿te has dado cuenta de que tu hijo ya ha vivido contigo más tiempo del que le queda para irse?” No podemos perder este momento.

¿Cómo crear ambiente en estas instancias familiares?

La única forma de tener esta calidad familiar, así como tratamos de que esté en nuestras organizaciones, es poseer una cultura compartida. De lo contrario, las relaciones familiares se basan en el control: mucha orden, coerción o amenaza. Una inmensa mayoría de papás está permanentemente en una relación de adversario con los hijos porque son los agentes de control externo. No están cultivando que estos hagan las cosas por las razones correctas, es decir que haya una internalización y que sea parte de su identidad. Por ejemplo, si maltrato a mi hermano, me siento mal. No se debe

a que mi papá se enojará o me dejará sin algo, sino que me afecta.

IMPORTANCIA DE MIRARSE

Otro sello de calidad familiar puede ser el mirarse, ¿por qué es tan relevante hacerlo?

La mirada es el contacto más profundo que puedes tener con otra persona. El cómo te miro, si es con un interés genuino, donde te sientes visto desde un lugar de tanto amor que te contagias.

Hay un doctor en psicología de la Universidad de Harvard, Urie Bronfenbrenner que decía que todo niño requiere que alguna vez, al menos un adulto haya estado loco de amor por él, que haya sentido esa incondicionalidad. También señalaba la importancia de que los menores compartieran actividades con los mayores de su vida, sin embargo, esos mundos se han disgregado cada vez más. Necesitamos re cohesionarnos como familia y desde ahí gestionar una cultura acorde a lo que nos parece relevante. Por ejemplo, si le digo a un hijo “síéntate a comer o te voy a quitar el tablet”, es muy distinto a que le exprese “mi amor, estamos todos sentados, faltas tú, es importante que estés”.

Es trascendental cultivar un sentido de pertenencia, donde me siento valioso.

Otra característica familiar debería ser el modo de hablar ¿cómo hacerlo de la mejor manera?

El hablar tiene que darse en un contexto natural de gente que está acostumbrada a compartir la vida. Porque vivimos en una cultura de roles, no de vínculos, según el psicólogo canadiense, Gordon Neufeld. Sin embargo, los seres humanos respondemos al vínculo, no al rol y en las familias desgraciadamente muchas veces creemos que con el rol alcanza.

¿Cómo lograr una buena escucha?

Hay metodologías que ojalá se puedan empezar cuando los niños son muy chicos. Por ejemplo, tener un bastón del que habla y hasta que uno no termina de hablar no se lo pasa al otro, quien tiene que pedirlo. Puedo ir desarrollando estas habilidades y

crear esta cultura siempre con un paraguas del cuidado. Ahí es donde se gestiona y pregunta el ambiente.

¿Cómo hacerlo cuando cuesta llegar a los hijos?

Es muy bueno hacer cosas con ellos y hablar de la propia vida. A veces los hijos no conocen la historia de sus papás. Les recomiendo: “habla de ti porque los niños creen que siempre fuiste así. Es muy importante que les compartas tu propia experiencia y vulnerabilidad”. Las peores depresiones las he visto en hogares que evitan el conflicto, el dolor y hablar de las penas. No podemos ser familia si no invitamos a existir todas las emociones que tenemos. Sin un vínculo seguro no te puedes dar el lujo de ser vulnerable.

LA CULTURA DE SERVIR

¿Cómo crear un ambiente de servicio en la familia?

Es una parte constitutiva del hogar. Si es que yo me siento corresponsable de la cultura de lo que pasa en mi familia, de las prácticas y gestos que tenemos, automáticamente entro en el mundo del cuidado, el cual no es un acto particular, sino una lógica. Es una forma de entender nuestra corresponsabilidad en la vida comunitaria.

Se va modelando en el día a día, por ejemplo, en temas como el lenguaje. Los papás me dicen: “yo le pedí a mi hijo que me ayudara el domingo”. Les respondo: “esto no es voluntariado, no pidas ayuda. Esto es de todos y si es así, todos tenemos que ponerle el hombro. De lo contrario, es como ir en un bote donde dos reman mucho y los otros patalean. Así no funciona”. Los papás deben crear estas metáforas como el bote o el equipo de fútbol que sirvan para que los niños y adolescentes entiendan que ser parte de una familia no es para ser servido en todas mis necesidades. Es una calle de dos vías: del dar y del recibir. Sin esta reciprocidad no hay relación.

¿Cómo hacer de modo que el servicio en el hogar no se transforme en algo que echa a perder el ambiente en la familia?

Los hijos dicen a los papás “hasta cuándo



ALICIA HALCARTEGARAY
Psicóloga de la P. Universidad Católica de Chile, doctora en psicología de la Universidad de Chile, terapeuta familiar y coordinadora del Centro de Neuroeducación, CENED de Chile, asociado a la Neufeld Institute de Canadá.

HAY QUE GENERAR INSTANCIAS DONDE JUGAMOS, NOS REÍMOS O COCINAMOS TODOS JUNTOS. DEBEMOS RECUPERAR Y RECLAMAR A NUESTROS NIÑOS Y ADOLESCENTES, TENER ESPACIOS DE VIDA FAMILIAR ÍNTIMOS –NO SIEMPRE RODEADOS DE OTRAS PERSONAS–, DONDE LOS MENORES TENDRÁN RAÍCES QUE LOS HARÁN SENTIRSE INCONDICIONALMENTE AMADOS.




me paqueas”, porque no está instalada esta lógica compartida de que esta es una tarea de todos y que entre todos hacemos que este bote se hunda o llegue a puerto. El estar los padres conminando a los niños a hacer las cosas, los pone en una relación de adversario y se pierde el vínculo correcto con ellos. A mayor control externo menos internalización. Además, se desarrollan personas altamente irresponsables porque no sienten que es su labor. Las cosas les tienen que importar. Lo relevante no es que como padre te resulte el mando, sino que a tu hijo

le importe ser parte de esta cadena de colaboración que es una familia; que entre en la lógica de la reciprocidad y de la responsabilidad, pero eso no va a pasar solo porque es contracultural con todo lo que pasa afuera.

Finalmente, ¿qué otros elementos crees que dificultan estos sellos de calidad familiares?

El mundo del divertimento. Estamos en un mundo muy egoísta, donde todos –jóvenes y adultos– queremos estar pasándolo muy bien siempre. Se nos olvidó que lo que se

echa de menos al final del día son las cosas pequeñas, tomarnos un café juntos, cocinar en familia, estar reunidos. Cuando se pierde a alguien importante y significativo en la vida, uno no se acuerda de los grandes eventos, sino de la cotidianidad. Eso es lo que nos falta: recuperar el valor de estar juntos y verlo como una riqueza. Estar con los hijos, observarlos, sorprenderse de lo que hacen, no dirigirles el tráfico todo el rato y entender que cada uno es distinto; y que cada niño se sienta invitado a existir por ser quien es porque eso es el amor. 



Primeras Misiones Médicas de la UFT: VOCACIÓN Y FE al sur del mundo

Entregar sus conocimientos profesionales de salud a comunidades de la Patagonia, siendo una "Iglesia en salida", motivó a un grupo de universitarios a viajar más de 1.700 kilómetros este verano. ¿El resultado? Una tremenda experiencia, que dejó huella en el alma de cada voluntario y paciente atendido.

MARÍA ELENA MONTORY ST.

Del 2 al 12 de enero de este año, un equipo de 22 personas de la universidad Finis Terrae se desplegaron por la Patagonia chilena en las primeras misiones médicas que realiza esa casa de estudios. Diez días de arduo trabajo, donde –dejando de lado sus vacaciones– estudiantes de Medicina, Kinesiología y Odontología decidieron entregar lo mejor de su juventud: un corazón abierto, sus conocimientos de salud y una fe palpitante, que sabe que el servicio es el mejor testimonio del amor de Dios.

Si bien en esta universidad se habían desarrollado operativos sani-

tarios, así como misiones y trabajos, nunca se había efectuado un voluntariado que uniera la práctica de la fe con prestaciones de salud. La idea surgió de un grupo de estudiantes, que apoyados por la Pastoral de la UFT lograron concretar su anhelo el verano del 2024. Su directora, Angélica Herrera los acompañó a la actividad, junto con un sacerdote y cinco profesores de las tres carreras involucradas.

“Las Misiones Médicas en la Patagonia 2024 consistieron en un programa en el cual prestamos atenciones de nuestras respectivas áreas, procurando potenciar la promoción, prevención y educación,

LOS MOTIVADOS JÓVENES LOGRARON ATENDER A MÁS DE MIL PERSONAS DURANTE SUS MISIONES MÉDICAS. JORNADAS LARGAS Y CANSADORAS QUE, SIN DUDA, DIERON FRUTOS. "...VER LA CARA DE LAS PERSONAS CON LAS QUE COMPARTIMOS PARA AYUDARLOS Y VER EL EFECTO QUE ESTAMPAMOS EN ELLOS ES REALMENTE ÚNICO", SEÑALA NICOLÁS RETAMAL C., 4º AÑO DE MEDICINA.



además de ir en ayuda de comunidades alejadas de centros urbanos”, explica Nicolás Retamal C., de 4º año de Medicina.

Los futuros dentistas hicieron limpiezas dentales y fluoración, junto con dar charlas sobre dieta y caries, así como tabaco y diabetes como factores de riesgo de la enfermedad periodontal. También efectuaron talleres de instrucción de higiene y técnicas de cepillado.

Los estudiantes de Kinesiología tuvieron un enfoque integrativo, con acciones como pruebas de salud metabólica, midiendo nivel de actividad física y evaluaciones posturales. También entregaron bandas elásticas a la comunidad, junto con enseñarles cómo usarlas.

Nicolás y sus compañeros de carrera se abocaron a entregar atenciones primarias, con el objetivo de dar un servicio integral que promueva una buena salud, prevenga complicaciones o enfermedades y eduque sobre los cuidados necesarios. “Eso lo concretamos con chequeos de medicina general, toma de presión y glucosa. Además, dimos charlas sobre hipertensión arterial, diabetes y desmintiendo mitos de enfermedades o tratamientos, como las vacunas”, cuenta.

Los universitarios trabajaron en Balmaceda, donde realizaron atenciones casa a casa y atendieron en la escuela Jose Antolin. Después estuvieron en la ciudad de Coyhaique, donde se instalaron en la plaza a realizar sus atenciones. Además, otros días se trasladaron a localidades más alejadas como Valle Simpson y Villa Ortega a servir a esas comunidades.

Los motivados jóvenes lograron atender a más de mil personas durante sus misiones médicas. Jornadas largas y cansadoras que, sin duda, dieron frutos. “Lo más reconfortante, emocionante e impresionante que me quedó fue la gratitud, los agradecimientos, las ‘recibidas’ que tuvimos. Ver la cara de las personas con las que compartimos para ayudarlos y ver el efecto que estampamos en ellos es realmente único”, describe Nicolás.

“Estas misiones médicas me dieron la oportunidad de poder ejercer mi futura profesión y plasmar lo que he ido aprendiendo durante los años en la carrera junto con compañeros y a la querida doctora Catherina Rodas, quien nos acompañó, guió y enseñó con práctica”, agradece el joven.

“ESTAS MISIONES MÉDICAS HICIERON DE CHISPERO PARA VOLVER A ENCENDER Y AUMENTAR LA FE Y EL AMOR A DIOS MEDIANTE JORNADAS DE FORMACIÓN Y ORACIONES, DONDE PUDIMOS ENCONTRAR UNA RELIGIÓN MÁS DE JEANS Y ZAPATILLAS”, AGREGA NICOLÁS



RELIGIÓN DE JEANS Y ZAPATILLAS

“Mediante nuestras futuras profesiones buscamos enviar las acciones de Cristo, principalmente la solidaridad, la caridad y la beneficencia por medio de una relación con la comunidad para poder ayudarla de la manera más completa posible, no solamente en temas de salud si no que con un sello cristiano, ayudando en la espiritualidad y el acompañamiento de la fe”, reflexiona Nicolás.


Clave fue el rol del padre Ricardo Rocha LC, parte del operativo médico, quien llevó los sacramentos a esas localidades extremas donde no tenían la opción de recibirlos, “sanando espiritualmente a las personas que lo necesitaban” en palabras del estudiante de Medicina.

También fue un apoyo para los jóvenes, quienes tras sus jornadas de trabajo, tenían espacios de oración y reflexión. “Al fin y al cabo, era necesario comentar y bajar lo que vivíamos día a día para que esas vivencias se transformaran en experiencias y aprendizajes”, cuenta Nicolás, quien valora especialmente el contexto de confianza y fraternidad que construyeron entre todos los misioneros, estudiantes y académicos.

“Estas misiones médicas hicieron de chispero para volver a encender y aumentar la fe y el amor a Dios mediante jornadas de formación y oraciones, donde pudimos encontrar una religión más de jeans y zapatillas”, agrega.

SUEÑOS PATAGONES

Los organizadores de este voluntariado anhelan poder seguir desarrollándolo, de modo de dar continuidad al trabajo realizado en su primera versión. Tienen planes de hacer proyectos en conjunto con la Municipalidad de Coyhaique y ya mantienen conversaciones con el Servicio de Salud de Aysén, con el propósito de hacer sinergia para responder más y mejor a las necesidades de esa comunidad, la que al estar más alejada de los grandes centros urbanos requiere con urgencia más presencia médica.

Los jóvenes están evaluando poder seguir entregando atención kinesiológica a los pacientes atendidos, a través de telerehabilitación, para dar continuidad a los tratamientos que lo requieren. Asimismo, planean aumentar la cobertura de sus atenciones, sumando a otras carreras de la Finis Terrae como Enfermería y Nutrición. 

Gonzalo Ilabaca

“BUSCO PINTAR EL MUNDO COMO ME GUSTARÍA QUE FUERA”



OBRA: LA LLEGADA DEL CIRCO RUSO.

En pleno barrio porteño de Playa Ancha, se encuentra la casa del pintor Gonzalo Ilabaca. En ella no solo vive, sino también tiene su taller, un nutrido museo con su trayectoria y una galería llena de cuadros a la venta. Apóstol en Familia tuvo el privilegio de poder visitarla y de conversar con el artista sobre su obra y sus pensamientos.

MARÍA ISABEL IRARRÁZVAL P.

Radicado en el puerto hace más de tres décadas, Gonzalo Ilabaca fue declarado Ciudadano Ilustre de Valparaíso. Su casa tiene ya cien años, y es una de las pocas que quedan de aquella época gloriosa, en

que los inmigrantes europeos construían al puro estilo del antiguo continente. Es una construcción de noble madera, pintada color azulino, que apenas se asoma tras los verdes de un frondoso antejardín.

Como pintor, Gonzalo se declara profundamente autodidacta. A los tres años de ingresar a Medicina, se dio cuenta de que no era lo suyo. Eligió la pintura, pero optó por seguir un aprendizaje distinto al de

la academia. Trazó su propio camino, en base a experiencias de vida y a la huella de aquellos artistas que más admiraba, como Degas, Modigliani, Van Gogh o Gauguin.

Cuéntanos de tus viajes y de tus primeras exposiciones...

Yo nací en Concepción, pero me crié en Santiago. En 1982 vine por primera vez a Valparaíso, tras haber quedado seleccionado para una Bial de Arte. Luego hice con mi familia un viaje a Gerona, España; y a mi regreso, me dediqué un año completo a pintar en la Vega Central de Santiago.

Mi primera exposición fue en el Centro Cultural de Las Condes, con mi trabajo de los años 1983 al 1988; una exposición grande, que ganó el premio de la crítica. El año 1989 lo dediqué a viajar por Chile, entre Arica y Chiloé, y expuse esas pinturas en el Museo de Bellas Artes, gracias a la ayuda de Nemesio Antúnez. La exposición se llamó "Ruta 5" y fue un gran logro para un pintor de treinta años como yo.

En 1990, vine por segunda vez a Valparaíso, y aquí me radiqué, a excepción de un par de viajes más, cada uno por un año: en 1996 a India, Indonesia y el Sudeste asiático; y en 1999 a México y Guatemala.

¿Cómo lo haces para pintar cuando viajas?

Llevo un rollo con telas y un solo bastidor. Retrato al modelo sin fondo, y luego elijo un fondo que no necesariamente corresponde al original, ya que nunca pinto todo tal cual es, sino que busco pintar el mundo como me gustaría que fuera. En general, el elemento que más me interesa retratar en mis cuadros de viaje es la atmósfera. Cada lugar tiene su atmósfera característica; por ejemplo, en México predomina el drama, en la India el juego, y en Valparaíso la nostalgia.

¿Tienes "tu propio paraíso"?

Para mí cada uno tiene que inventarse su propio paraíso, y luego un símbolo que lo proteja. Cuando estuve en la India, vi en las calles esas vacas con joroba, y decidí que –como mi apellido es "llabaca"– ése sería mi símbolo protector. A mi regreso fui al cementerio de Valparaíso, y le pedí a la persona que fabrica lápidas que me esculpiera en piedra esa vaca (señala una gran vaca esculpida, asentada sobre la mesa de una de las salas de su museo). Ella tiene –en vez de un corazón– una flor inexistente, que representa la parte mágica del símbolo. Al estar tallada en un material que seguirá existiendo más allá de mí, la siento como un mensaje al futuro de mi propio paraíso.

¿Buscas permanecer en este mundo a través de tu obra?

La vida en este mundo es efímera, pero el

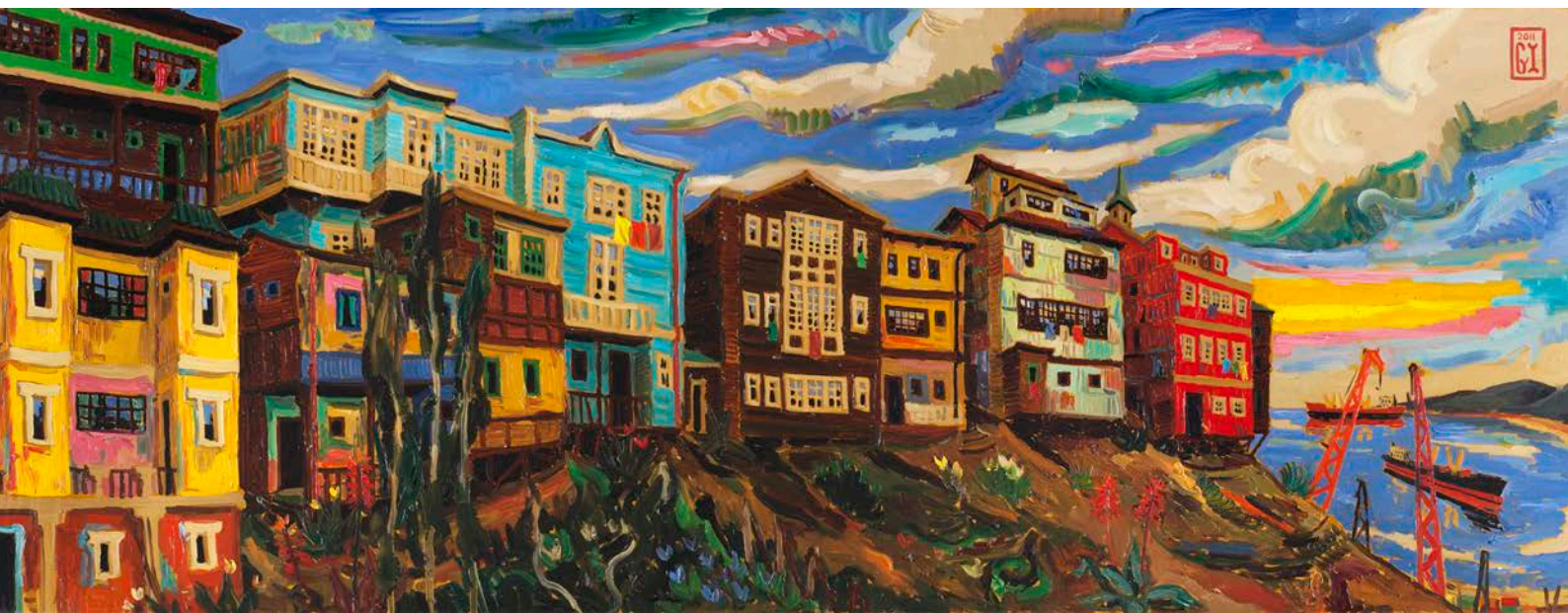
arte tiene que ser eterno. El arte trasciende el tiempo, lo vence; gracias a eso podemos conocer las obras de pintores como Botticelli o Van Gogh. El arte, para ser completo, tiene que tener dos virtudes: la manualidad y el tiempo. Por ejemplo, un mural en cualquier calle de Valparaíso tiene manualidad, pero carece de tiempo, ya que probablemente va a ser borrado en un par de años.

A tu juicio, ¿qué es lo que le otorga "tiempo" a una obra de arte?

La obra de arte es el resultado del viaje interior que realiza el artista. Si aquello que sale de él, producto de su viaje interno, es comprendido y aceptado por la humanidad como algo propio, entonces la obra permanece.

¿Qué es lo más valioso que guardas en tu taller?

Mi caja de colores. El concepto de la caja de colores no ha cambiado en mil años. Todos los cuadros que se han pintado han salido de una como esta (señala la suya, que contiene diversos "volcanes" llenos de color). Es pura manualidad y no necesita ninguna tecnología. Además, esta caja produce confianza. Por ejemplo, si yo llevo una cámara fotográfica y me instalo a sacar fotos de una casa, probablemente su dueño se incomode y se acerque a pedirme que me vaya; en cambio, si me instalo con mi caja de co-



CASERÍO QUEBRADA CARAMPANGUE 2011 (75 X 200 CM).

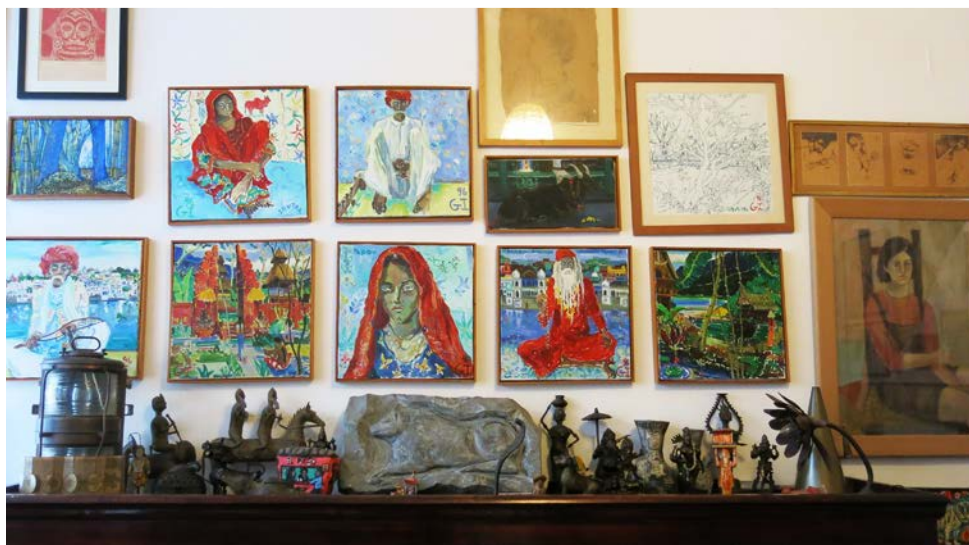


lores a pintarla, es posible que incluso salga a ofrecerme un vaso de agua. Esta caja es una llave que permite abrir puertas.

Hay una serie de cuadros tuyos ambientados en el –ya desaparecido– “Roland Bar” de Valparaíso. ¿Por qué elegiste ese sitio como inspiración?

Era uno de los locales más emblemáticos de la vieja bohemia de Valparaíso. Quedaba entre la Aduana y la Plaza Echaurren. Lamentablemente tuvo que ser destruido el año 1994.

Me gustaba mucho, porque lo que había ahí era pura tradición marinera; en él se respiraba el ambiente propio de una ciudad puerto. Una cosa maravillosa. Cuando se acabó el local, la dueña me regaló las banderas que lo adornaban (señala varias banderas, adosadas al cielo de su casa).



¿Te consideras un pintor nostálgico?

Claro que sí. Mi pintura es una mezcla de lo bello y lo triste. Como pensaba el poeta Jorge Teulier, la nostalgia no es solo nostalgia del pasado, sino también nostalgia del fu-

turo. Un poeta, según él, es el guardián de la imagen. El pintor, pienso yo, es el guardián de los lugares que van a desaparecer.

El pasado 2023, en la Quinta Vergara de

Viña del Mar, hiciste una exposición titulada "Valparaíso para principiantes y moribundos" (publicando un libro con el mismo título). ¿A qué crees que se debe la miseria por la que atraviesa el puerto?

Vivimos en una ciudad puerto donde nadie sabe lo que es una ciudad puerto. ¡Eso es totalmente absurdo, ridículo y surrealista! Si se decidiera hacer un viaje espacial a la luna, los tripulantes de la nave tendrían que saber perfectamente cómo funciona, para poder comandarla y mover las perillas. Las ciudades puerto también tienen ciertas "perillas" que hay que mover.

¿Y cuáles son esas "perillas"?

Valparaíso es capital cultural y legislativa de Chile, primera zona naval, ciudad universitaria, turística y patrimonial. Es el único patrimonio entre el canal de Panamá y Punta Arenas. Con todos esos atributos la ciudad se fue abajo, porque los diferentes sectores involucrados en su desarrollo no han sabido coordinarse entre sí, sino solo defender lo propio.

La actividad portuaria implica reconvertirse cada cierto tiempo. En el siglo XIX, para que Valparaíso comenzara a ser un verdadero puerto, se reconvirtió ganándole dos cuadras al mar. Los inmigrantes europeos de aquel entonces unieron el barrio Almendral con el barrio Puerto, y así lograron tener un plano, una ciudad, donde dieran ganas de vivir e invertir. Se trató de un trabajo titánico; ¡incluso sacaron a los presos de la cárcel para ayudar!

En el siglo XX hubo otra reconversión del puerto, que consistió en darle protección al terreno ganado, porque estaba expuesto al viento, y la actividad portuaria era arriesgada. Había que proteger las aguas portuarias con un molo de abrigo, obra fantástica y titánica también. Urbanística y comercialmente fue necesario.

Sin embargo, entre los siglos XX al XXI se ha omitido una reconversión indispensable. Todas las ciudades portuarias han sacado el puerto del casco histórico, para preser-

var este o para darle un nuevo valor económico a una estructura ya obsoleta (por ejemplo, Puerto Madero en Buenos Aires). En cambio, en el caso de Valparaíso, esto no ha sucedido. Valparaíso postuló a la Unesco como Ciudad Patrimonial, empezaron las concesiones, pero no se logró una misma visión. Por eso hay bodegas y un espacio frente al mar subutilizado, cerrado. Nadie quiere vivir ni invertir en el plan. A la gente se le quema su casa, y se va a tomar unos terrenos arriba; luego el Estado tiene que ir a ponerle luz y agua, mientras el plan está abandonado. ¡Es ridículo!

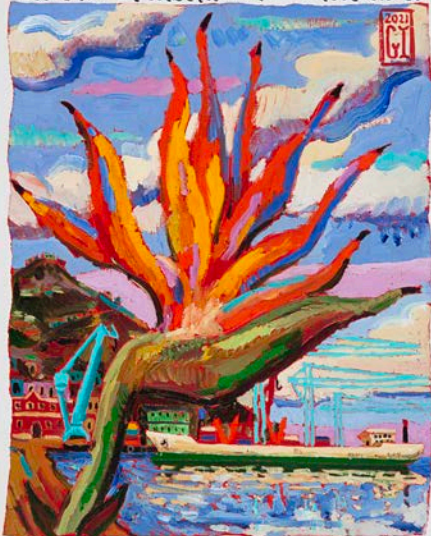
Como siempre digo, el borde de Valparaíso está cerrado "con alambre de púa".

Así como expusiste tu visión de la historia de Valparaíso, a través de elocuentes imágenes acompañadas de texto, ahora guardas en tu galería una serie de imágenes similares, llamadas "El libro del hambre". ¿En qué consiste?

En ellas cuento la historia de la humanidad

I

EN EL PLANETA
TIERRA HAY VIDA PORQUE HAY AGUA
LIQUIDA Y ESA AGUA SE LLAMA MAR. EL
MAR ES LA ENERGÍA VITAL DEL PLANETA,
SU VALOR AGREGADO, Y ESTÁ PRESENTE
EN TODA LA HISTORIA DE LA HUMANIDAD



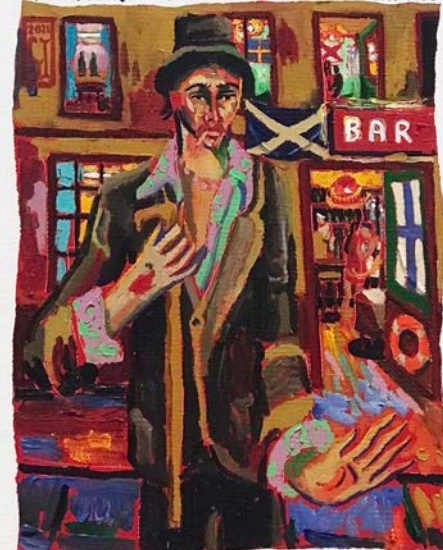
X

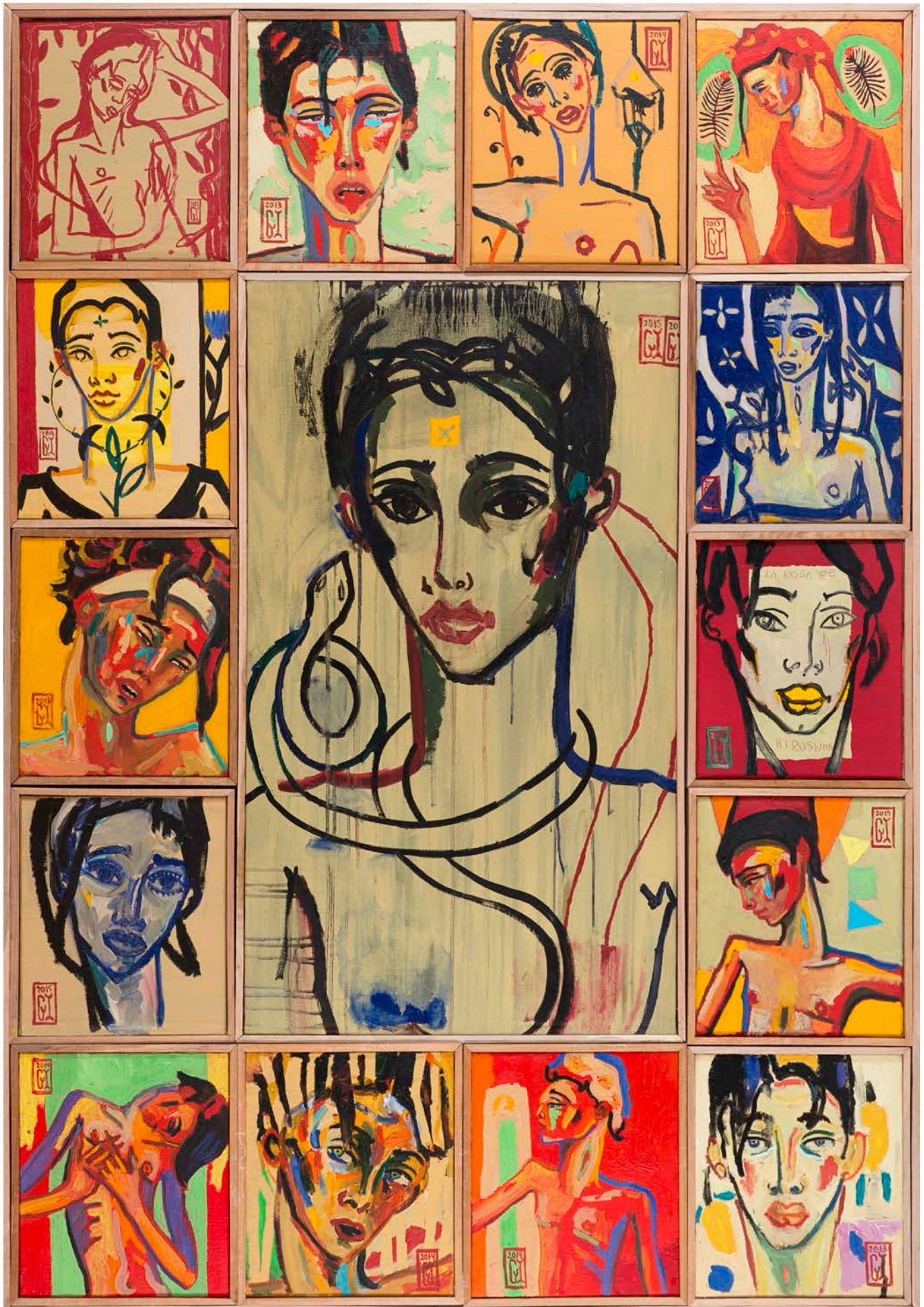
LA REVOLUCIÓN INDUSTRIAL. LA
FIEBRE DEL ORO EN CALIFORNIA, EL SALITRE
EN ATACAMA, LA VICTORIA EN LA GUERRA DEL
PACÍFICO SON EVENTOS EXTERNOS A VALPA-
RAÍSO QUE PERMITIERON QUE LA CALETA
DE PESCADORES DE LA COLONIA SE INTE-
GRARA AL MAR PARA CONVERTIRSE EN
EL IMPERIO DEL PACÍFICO EN EL SXIX



XXIII

EN LOS CERROS
DE VALPARAÍSO SE VIVE EN LA PROVINCIA,
COMO EN UN PUEBLO. EN EL PLAN ESTÁ LA CIU-
DAD. SE PUEDE BAJAR DE LA PROVINCIA A LA CIU-
DAD EN 10 MINUTOS. EN ASCENSOR O A PIE. VAL-
PARAÍSO ES UN MUSEO VIVO. EN SUS VITRINAS CO-
MERCIALES ESTÁ LA HISTORIA DE LA CIUDAD Y EN
SUS MUROS LAS DEMANDAS POPULARES. ASÍ. EN
SUS CALLES, LA CIUDAD ES UN CEREBRO ABIERTO
QUE MUESTRA TODA LA CATARSIS DE SU ABANDONO





OBRA: ADENTRO Y AFUERA 2015.

LA OBRA DE ARTE ES EL RESULTADO DEL VIAJE INTERIOR QUE REALIZA EL ARTISTA. SI AQUELLO QUE SALE DE ÉL, PRODUCTO DE SU VIAJE INTERNO, ES COMPRENDIDO Y ACEPTADO POR LA HUMANIDAD COMO ALGO PROPIO, ENTONCES LA OBRA PERMANECE.



a través del hambre; el hambre de poder, de amar, de sobrevivir, etc. Es una especie de enciclopedia de la humanidad, planteada desde esa perspectiva. En total, son más de doscientos cuadros, todos del mismo formato y con la misma tipografía utilizada anteriormente. Esa tipografía la saqué de México. Allá hay un puerto que se llama Patzcuaro, donde nadie puede poner un letrero, si no está hecho a mano.

¿Cuál es tu "hambre" más básico?

Pintar. Mi espíritu me pide pintar, como el estómago me pide comer. Mientras pinto, no estoy preocupado de otros problemas. Son pocos los elementos que hay para ordenar, y siempre está la posibilidad de una sorpresa, de que aparezca algo inesperado. Con esto yo descanso de la realidad. Aquí no hay realidad, aquí hay juego.

¿Te sientes solo a veces?

No. Lo más solo que podría llegar a sentirme, sería si todo esto no tuviera destino. Esa es la soledad: que un pintor cuando se muera, se muera de verdad. Por eso, a esta casa yo le llamo "Submarino azul de Playa Ancha", porque es un refugio donde estoy rodeado, y que protege mi obra.

¿Te gustaría que esta casa trascendiera en el futuro como museo?

Me gustaría, porque he hecho el trabajo de tener mi obra reunida en este lugar. Pero quién sabe...

Dejar esa tarea a mis hijas, les proporcionaría un enorme problema. Por otra parte, las fundaciones tienden a tergiversarse. Una buena figura podría ser, quizás, la implementada en el Museo Precolombino de Santiago, donde el patrimonio se deja en comodato. Pero habría que ver...

Dicen que todos los 31 de diciembre tienes la tradición de pintar un autorretrato. ¿Por qué?

Es verdad; lo hago desde 1992. Primero fue simplemente para defenderme de la vorágine, que año tras año se forma en Valparaíso para el Año Nuevo. Ese "tener que pasarlo bien" en forma catártica, me producía angustia. Luego, se transformó en algo poético. Así como todos se preguntan cómo estuvo el año que se fue, decidí pintar lo que me pasó a mí ese año. Es una especie de ritual. No busco reflejar ni el paso del tiempo, ni mi estado psicológico. Se trata solo de una especie de recuerdo personal. Por ejemplo, el año en que me declararon Ciudadano Ilustre, me dibujé como un príncipe (sonríe). ☺

NOS INSPIRA UN FUTURO SOSTENIBLE.

En Sigdo Koppers nos mueve una mirada de largo plazo en el desarrollo de nuestros negocios. Buscamos generar valor a nuestros clientes, oportunidades para nuestros colaboradores y las comunidades donde operamos, manteniendo un firme compromiso con la protección del medio ambiente.

Somos Sigdo Koppers, líder global en servicios para la minería e industria.

SK SIGDO KOPPERS S.A.



Monseñor Fernando Chomali Garib, Arzobispo de Santiago:
“EL FUTURO DE LA
SOCIEDAD SE FRAGUA EN
LA FAMILIA”

Tras doce años como Arzobispo de Concepción, fue nombrado por el Papa Francisco como Arzobispo de Santiago. Asumió sus funciones hace apenas cuatro meses, durante una concurrida misa en la Catedral Metropolitana. Con abundantes estudios –Ingeniero Civil por la Pontificia Universidad Católica de Chile, Doctor en Sagrada Teología por la Pontificia Universidad Gregoriana de Roma y Máster en Bioética por el Instituto Juan Pablo II, de la Pontificia Universidad Lateranense, entre otros–, y una prolífica producción de artículos sobre diversas materias, Monseñor Fernando Chomali sorprende por su llaneza en el trato y su preferencia por la cercanía con la gente, en vez de la pompa que podría inspirar su investidura. Hombre de mirada aguda, proclive a la acción, de múltiples intereses, y sobre todo enamorado del rostro de Cristo y de la misión evangelizadora a la que se siente llamado.

MARÍA ISABEL IRARRÁZVAL P.



¿Cómo describiría a su familia?

Los primeros Chomali que llegaron desde Palestina, fueron enviados para evitar que los enrolaran en el ejército otomano. De ahí proviene mi familia. Durante mi niñez viví en un hogar de mucho amor. Mi madre era muy cariñosa, aunque murió joven. Mi padre era un hombre exigente, sobre todo consigo mismo. Para él la vida era una lucha constante. Estudió en la escuela pública de Chépica, luego ingresó a Odontología en la Universidad de Chile, donde más tarde llegaría a ser profesor titular. Muy marcado por la pobreza y por la discriminación. Tenía un espíritu estético exquisito, del que yo aprendí muchísimo. Su anhelo fundamental era que sus hijos fueran "más" que él. Somos cinco hermanos, todos profesionales. Lo que más nos define, diría yo, es ser una familia de trabajo.

¿Cómo fue el despertar de su vocación sacerdotal?

En mí siempre ha habido una especie de tristeza, de melancolía. Mi mamá se quejaba mucho de eso. Ella me preguntaba por qué era así, si lo tenía todo. Pero no se trata de depresión, por el contrario, siempre he sido una persona llena de energía y de proyectos. Es más bien una búsqueda. Solo encontré una respuesta en Jesucristo.

Rilke describía el proceso de enamoramiento como dos creaturas finitas que intentan encontrar en el otro lo infinito; pero eso siempre se va a ahogar en las intenciones, si no se abren a un espacio trascendente. Yo siento que en mi persona hay una búsqueda de

absoluto muy fuerte, y en mi vocación encontré una respuesta contundente. Se me confirmó en el seminario, que fue la época más feliz para mí. Tuve la oportunidad de acceder a un mundo desconocido, a los sectores más pobres que siempre me han llamado la atención, y al estudio de la teología y de la filosofía. Tengo alta estima por el matrimonio, pero siempre sentí que esto era lo mío.

De niño y de joven yo era muy tartamudo, no podía hablar. Cuando postulé al seminario, no me querían dejar por lo mismo, hasta que finalmente me aceptaron. El asunto fue que ¡entré y se me pasó la tartamudez! De hecho, si no lo cuento, nadie lo creería. Yo lo interpreto de la siguiente manera: cuando uno no está contento con lo que hace, con las exigencias que uno tiene, el cuerpo habla. No hay caso. Uno en la vida debe hacer un discernimiento de lo que realmente quiere, y debe coincidir con lo que Dios quiere. Los seres humanos tenemos una vocación.

Muchos celebran su llegada como Arzobispo, entre otras cosas porque en los últimos años percibieron una Iglesia con poca voz en medio de circunstancias que la ameritaban. ¿En qué ámbitos y de qué manera espera usted darle mayor presencia a la Iglesia en Chile?

El lugar de la Iglesia no son los medios de comunicación social primordialmente, sino que los pobres, los enfermos, los desvalidos, y sobre todo la Liturgia, el lugar donde nosotros nos reunimos para celebrar a Jesucristo muerto y resucitado. Por lo tanto, lo que yo



pretendo es hacer lo que nos dice Jesucristo, que es anunciarlo a Él, evangelizar, traer una Buena Nueva a una sociedad que ha perdido la esperanza, y eso no se hace con estrategia de marketing. Eso se hace con un testimonio de todos los católicos, y evidentemente ahí tengo una gran responsabilidad.

Yo espero que la Iglesia sea luz para iluminar a las personas, para iluminar al país, y esa luz viene de Jesucristo, nuestro Señor. Por lo tanto, lo que yo espero es ser un Obispo capaz de mostrar el rostro de Jesucristo, para que crean primeramente en Él, y creyendo lo amen, amándolo lo sigan, y siguiéndolo tengan la vida plena, la alegría plena que Él nos ofrece.

¿Cómo ve el problema de la violencia en el país, sus causas y posibles soluciones?

Estamos inmersos en un clima de mucha violencia verbal, psicológica y física. Las causas son muy profundas. En mi opinión, la sociedad no ha hecho un esfuerzo grande por trabajar por la justicia. La justicia es el nuevo nombre de la paz.

¿Cuál es la razón más profunda? Un individualismo que ha penetrado toda la sociedad, donde el bien común se entiende equivocadamente como la suma de los bienes individuales. El bien común no es la suma de los bienes individuales, sino que es un proyecto que nos involucra a todos, donde reconocemos que cada acción nuestra repercute en los demás. Y ¿cuál es la causa última de eso? El olvido de Dios.

El Concilio Vaticano II dice que por el olvido de Dios la creatura se oscurece. Estamos en un momento de oscuridad, y por eso el mejor servicio que le podemos prestar a la sociedad es anunciar a Jesucristo, que es Camino, Verdad y Vida. Él nos ilumina en nuestra vida y nos hace descubrir que nuestra vocación está en servir a los demás.

¿Cuál es el verdadero significado de las palabras “dignidad” y “derechos humanos”?

Dignidad significa –en definitiva– alguien, no algo. Dignidad implica una realidad que no tiene precio, sino que tiene valor. Y justamente el oscurecimiento de la dignidad del ser humano ha hecho que el respeto a la vida como un elemento fundante de la sociedad esté profundamente cuestionado.

Cuando la Iglesia habla de la dignidad del ser humano, está haciendo referencia a Dios como el Creador, a Dios como Aquel que entrega la vida por cada uno de nosotros, y por lo tanto cuando hablamos de “derechos humanos” estamos diciendo que hay valores pre-políticos, pre-éticos, que están en la naturaleza del ser humano, que son anteriores al Estado, y que deben ser celosamente custodiados.

¿Cuáles son esos derechos humanos? En primer lugar, el derecho a que se le respete la vida a cada ser humano, desde el momento de la fecundación hasta la muerte natural. ¿Qué otro derecho es humano? El derecho a formar una familia, el derecho a educar a los hijos, el derecho a emprender, a trabajar, a tener seguridad. Y el Es-

tado está llamado a respetar y a defender esos derechos humanos.

Sobre aborto y eutanasia: ¿cuáles son los principales motivos por los que la Iglesia no los aprueba, y qué razones existen para disuadir a quienes no tienen fe?

Detrás de un embarazo, detrás de un enfermo terminal, puede haber un drama. Eso es evidente. El tema es cómo se soluciona el drama. Algunas personas piensan que ese drama, que puede ser de múltiples factores, se soluciona terminando con la vida de un ser humano inocente, y eso la Iglesia no lo puede permitir, porque es un acto de violencia contra un inocente. Por lo tanto, la Iglesia siempre, y bajo toda circunstancia, va a estar en contra del aborto procurado.

El aborto nunca va a ser “terapéutico”. Nunca podrá ser considerado como una terapia el terminar con la vida humana de un inocente. El inicio de la vida y el fin de la vida son los momentos de mayor fragilidad de un ser humano, y el talante de una sociedad se mide en la capacidad que tiene de custodiarlo y de cuidarlo.

Una mujer que tiene un embarazo complejo, cuando es acompañada psicológica, médica, económica, familiar y espiritualmente, lo último que piensa es en un aborto. La solicitud de aborto es por lo general producto de la desesperación. Por eso es que la Iglesia tiene una serie de fundaciones, que ayudan a la mujer a sacar adelante su embarazo.

Lo mismo pasa con la eutanasia. A una persona en sus últimos tiempos de vida, cuando se siente querido y acompañado, jamás se le va a ocurrir terminar con su vida. Muchas veces es una solicitud que surge de la soledad y del abandono, y de una sociedad tecnocrática, que le ve sentido a la vida solamente cuando es capaz de procurar placer o gozo. Pero la vida tiene sentido cuando somos capaces de amar y de ser amados, y eso se da siempre, incluso cuando estamos enfermos.

¿Por qué hay tanto interés en destruir a la familia?

En este momento, estamos en un dilema cultural muy profundo. Algunos –como en mi caso– sostenemos que existe una naturaleza humana, que es anterior a la percepción que yo tengo de ella, es decir una realidad objetiva, que a mí me corresponde reconocer, y que hay una ley moral natural, que es anterior a lo que yo pienso o creo.

Pero hay otra postura, que dice que es el emerger de la subjetividad del individuo el termómetro para medir la bondad o la maldad de una acción. Es decir, si yo lo pienso y si me gusta, de por sí es bueno. Eso ha traído una serie de complicaciones, que tienen que ver con una percepción de la persona, que se distancia de lo que significa la comunidad y particularmente la familia. Para este tipo de mentalidad, la familia y el matrimonio no se entienden como una vocación, sino como una posibilidad más entre muchas para ser feliz; y ese matrimonio se sustenta en la medida en que me hace feliz. Si no, lo desecho.

Por lo tanto, tenemos que fortalecer la familia. Lo más interesante

es que si uno le pregunta a un joven, a un adulto, o a quién sea, él le va a decir que lo que más valora es la familia, y lo que más le duele es justamente la destrucción de la misma. Nosotros tenemos que apelar a ese querer profundo, inscrito en la naturaleza humana de formar una familia, de abrirse a la vida y de educar a los hijos.

¿Cuál es el principal problema de los jóvenes hoy, y cómo se refleja en el terreno de la fe?

El principal problema de los jóvenes, en mi opinión, es la soledad. Están siendo volcados desde la más tierna infancia a una competencia que no les permite ser ellos mismos, sacar sus habilidades, sus destrezas, y los dones que ellos tienen. Todo atenta contra la posibilidad de que los jóvenes tengan un encuentro con Dios.

Por otro lado, están más solos porque las familias, por distintas circunstancias, son más pequeñas, y por lo tanto la socialización de los pequeños y de los jóvenes se hace cada vez más difícil. Muchos son los niños y los jóvenes que llegan a su casa solos, que comen solos, que juegan solos y que están atrapados en los medios electrónicos. Ellos, sin lugar a dudas, nos llevan a cuestionar el tipo de sociedad que estamos viviendo, sobre todo en Occidente.

Creo firmemente que el futuro de la sociedad se fragua en la familia, el futuro de la Iglesia se fragua en la familia, y tenemos que fortalecer con mucha más fuerza la vocación a la santidad que significa el matrimonio, que por lo demás, va a ser la fuente de vocaciones sacerdotales y religiosas que tanto necesitamos.

Además de sacerdote, usted es pintor y dramaturgo. ¿Cree que la belleza acerca a Dios?

Tengo una fuerte inclinación por la belleza, que heredé de mi padre. Específicamente, todo lo que es armonía siempre ha suscitado en mí un interés muy profundo, en el ámbito de la pintura, de la fotografía, de las letras, de la música, y por supuesto del teatro. Y esta habilidad que Dios me ha regalado, yo la vuelco a la actividad evangelizadora, porque creo firmemente que tenemos que buscar nuevos métodos y formas de llegar con el Evangelio de Jesucristo. Desde ese punto de vista, pienso que la belleza es un camino maravilloso para encontrarse con Dios. La belleza puede generar las primeras preguntas existenciales acerca del sentido de la vida, y sobre todo el estupor que significa encontrarse con la creación de Otro. No soy un buen artista, pero lo que tengo lo ofrezco con



mucha sencillez, como una contribución que hago a la sociedad. No tengo más pretensión que esa.

¿Qué opina del culto a lo feo o “feísmo”, que se manifiesta en nuestra sociedad?

Pienso que uno de los procesos más tristes que estamos viviendo en Chile, es el de una vulgarización acelerada. En primer lugar, en el ámbito del lenguaje. El español es una lengua maravillosa; basta leer a los grandes escritores que se han expresado a través de ella. Lamentablemente en Chile el lenguaje se ha empobrecido muchísimo.

También se ha vulgarizado la ciudad como lugar de encuentro. Tengo un libro de poemas que se llama “Desde la plaza del alma”, justamente haciendo alusión a la plaza, como lugar donde todos buscan algo que los haga más felices; en contraste con aquellas plazas que hoy han sido vandalizadas.

Lo feo es una manera de rebelarse. En Chile andan todos preocupados por el fenómeno, pero nadie piensa en el fundamento. Creo que una de las lecturas básicas de la Iglesia es pasar del fenómeno al fundamento. Lo cierto es que hemos dejado a personas en el camino. Hemos sido muy autocomplacientes con los logros, pero hay un grupo que ha quedado solo y desprovisto, ante escándalos que han hecho mucho daño, como los que han ocurrido dentro de la Iglesia, pero también en las Fuerzas Armadas, en el mundo empresarial y en el político. Basta que sea uno, para que la moral total se vea caída, porque la gente espera más de los otros.

¿Qué cambios ha implementado la Iglesia, para impedir que vuelvan a repetirse escándalos como los sucedidos?

Una de las principales causas de los escándalos fue que muchas personas ingresaron al seminario, no debiendo haber ingresado. No hubo proceso de selección adecuado, ni un seguimiento adecuado. Lamento mucho que personas que tenían esas desviaciones no fueran honestas. Pasó también que cuando hubo denuncias, se hizo una defensa corporativa por parte de quienes se suponía que eran santos, pero no lo eran.

Hoy toda denuncia se sigue, hay protocolos y lugares donde hacerlas. El abuso es abuso, no hay espacio dentro de la Iglesia para él. Ha sido triste y doloroso, pero estamos absolutamente comprometidos en que esto cambie radicalmente. Por otra parte, hay procesos de reparación, estamos acercándonos a las víctimas.

¿Cuál es el principal logro que a usted le gustaría alcanzar como Arzobispo de Santiago?

Lo primero es que más personas conozcan a Jesucristo y se enamoren de Él. Que los católicos perciban que Él es quien ilumina sus vidas, que la vida completa se estructura según los criterios del amor, la caridad y el compartir. Conociendo a Jesucristo, viene todo lo demás: una sociedad más fraterna, más justa, y donde nos reconozcamos como hermanos. Por lo tanto, mi único interés es anunciarlo a Él, y me sumo a las palabras de San Pablo: “Ay de mí, si no evangelizara”. Creo que las comunidades vivas, los colegios y las universidades que giren en torno a Él como su centro, van a dar frutos abundantes. ☪

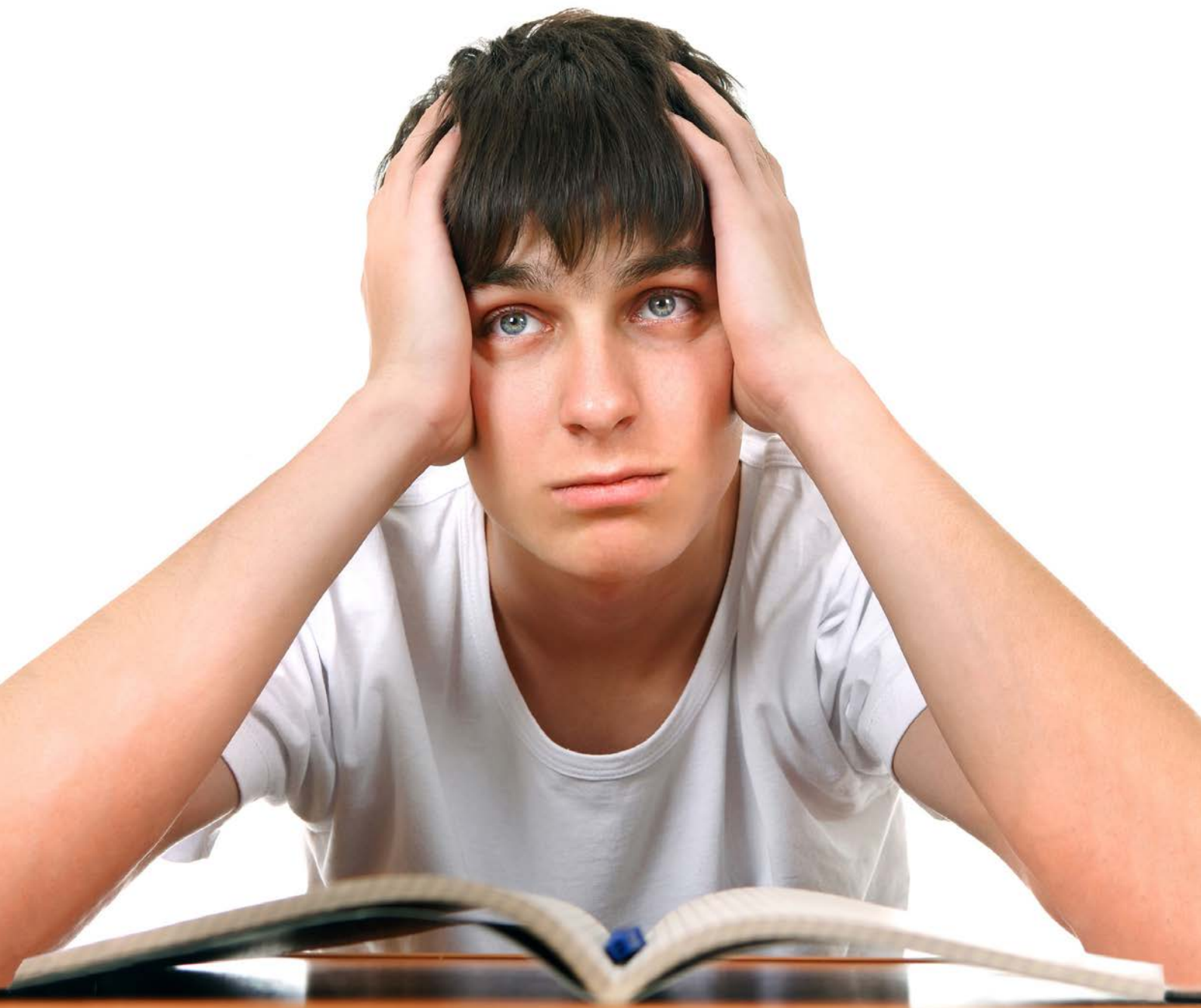


ORGANIZACIÓN

La clave para desarrollar hábitos de estudio

Acompañar a los hijos en la planificación de su trabajo escolar es la recomendación de los expertos, para que ellos puedan aprender a organizar su tiempo y establecer rutinas saludables que les permitan destinar momentos al estudio, deporte y tiempo libre.

M. ELENA MONTORY ST.



Según cifras de EducomLab, el 75% de los estudiantes de secundaria presentan sentimientos negativos frente a los estudios. ¿Cómo podemos nosotros ayudar a revertir esta cifra? Un paso es aprender a aprovechar el tiempo dedicado a tareas y pruebas de la mejor manera. Como dijo Einstein, necesitamos solo 1% de talento, y 99% de trabajo, ¡así que manos a la obra!

¿Qué rol les cabe a mamás y papás en esta ecuación? Los invitamos a conversar con sus hijos en estas primeras semanas del año escolar y en conjunto llegar a acuerdos, que les ayudarán a enfrentar de mejor manera los desafíos que les presenta el colegio.

Conversamos con la psicóloga Bernardita Duarte, quien trabaja en el Colegio San Miguel Arcángel y también atiende en su consulta particular (bernardita.duarte@gmail.com), quien nos orienta como padres en las estrategias para guiar a nuestros niños.

¿Qué aconsejas a mamás y papás para motivar los hábitos de estudio en sus hijos al comenzar el año escolar?

Es importante generar rutinas que contemplen tiempos de estudio, es decir, incorporar en la planificación semanal un espacio en las tardes dedicados a la realización de tareas, trabajos, preparación de evaluaciones, chequear lo revisado en las clases o simplemente hacer la mochila para el día siguiente.

Se sugiere a los padres construir junto a los niños un horario realista, con el cual puedan comprometerse y les haga sentido. En los pequeños el tiempo sugerido es de 20 a 30 minutos, mientras para los mayores, de 40 minutos a una hora. Esto sin duda favorece el desempeño, dado que permite resolver dudas con anticipación, distribuir mejor los tiempos y evitar sobrecargas de última hora. Es la repetición de ciertas conductas lo que permite consolidar los hábitos, en esto los padres tienen el rol de la supervisión y cumplimiento de estos compromisos.

¿Cómo enfrentarlo de manera que los niños lo vean como un apoyo y no un control que sientan negativo?

Una recomendación es invitar a los hijos a participar en la planificación de rutinas,

dibujar un horario con colores llamativos y ubicarlo en un lugar visible de la pieza. Es importante que lo establecido en dicha planificación les haga sentido y no lo experimenten como algo impuesto por los padres. Lo otro es incorporar horas no solo dedicadas al "estudio", si no también al deporte, recreación y tiempo de descanso.

¿Sirven los "premios" y "castigos" para reforzar hábitos de estudio?

Evitaría los castigos. Recordemos que instalar hábitos lleva tiempo y paciencia, como sugerencia diría partir con tareas simples como revisar la libreta de comunicaciones y preparar la mochila para el día siguiente. Con niños más pequeños podría funcionar un panel con el listado de actividades de la tarde e ir tickeando en la medida que se cumplen. Al final de cada semana podrían obtener algún "privilegio" como elegir un rico postre o seleccionar una película para ver juntos el fin de semana, si han alcanzado la meta esperada.

Una manera de reforzar los hábitos de estudio en los más grandes es mostrar las ventajas que tienen y su impacto en el desempeño académico a largo plazo. Asimismo, conviene señalar las consecuencias negativas que puede tener no incluir rutinas en la planificación semanal: acumular contenidos, sobrecargas, dejar de hacer cosas de su interés para estudiar a última hora, quedarse con dudas sin resolver, etc.

En el caso de los jóvenes de Enseñanza Media, ¿cómo se puede manejar el ir dándoles más libertad versus supervisarlos en materias escolares?

Los niños van adquiriendo autonomía de manera progresiva y es importante que los padres den espacio para que sus hijos tomen sus propias decisiones en materia escolar y se hagan cargo de las consecuencias que tienen sus actos. Podrán leer el libro de lectura complementaria en dos semanas o dejarlo para el último día. Como en todo aprendizaje, los padres pueden acompañarlos en el comienzo, soltarlos para que practiquen y luego estar disponibles si se caen, para orientarlos a hacerlo mejor la próxima vez.

De todas maneras, es importante considerar



BERNARDITA DUARTE
Psicóloga del colegio San Miguel Arcángel.

las necesidades particulares de cada niño o adolescente. Algunos pueden requerir del apoyo permanente de un adulto que los guíe y conduzca.

LOS TIPS DE EDUCOMLAB

EducomLab lo conforma un grupo de investigadores del área de la educación, psicología y comunicaciones, que a través de su Programa de Alfabetización Digital Escolar busca potenciar el uso positivo de las tecnologías en estudiantes.

Para generar hábitos de estudio en la casa, estos son los consejos de sus expertos:

- ◆ Para estudiar es más efectivo hacerlo con el cuaderno y los apuntes que utilizar solo videos.
- ◆ Al hacer trabajos o estudiar es mejor elegir el computador que el celular.
- ◆ El lugar para estudiar debe ser cómodo, ordenado, iluminado y con aire.
- ◆ Elige dejar en otro lugar el celular mientras estudias o bien desactivar notificaciones.
- ◆ Al estudiar escucha solo música instrumental (sin letra) y bajo volumen.
- ◆ Ocupa un calendario a la vista para organizar tus días.
- ◆ Haz una lista de las actividades diarias, destinando tiempo a deberes y tiempo a descansos y entretención. Estudiar por períodos máximos de 45 minutos.
- ◆ Frente a pruebas difíciles no sirve estudiar solo el último día, planifica tu semana considerando el temario, el material de la clase, y el tiempo que necesitas, por lo menos dos días. ☺

Fiducia Supplicans:

“Se mantiene firme en la doctrina tradicional de la Iglesia sobre el matrimonio, no permitiendo ningún tipo de rito litúrgico o bendición similar a un rito litúrgico que pueda causar confusión”



Sin duda la Declaración Fiducia supplicans sobre el sentido pastoral de las bendiciones –donde se abre a la bendición de parejas en situaciones irregulares y a parejas del mismo sexo– que promulgó el Dicasterio para la Doctrina de la Fe con la firma del papa Francisco, ha causado gran polémica y división al interior de la Iglesia. Y ha dado para muchas reflexiones. Algunos obispos se han manifestado a favor de esta y otros en contra, con la consecuencia práctica de que los primeros la aplicarán en sus diócesis, mientras que los segundos no. Ha sido tanto el revuelo que ha provocado, que la Iglesia ha tenido que salir en varias oportunidades a través del Papa y del Prefecto de dicho Dicasterio, el cardenal Víctor Manuel Fernández, a aclarar algunos conceptos emitidos en el documento. Presentamos un resumen de este.

SELECCIÓN DE TEXTOS: M. MAGDALENA RÍOS C.

PRESENTACIÓN

(...) Como en la ya citada respuesta del Santo Padre a los Dubia de dos Cardenales, la presente Declaración se mantiene firme en la doctrina tradicional de la Iglesia sobre el matrimonio, no permitiendo ningún tipo de rito litúrgico o bendición similar a un rito litúrgico que pueda causar confusión. No obstante, el valor de este documento es ofrecer una contribución específica e innovadora al significado pastoral de las bendiciones, que permite ampliar y enriquecer la comprensión clásica de las bendiciones estrechamente vinculada a una perspectiva litúrgica. (...)

Y es precisamente en este contexto en el que se puede entender la posibilidad de bendecir a las parejas en situaciones irregulares y a las parejas del mismo sexo, sin convalidar oficialmente su status ni alterar en modo alguno la enseñanza perenne de la Iglesia sobre el Matrimonio.

I. LA BENDICIÓN EN EL SACRAMENTO DEL MATRIMONIO

Se trata de evitar que “se reconoce como matrimonio algo que no lo es”. Por lo tanto son inadmisibles ritos y oraciones que puedan crear confusión entre lo que es constitutivo del matrimonio, como “unión exclusiva, estable e indisoluble entre un varón y una mujer, naturalmente abierta a engendrar hijos”, y lo que lo contradice. Esta convicción está fundada sobre la perenne doctrina católica del matrimonio. Solo en este contexto las relaciones sexuales encuentran su sentido natural, adecuado y plenamente humano. La doctrina de la Iglesia sobre este punto se mantiene firme.

Esta es también la comprensión del matrimonio ofrecida por el Evangelio. Por este motivo, a propósito de las bendiciones, la Iglesia tiene el derecho y el deber de evitar cualquier tipo de rito que pueda contradecir esta convicción o llevar a cualquier confusión. Tal es también el sentido del Responsum de la entonces Congregación para la Doctrina de la Fe donde se afirma que la Iglesia no tiene el poder de impartir la bendición a uniones entre personas del mismo sexo.

(...) Esto nos permite evidenciar mejor el riesgo de confundir una bendición, dada a cualquier otra unión, con el rito propio del sacramento del matrimonio.

II. EL SENTIDO DE LAS DISTINTAS BENDICIONES

Por otra parte, la respuesta del Santo Padre, anteriormente mencionada, nos invita a hacer el esfuerzo de ampliar y enriquecer el sentido de las bendiciones, que pueden considerarse entre los sacramentales más difundidos y en continua evolución. (...) Por este motivo, las bendiciones tienen por destinatarios las personas, los objetos de culto y de devoción, las imágenes sagradas, los lugares de vida, de trabajo y de sufrimiento, los frutos de la tierra y del trabajo humano, y todas las realidades creadas que remiten al Creador y que, con su belleza, lo alaban y bendicen.



VATICAN MEDIA - ARZOBISPADO DE LA PLATA

EL SENTIDO LITÚRGICO DE LOS RITOS DE BENDICIÓN

Desde un punto de vista estrictamente litúrgico, la bendición requiere que aquello que se bendice sea conforme a la voluntad de Dios manifestada en las enseñanzas de la Iglesia.

Las bendiciones se celebran, de hecho, en virtud de la fe y se ordenan a la alabanza de Dios y al provecho espiritual de su pueblo. (...) Esta es una comprensión litúrgica de las bendiciones, en cuanto se convierten en ritos propuestos oficialmente por la Iglesia.

Basándose en estas consideraciones, la Nota explicativa del citado Responsum de la entonces Congregación para la Doctrina de la Fe recuerda que cuando, con un rito litúrgico adecuado, se invoca una bendición sobre algunas relaciones humanas, lo que se bendice debe poder corresponder a los designios de Dios inscritos en la Creación y plenamente revelados por Cristo el Señor. Por ello, dado que la Iglesia siempre ha considerado moralmente lícitas sólo las relaciones sexuales que se viven dentro del matrimonio, no tiene potestad para conferir su bendición litúrgica cuando ésta, de alguna manera, puede ofrecer una forma de legitimidad moral a una unión que presume de ser un matrimonio o a una práctica sexual extramatrimonial. (...)

Se debe también evitar el riesgo de reducir el sentido de las bendiciones solo a este punto de vista, porque nos llevaría a pretender, para una simple bendición, las mismas condiciones morales que se piden para la recepción de los sacramentos. Este riesgo exige que se amplíe más esta perspectiva. De hecho, existe el peligro que un gesto pastoral, tan querido y difundido, se someta a demasiados requisitos morales previos que, bajo la pretensión de control, podrían eclipsar la fuerza incondicional del amor de Dios en la que se basa el gesto de la bendición.

En su misterio de amor, a través de Cristo, Dios comunica a su Iglesia el poder de bendecir. Concedida por Dios al ser humano y otorgada por estos al prójimo, la bendición se transforma en inclusión, solidaridad y pacificación. Es un mensaje positivo de consuelo, atención y aliento. La bendición expresa el abrazo misericordioso

de Dios y la maternidad de la Iglesia que invita al fiel a tener los mismos sentimientos de Dios hacia sus propios hermanos y hermanas.

UNA COMPRENSIÓN TEOLÓGICO-PASTORAL DE LAS BENDICIONES

Quien pide una bendición se muestra necesitado de la presencia salvífica de Dios en su historia, y quien pide una bendición a la Iglesia reconoce a esta última como sacramento de la salvación que Dios ofrece.

(...) Esta petición debe ser, en todos los sentidos, valorada, acompañada y recibida con gratitud. Las personas que vienen espontáneamente a pedir una bendición muestran con esta petición su sincera apertura a la trascendencia, la confianza de su corazón que no se fía solo de sus propias fuerzas, su necesidad de Dios.

(...) Por lo tanto, cuando las personas invocan una bendición no se debería someter a un análisis moral exhaustivo como condición previa para poderla conferir.

(...) Existen diversas ocasiones en las cuales las personas se acercan espontáneamente a pedir una bendición, tanto en las peregrinaciones, en los santuarios y también en la calle cuando se encuentran con un sacerdote. (...) Tales bendiciones se dirigen a todos, ninguno puede ser excluido.

Desde la perspectiva de la dimensión ascendente, cuando se toma conciencia de los dones del Señor y de su amor incondicional, incluso en situaciones de pecado, sobre todo cuando se escucha una oración, el corazón creyente eleva su alabanza y bendición a Dios. Esta forma de bendición no se impide a nadie. Todos –individualmente o en unión con otros– pueden elevar a Dios su alabanza y su gratitud.

Pero el sentido popular de las bendiciones incluye también el valor de la bendición descendente. Si “no es conveniente que una Diócesis, una Conferencia Episcopal o cualquier otra estructura eclesial habiliten constantemente y de modo oficial procedimientos o ritos para todo tipo de asuntos”, la prudencia y la sabiduría pastoral pueden sugerir que, evitando formas graves de escándalo o confusión entre los fieles, el ministro ordenado se una a la oración de aquellas personas que, aunque estén en una unión que en modo alguno puede parangonarse al matrimonio, desean encomendarse al Señor y a su misericordia, invocar su ayuda, dejarse guiar hacia una mayor comprensión de su designio de amor y de vida.

III. LAS BENDICIONES DE PAREJAS EN SITUACIONES IRREGULARES Y DE PAREJAS DEL MISMO SEXO

En el horizonte aquí delineado se coloca la posibilidad de bendiciones de parejas en situaciones irregulares y de parejas del mismo sexo, cuya forma no debe encontrar ninguna fijación ritual por parte de las autoridades eclesásticas, para no producir confusión con la bendición propia del sacramento del matrimonio. En estos casos, se imparte una bendición que no solo tiene un valor ascendente,

sino que es también la invocación de una bendición descendente del mismo Dios sobre aquellos que, reconociéndose desamparados y necesitados de su ayuda, no pretenden la legitimidad de su propio status, sino que ruegan que todo lo que hay de verdadero, bueno y humanamente válido en sus vidas y relaciones, sea investido, santificado y elevado por la presencia del Espíritu Santo. (...)

Es esta una bendición que, aunque no se incluya en un rito litúrgico, une la oración de intercesión a la invocación de ayuda de Dios de aquellos que se dirigen humildemente a Él. ¡Dios no aleja nunca al que se acerca a Él! Al fin y al cabo, la bendición ofrece a las personas un medio para acrecentar su confianza en Dios. La petición de una bendición expresa y alimenta la apertura a la trascendencia, la piedad y la cercanía a Dios en mil circunstancias concretas de la vida, y esto no es poca cosa en el mundo en el que vivimos. (...)

La misma liturgia de la Iglesia nos invita a esta actitud confiada, también en medio de nuestros pecados, falta de méritos, debilidades y confusiones (...). Cuantas veces, de hecho, a través de una simple bendición del pastor, que en este gesto no pretende sancionar ni legitimar nada, las personas pueden experimentar la cercanía del Padre que desborda “los méritos y deseos”.

(...) Por esta razón, no se debe ni promover ni prever un ritual para las bendiciones de parejas en una situación irregular, pero no se debe tampoco impedir o prohibir la cercanía de la Iglesia a cada situación en la que se pida la ayuda de Dios a través de una simple bendición. (...)

De todos modos, precisamente para evitar cualquier forma de confusión o de escándalo, cuando la oración de bendición la solicite una pareja en situación irregular, aunque se confiara al margen de los ritos previstos por los libros litúrgicos, esta bendición nunca se realizará al mismo tiempo que los ritos civiles de unión, ni tampoco en conexión con ellos. Ni siquiera con las vestimentas, gestos o palabras propias de un matrimonio. Esto mismo se aplica cuando la bendición es solicitada por una pareja del mismo sexo.

IV. LA IGLESIA ES EL SACRAMENTO DEL AMOR INFINITO DE DIOS

Teniendo en cuenta todo lo afirmado anteriormente, siguiendo la enseñanza autorizada del Santo Padre Francisco, este Dicasterio quiere finalmente recordar que esta es la raíz de la mansedumbre cristiana, la capacidad de sentirse bendecidos y la capacidad de bendecir (...). Este mundo necesita bendición y nosotros podemos dar la bendición y recibir la bendición. (...) De este modo, cada hermano y hermana podrán sentirse en la Iglesia siempre peregrinos, siempre suplicantes, siempre amados y, a pesar de todo, siempre bendecidos. ☪

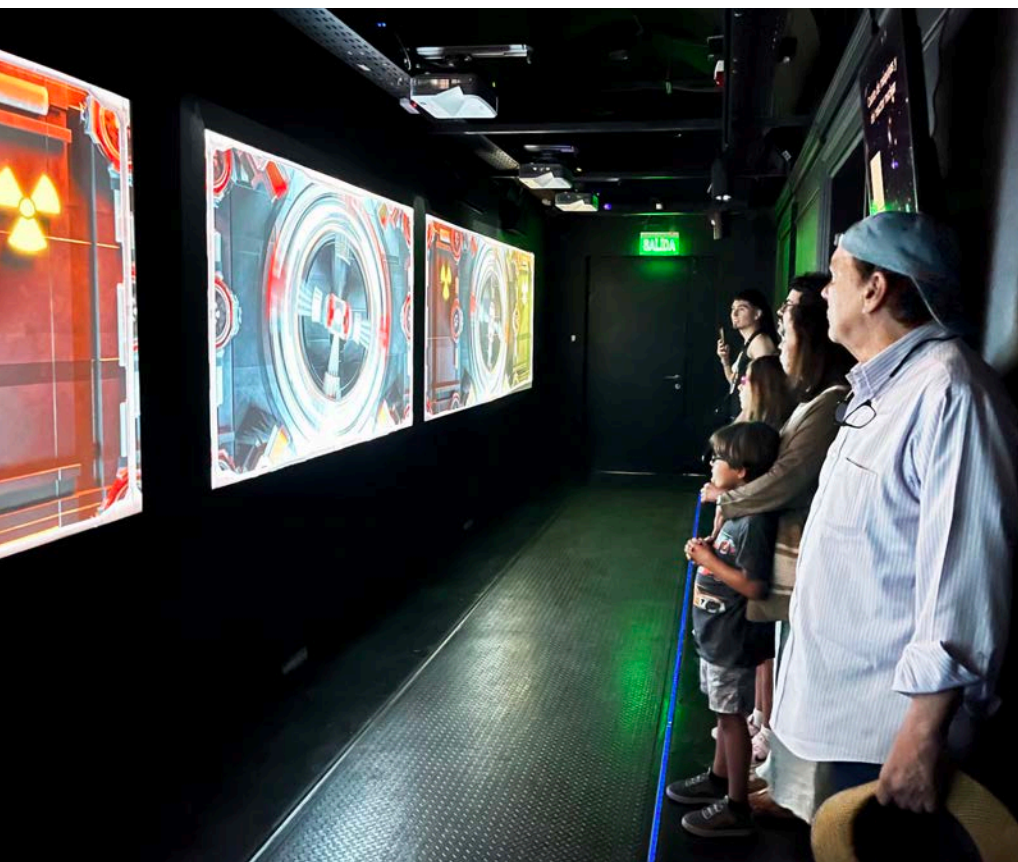
TEXTO COMPLETO (18/12/23): [HTTPS://WWW.VATICAN.VA/ROMAN_CURIA/CONGREGATIONS/CFAITH/DOCUMENTS/RC_DDF_DOC_20231218_FIDUCIA-SUPPLICANS_SP.HTML](https://www.vatican.va/roman_curia/congregations/cfaith/documents/rc_ddf_doc_20231218_fiducia-supplicans_sp.html)
 NOTA PARA AYUDAR A CLARIFICAR FIDUCIA SUPPLICANS (4/01/24): [HTTPS://WWW.VATICAN.VA/ROMAN_CURIA/CONGREGATIONS/CFAITH/DOCUMENTS/RC_DDF_DOC_20240104_COMUNICATO-FIDUCIA-SUPPLICANS_SP.HTML](https://www.vatican.va/roman_curia/congregations/cfaith/documents/rc_ddf_doc_20240104_comunicato-fiducia-supplicans_sp.html)

Museo Interactivo Las Condes (MUI)

UNA EXPERIENCIA DE OTRO PLANETA

El MUI está destinado a ofrecer una experiencia audiovisual e interactiva enfocada en la ciencia y el espacio. Ubicado en una tradicional casona de Las Condes completamente restaurada, su propuesta lúdica-educativa se basa en avanzados sistemas audiovisuales y recursos multimedia que generan una vivencia única.

JORGE VELASCO C.



Una entretenida experiencia audiovisual a través de plataformas y dispositivos basados en la tecnología multimedia y la interactividad. Eso es lo que ofrece principalmente el Museo Interactivo Las Condes (MUI) a los visitantes que se aventuran entre las paredes de la ex Casona Barros en el Barrio El Golf, construida entre 1943 y 1945, y que a partir de 2012 fue restaurada por la Municipalidad de Las Condes para acoger este proyecto educativo y cultural.

A partir de estos elementos, el MUI presenta juegos, puestas en escena y exhibiciones orientadas a toda la familia, las cuales son

complementados con actividades y talleres a lo largo del año, como es el caso de "Pixel Líquido", una presentación digital e interactiva disponible hasta marzo.

El primer piso acapara "Una Mirada al Universo: Historia que se Escribe desde Chile", un viaje al espacio guiado por el Profesor Picarte y realizado a través de la nave espacial Yakana, que lleva al visitante por diversas galaxias, explicándole misterios como las estrellas y los agujeros negros. En el segundo nivel, en tanto, hay una sala interactiva con juegos enfocada en la historia y en la ciencia, donde



EL MUI PRESENTA JUEGOS, PUESTAS EN ESCENA Y EXHIBICIONES ORIENTADAS A TODA LA FAMILIA, LAS CUALES SON COMPLEMENTADAS CON ACTIVIDADES Y TALLERES A LO LARGO DEL AÑO.

se puede correr entre dinosaurios, explorar el espacio o ser parte de una misión a Marte, entre más de una docena de opciones.

ESTACIÓN ADELINA

El viaje empieza en la Sala de Cine 4D, a bordo de la nave espacial Yakana, que lleva a los pasajeros más allá del sistema solar, mientras una voz en off relata algunos hitos históricos de la astronomía protagonizados por Galileo Galilei, Isaac Newton y Johannes Kepler, entre otros. El Profesor Picarte es el maestro de ceremonias de esta aventura y guía a los viajeros en un recorrido que relata las características principales de los diversos planetas del Sistema Solar. El objetivo es llegar a la “primera estación espacial chilena”, la Estación Adelina, nombrada así en honor a Adelina Gutiérrez, la primera persona de nacionalidad chilena en obtener un doctorado en Astrofísica en 1964 y madre de la astronomía en Chile.

Los asientos tiemblan, los motores rugen y la vista es invadida por fuertes colores en esta excursión multidimensional. Eron, Cyan y el mono Pancracio están a bordo de la estación espacial, a donde llegan finalmente los pasajeros de la nave Yakana luego de un viaje de 15 minutos que termina con el acoplamiento a Adelina. Con el apoyo del Profesor Picarte, llevan a los visitantes por diversas salas del MUI equipadas con grandes pantallas, que se extienden del suelo al techo, para explicarles los diversos misterios del universo.



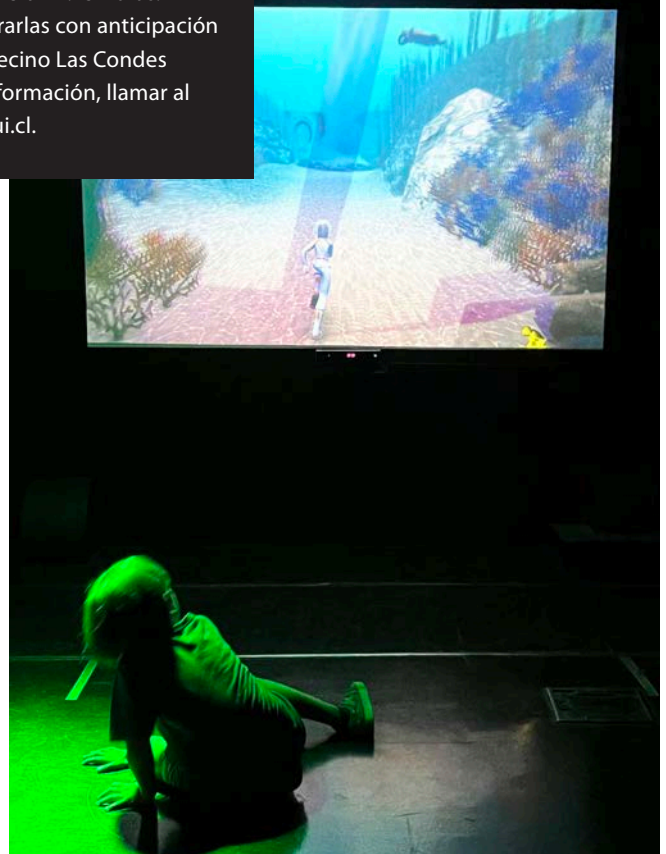


HORARIOS Y ENTRADAS

El MUI está ubicado en **Isidora Goyenechea 3.400, Las Condes**, a pocas cuadras de la estación de Metro El Golf de la Línea 1. **Funciona de martes a domingo de 10:00 a 19:00 horas.** Los recorridos por "Una Mirada al Universo" son a las 10:00 a 11:30, 11:45 a 13:15, 14:00 a 15:30, y de 15:45 a 17:15 horas. El costo de las **entradas es de \$ 2.500** y se recomienda comprarlas con anticipación a través del sitio web www.mui.cl. Quienes tengan Tarjeta Vecino Las Condes vigente pueden optar a adquirir los tickets 2x1. Para más información, llamar al teléfono +56 22 963 71 80 o escribir un mail a contacto@mui.cl.

En la siguiente habitación, Eron intenta conectar un televisor para ver un partido de fútbol, pero el Profesor Picarte aparece para contarle las teorías que dan origen al universo, haciendo un recorrido histórico desde Aristóteles hasta el Big Bang. A través de un relato que simula el de un partido de fútbol, le da las claves de qué ocurrió desde el Big Bang hasta la formación de los planetas y la vida en la Tierra. Humor, diálogos coloquiales, preguntas y respuestas rápidas y punzantes entregan información de manera lúdica y atractiva para que adultos y niños puedan entender sin inconvenientes.

A partir de ahí, se pasa a otra sala donde se explican las fuerzas fundamentales del universo, como la gravedad, y posteriormente es posible optar por visitar tres salas distintas que continuarán expandiendo esta experiencia: agujeros negros, vida en otros planetas y una sala sorpresa. En total, son casi 90 minutos de este viaje, tras el cual muchos saldrán con más información, descubrimientos y nuevas preguntas. Después, es el turno de subir al segundo piso y ponerse a jugar sin parar. Ⓜ



EL AMBIENTE BUENO SOMOS NOSOTROS

La empresa, un tercer hogar. Mirar para entender y querer. Hablar para conocer y compartir. Servir, acto de suprema nobleza. Crear ambiente grato en la empresa.

JESÚS GINÉS O.



San Agustín, quien, al referirse a los tiempos malos o buenos, de que la gente hablaba, concluyó con aquella sentencia que quedó de herencia a la humanidad pensante de entonces y de ahora: *“Los tiempos no son buenos, ni malos; nosotros somos el tiempo”*.

Cuando hablamos hoy día de medio ambiente generalmente nos referimos a las crecientes temperaturas, a los gases tóxicos que cubren el planeta o a la basura que producimos y que nos contamina cada día. Por extensión, los psicólogos nos hablan del medio ambiente de la convivencia humana, que se refiere a las condiciones deseables de una buena convivencia en nuestras relacio-

nes sociales, en nuestros intercambios ciudadanos y ciertamente en la empresa.

LA EMPRESA, UN TERCER HOGAR

Aunque suene un poco sentimental, decir que la empresa es también un centro donde se juegan los afectos entre las personas que la integran, cada vez se nos hace más evidente; los tiempos cambian y las instituciones se perfeccionan a través de las personas que las componen.

Todos los seres humanos, incluso los más carenciados de vida común, nacemos en un hogar donde aprendemos a vivir, una escuela

la donde nos amplían el sentido de la vida con conocimientos y experiencias variadas de intercambio, llegando a algún trabajo asociado que se llama empresa, cuyo tamaño es indiferente para incorporar en él la condición humana del convivir, compartir y prosperar económica y espiritualmente.

En definitiva, la vida humana transcurre en, al menos estos tres ámbitos; natural el primero que es la familia, intelectual y moral que es la escuela y de habilidad y destreza que nos proporciona lo necesario para vivir, que es la empresa.

No cabe duda que en las tres instituciones a las que pertenecemos o que nos pertenecen, podemos ejercitar actitudes que nos llevan a mirarnos, hablarnos, servirnos y finalmente nos llevan a crear un ambiente digno de un ser humano honrado e íntegro.

MIRAR PARA ENTENDER Y QUERER

No es lo mismo ver que mirar. Vemos todo lo que está a nuestro alcance cada día. Pero miramos con atención cuando nos enfocamos en el periódico que leemos, en una pantalla, la televisión o el cine, el espectáculo o las personas que nos llaman la atención. Desde luego que primero nos entrenamos en el hogar y en la escuela, donde padres y maestros nos enseñan a mirar a las personas familiares o los compañeros de colegio.

En la empresa donde trabajamos durante el año y por muchos años, la distinción entre el ver y el mirar es igualmente importante y desde luego necesaria, si queremos de veras hacer bien nuestro trabajo, mirando a los que nos enseñan, dirigen o ayudan a

desempeñar mejor nuestra tarea. Una empresa de las que hoy son premiadas como "excelentes para trabajar", tienen sin duda este primer paso bien resuelto. Si trabajamos juntos, no solo nos vemos, sino que nos miramos, con toda la carga afectiva que una mirada prudente, juiciosa, condescendiente y hasta perdonadora, cuando sea necesario, sin duda que nos elevará la categoría de nuestro trabajo. Las miradas torvas, huidizas, envidiosas, lujuriosas, no pueden ayudar a una buena convivencia. Es preciso mirar con humanidad para entender y querer al mismo tiempo a las personas que componen el tejido laboral al que pertenecemos.

HABLAR PARA CONOCER Y COMPARTIR

A veces una mirada vale por mil palabras, por lo que no hay que sobreponderar la conversación permanente como forma de convivencia. Ni siquiera en el hogar son necesarias muchas veces las palabras, aunque habrá momentos en que la conversación entre padres e hijos y hermanos o abuelos será no solo conveniente, sino necesaria.

No es de otro modo en las empresas, donde la tendencia a la automatización, a las programaciones rígidas y complejas exigirá más silencio que palabras, pero también es evidente que frente a posibles ignorancias o conflictos, el diálogo será necesario, imprescindible. Naturalmente que este diálogo, para que sea fructífero debe considerar aquello que la mirada afectiva y tolerante

nos haya ido proponiendo a lo largo de nuestro cotidiano contacto.

El mejor test para valorar la bondad de nuestro diálogo laboral lo encontraremos en la actitud de ambas partes por conocer al otro y el común deseo de ayudarse mutuamente a realizar más y mejor la tarea.

SERVIR, ACTO DE SUPREMA NOBLEZA

Por encima de cualquier visión filosófica o

Si en nuestra empresa llegáramos a descubrir este tremendo valor moral que deriva de la ética cristiana, podemos estar seguros que la creación de un ambiente humano, afectivo y efectivo, será siempre posible.

CREAR UN AMBIENTE GRATO PARA TRABAJAR MEJOR

Las tres condiciones propuestas que nos invitan a mirar, dialogar y servir nos darán el resultado final que buscamos; la creación



JESÚS GINÉS ORTEGA
Ética empresarial.

psicológica, el mensaje evangélico es aquí imprescindible para inspirar el mejor ambiente que todos quisiéramos para la empresa en que trabajamos desde cualquier responsabilidad que vayamos teniendo en el tiempo. A mayor conocimiento, experiencia o gestión, el mejor consejo será este: *Que el mayor sea el que sirve mejor a los demás.*

Servir es la tarea del noble, del rey, del director de orquesta, del emprendedor creativo. Sirviendo bien nadie puede equivocarse, porque su actitud viene provista por la mirada profunda, el diálogo cuando sea necesario y la cooperación y ayuda, siempre.

de un buen ambiente de convivencia que traerá por añadidura un trabajo bien hecho, satisfacción personal y colectiva por el producto de calidad o servicio de excelencia. Es lo que decimos, queremos y tratamos de crear en todas nuestras empresas.

Aquellos trabajadores que hayan tenido un hogar y una escuela donde han aprendido a mirar, dialogar y servir, tendrán mayores facilidades para aplicar las mismas conductas que aprendieron. Aunque, también la empresa puede convertirse en un hogar y una escuela para quienes llegan a ella con deficiencias de origen. ⊕

LA IMPORTANCIA DE DORMIR

El sueño es un proceso biológico complejo, ya que, mientras se duerme, las funciones del cerebro y cuerpo siguen activas para mantener saludable al cuerpo, por lo tanto, si no hay un sueño de calidad las consecuencias pueden conllevar daño a la salud mental y física, al pensamiento y a la vida diaria.

M. LORETO TAGLE P.



¿Qué es el sueño?

El sueño es una parte integral de la vida cotidiana, una necesidad biológica que permite restablecer las funciones físicas y psicológicas esenciales para un pleno rendimiento.

A partir de mediciones de la actividad eléctrica cerebral, se ha identificado al sueño como un estado de conciencia dinámico en que podemos llegar a tener una actividad cerebral tan activa como en la vigilia y en el que ocurren grandes modificaciones del funcionamiento del organismo; cambios en la presión arterial, la frecuencia cardíaca y respiratoria, la temperatura corporal, la secreción hormonal, entre otros.

Cada noche, mientras dormimos, pasamos por diferentes fases o estadios de sueño que se suceden con un patrón repetido a lo largo de cuatro a seis ciclos de sueño durante toda la noche.

¿Qué es lo que nos genera sueño?

Producida por la glándula pineal, la melatonina es la hormona encargada de producir el sueño y consigue su máxima secreción con la oscuridad, lo que ayuda al cuerpo humano a identificar cuándo es el momento de dormir, además de regular las funciones físicas y cerebrales para que el organismo pueda alcanzar las etapas profundas de sueño.

¿Qué factores pueden perjudicar el sueño?

CAFEÍNA. Ingerir bebidas estimulantes durante la tarde-noche.

ALCOHOL. Ingerir bebidas alcohólicas

suele provocar que tengamos más pesadillas y despertares durante la segunda mitad de la noche.

ALIMENTACIÓN. Cenas pesadas.

DEPORTE O EJERCICIO cercano a la hora de dormir.

NICOTINA.

CONDICIONES DE LA HABITACIÓN.

(Calor, frío, ruidos, luz).

MÓVILES Y TABLETS.

El entorno en el que dormimos influye de manera determinante en la calidad de nuestro descanso. La habitación y el ambiente que nos rodea, determinan la duración y la estructura del sueño. Por esto, necesitamos un entorno ambiental adecuado que favorezca la conciliación y el mantenimiento del sueño.

¿Cómo ajustar el ambiente para favorecer el sueño?

TEMPERATURA. Mantén una tempera-

tura adecuada en la habitación para facilitar el sueño, esto es entre 18 y 21 grados.

PIJAMAS. Utiliza ropa específica para dormir que sea cómoda, suave y transpirable.

AIRE FRESCO Y LIMPIO. Ventila la habitación regularmente para mantener un ambiente fresco y limpio.

RUTINA NOCTURNA.

EVITAR ESTIMULANTES.

¿Cuánto sueño necesito?

La cantidad de sueño que usted necesita depende de varios factores, incluyendo su edad, estilo de vida, estado de salud y si ha dormido lo suficiente. Las recomendaciones generales para dormir son:

◆ **RECIÉN NACIDOS:** 16-18 horas al día.

◆ **NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR:**

11-12 horas al día.


◆ **NIÑOS EN EDAD ESCOLAR:** por lo

menos 10 horas al día.

◆ **ADOLESCENTES:** 9-10 horas al día.

◆ **ADULTOS** (incluyendo adultos mayores): 7-8 horas al día.

Durante la pubertad, el reloj biológico de los adolescentes cambia y es más probable que se acuesten más tarde que los niños y adultos, y tienden a querer dormir más por la mañana. Esto está en conflicto con las tempranas horas de inicio de muchas escuelas secundarias y ayuda a explicar por qué la mayoría de los adolescentes no duermen lo suficiente.

Algunas personas piensan que los adultos necesitan dormir menos a medida que envejecen, pero no hay evidencia que lo demuestre. Sin embargo, a medida que las personas envejecen tienden a dormir menos o a pasar menos tiempo en el sueño profundo y reparador. Las personas mayores también se despiertan más fácilmente. 



UNA BOLSA DE SEMILLAS DE MAÍZ TUNICHE, NO TIENE PRECIO... TIENE VALORES.

CONFIANZA, TECNOLOGÍA, ASESORÍA Y MÁS DE 60 AÑOS DE HISTORIA.





Carmen Ariztía

EL
ARTE
AL
SERVICIO
DEL
SABOR

COCINA CREATIVA
DESARROLLO DE CONTENIDO Y RECETAS PARA
MARCAS / FOODSTYLING / ASESORÍAS
INSTAGRAM: @CARMENARIZTIAF
CORREO: CARMENARIZTIA@GMAIL.COM

Todo es arte en la casa de Carmen, su living, cocina, comedor, terraza muestran que el sentido de color, de armonía y de buen gusto es inherente a su persona. Conversamos en su terraza, alrededor de una linda mesa colorida y un fresco jugo, donde nos recibió y estuvo dispuesta contarnos como de artista plástica que pintaba y creaba instalaciones, llegó a convertirse en una chef destacada con más de 27.000 seguidores en @instagram los cuales tienen una verdadera devoción por sus originales y coloridas recetas.

M. LORETO TAGLE P.

¿Como se originan tus recetas?

Actualmente mi trabajo consiste en desarrollar contenido para diferentes marcas de productos gourmet, pruebo sus productos, creo recetas originales y novedosas con éstos y los difundo a través de mi plataforma de trabajo que es mi @instagram. Esto lo hago siempre con una línea editorial comprometida con no recomendar nunca algo que no me guste o que no está en la línea de productos de calidad con que trabajo.

De mis platos saco foto y hago videos durante la preparación, a veces me piden que participe de un evento con clientes especiales y cocine con ellos, otras veces estoy en el lanzamiento de determinados productos o apoyando en el desarrollo de alguna carta.

Desde hace algunos años he trabajado mucho con trufas y he ido a la Araucanía donde las producen, a cosecharlas y difundir sobre su cultivo y formas de comerla.

En el fondo, mi trabajo consiste en comunicar y dar a conocer desde un lugar cercano los productos que voy probando para que en su casa la gente los incorpore en su cocina diaria.

¿Estudiaste gastronomía?

No, yo estudié arte, una carrera muy creativa, porque siempre he necesitado estar creando. Me recibí, tenía mi taller y hacía clases en la universidad, exponía pinturas, objetos, instalaciones etc. pero siempre tenía la inquietud de hacer un emprendimiento y luego de unos años dedicada al arte, decidí crear una marca de juguetas lo que fue muy interesante para aprender como desarrollar y hacer crecer un negocio, pero despues de 8 años terminé con este emprendimiento y comencé a hacer clases de cocina porque alguien me pidió que le enseñara. Siempre he cocinado desde un lugar muy creativo, haciendo cosas distintas, nunca estudié nada de cocina, sino que tengo mi propia manera de hacerlo de forma intuitiva y como a mi me gusta comer.

Y, ¿cómo llegaste a @instagram?

Cuando fue la pandemia comencé a compartir mis recetas a través de @instagram y todos los días cocinaba un plato diferente inventado por mí y lo iba compartiendo, así estuve todo el encierro y aprendí cual era el lenguaje con el que me quería relacionar y a entender lo que era @instagram, la interacción con los seguidores, pero también mis límites. No hablo de mi vida privada, ni de mi

familia, solo contenidos que considero valiosos para la gente, que le pueden servir. Durante esta etapa comenzaron a contactarme diferentes marcas que vieron mis recetas y se interesaron por ver sus productos en mis fotos y recetas.

¿Por qué son diferentes tus recetas?

Una receta nueva parte como inspiración con el ingrediente de la marca con que trabajo, luego pienso qué producto de temporada sería un buen complemento y así voy construyendo la receta y paladeándola en la mente, luego la preparo y funciona, ya he cocinado tantas veces que se cómo va resultar y además hago técnicas simples donde lo esencial es el match de ingredientes.

También para mí es importante el *foodstyling*, me visto con los colores de la comida, veo los colores del fondo, los objetos que voy a poner cerca y voy armando el escenario según la receta. Y ahí voy cocinando sacando fotos y videos, lo que implica un proceso de cocina largo, muy interrumpido, pero donde voy teniendo el resultado de varias etapas de inmediato, después viene la selección y edición de imágenes que es muy lenta y con eso compongo lo que necesito.

Luego hay que escribir la receta, lo que hago a mi manera, porque mis recetas no tienen cantidad de ingredientes, voy narrando los pasos a seguir y los ingredientes que tienes que ir incorporando con palabras más bien sugerentes que exactas y que te van dando una pauta para preparar el plato.

O sea, ¿tu no das las cantidades de cada ingrediente en la receta?

A mí no me interesa transmitir una forma rígida, sino que dar una pauta y empujar a que la gente se atreva y se haga cargo del plato y de los errores que puede tener y así aprenda. Porque si uno está siempre obedeciendo todo al gramo exacto, no entra en la ejecución. Lo que me interesa es que las personas aprendan a cocinar con su forma propia, se arriesguen y lo disfruten.

Mis recetas están enfocadas a destacar algún ingrediente de buena calidad y desde ahí incorporo mucha fruta y verdura. Cocino mucho agridulce, lo que es distintivo en mi cocina. La incorporación de frutas en todos los platos salados y muchas capas de sabor con ingredientes que no están tan procesados, que van apareciendo en cada bocado. Eso es también, lo que intento que aparezca en la imagen, que uno sienta el sabor al ver la foto y eso te estimule a prepararlo.

Disminuye gradualmente el calor, pero nunca queremos abandonar ¡las frescas ensaladas! Por esto aquí comparto cinco recetas de deliciosas ensaladas y carpaccios donde el dulzor y originalidad de las frutas incorporadas, más varias capas de sabrosos ingredientes, las transforman en platos coloridos, contundentes y atrevidos.

ENSALADA DE UVAS, ROQUEFORT Y ZAPALLITOS

Cuando hay combinaciones de sabor poderosas es un lindo desafío usarlas en diferentes platos; aquí se logra una mezcla muy fresca y original.

Aprovecha toda la variedad de UVAS de esta temporada y córtalas con cuchillo afilado en láminas.

Pica CEBOLLA MORADA en pluma fina y lávala bajo el chorro de agua fría y luego deja estilar.

Pon en horno caliente en 200 grados, tajadas del grosor de un dedo de ZAPALLITO ITALIANO fresco rociado con ACEITE DE OLIVA, PIMIENTA y una pizca de AZÚCAR. La SAL la aplicas una vez que estén dorados para que se asen jugosos y no se deshidraten.

En 30 minutos debieran estar listos, a medio tiempo los das vuelta para que se tuesten por ambas caras. Luego déjalos enfriar y reparte las láminas en una fuente plana.

Mezcla en un bol las uvas, cebolla, muchísimo PEREJIL (sus tallos picados finos para dar textura y sus hojas enteras) y bastante QUESO ROQUEFORT o azul roto con los dedos que dará cremosidad y ese intenso sabor metálico.

Aliña con VINAGRE DE MANZANA, ACEITE DE OLIVA, SALPIMIENTA y gotas de LIMÓN. Mezcla bien y vierte sobre los zapallitos.

Disfruta esta maravilla con buenas tostadas de pan de campo!



CARPACCIO DE ZANAHORIAS Y KIWI CON SÉSAMO Y MERMELADA DE NARANJA

Así como zanahorias y naranjas comparten un hermosísimo color, la conexión entre su sabor me ha parecido siempre igualmente natural. Este plato crujiente, simple y con notas asiáticas demuestra la fuerza de esta dupla.

Pela unas ZANAHORIAS y luego con el mismo pelador córtalas en cintas largas y delgadas. Ponlas en un bol y aliña con mucho JENGIBRE rallado, SÉSAMO NEGRO y SÉSAMO tostado, SAL DE MAR, gotas de VINAGRE DE ARROZ o de manzana, jugo de LIMÓN y ACEITE DE OLIVA.

Con gusto mete las manos al bol y masaja con ellas las verduras impregnando bien los ingredientes.

Haz una salsa mezclando YOGURT GRIEGO, un chorrito de ACEITE DE SÉSAMO, ACEITE DE OLIVA, PAPRIKA y MOSTAZA DE GRANO. Mezcla bien y extiende en un plato plano.

Al servir, monta las zanahorias aliñadas sobre la salsa y reparte trocitos de KIWI para una inesperada nota ácida.

Por último, corona está fiesta con toques de MERMELADA DE NARANJA y un poco más de SÉSAMO.

Sirve bien frío como entrada.



CARPACCIO DE ZAPALLO ASADO, MOZZARELLA FIOR DI LATTE Y PISTACHOS

Este plato goza de color y mucho sabor sin complicación, solo basta con poner lo de siempre de otra manera.

Asa unos trozos grandes de ZAPALLO al horno y una vez bien fríos córtalos en láminas delgadas.

Corta unas MOZZARELLAS FIOR DI LATE grandes en láminas y móntalas en un plato plano intercaladas con el zapallo.

Espolvorea sobre todo mucho TOMILLO u orégano fresco y PISTACHOS picados toscamente.

Rocía con ACEITE DE OLIVA, gotas de VINAGRE BALSÁMICO y termina con PIMIENTA de molinillo y SAL de mar.

Sirve con tostadas en un aperitivo o como entrada acompañado de rúcula.





ENSALADA DE ENDIVIAS CON GRANOLA Y ARÁNDANOS

Esta crujiente ensalada es un magnífico plato en sí mismo o puede servir también para picar tomando cada endivia, con la mano, y toda su abundancia de ingredientes.

En una fuente plana reparte las hojas de ENDIVIAS, luego dentro de cada una pon una tajada de PROSCIUTTO, unos ARÁNDANOS firmes y dulces, hojas de ALBAHACA, un poco de QUESO FETA o de cabra desmigado con los dedos, anillos finos de CEBOLLA MORADA lavada previamente bajo el chorro de agua fría y por último, un buen poco de GRANOLA casera.

Rocía todo abundantemente con ACEITE OLIVA EXTRA VIRGEN y un chorro de REDUCCIÓN DE ACETO BALSÁMICO (o balsámico glazé) y SALPIMIENTA.

CARPACCIO DE CARNE CON MAYO DE CABRA, PIMIENTOS CON NARANJA Y PEPINILLOS

Parte por preparar la Mayonesa de Cabra poniendo en un frasco trozos de QUESO DE CABRA, una cucharada de YOGURT GRIEGO y un chorro generoso de ACEITE DE OLIVA. Muele y emulsiona bien con minipymer hasta obtener una consistencia de mayonesa liviana.

Corta PIMIENTOS DEL PIQUILLO (asados a fuego, los encuentras en conservas en los súper) en tiras finas y mezcla con RALLADURA DE NARANJA, SEMILLAS DE CILANTRO, CIBOULETTE, ACEITE DE OLIVA y una rica MIEL.

Ralla unos PEPINILLOS agridulces y aliña abundantemente con LIMÓN, ACEITE DE OLIVA, VINAGRE DE MANZANA y SALPIMIENTA

Monta platos individuales poniendo una capa de la mayo de cabra en la base, luego láminas de CARNE arrugadas para que reciban los aliños (¡joj! Debe estar bien descongelada).

Continúa repartiendo los pimientos, el aliño de pepinillos con su jugo y unas hojas de RÚCULA para dar frescor.

Termina rociando un buen ACEITE DE OLIVA EXTRA VIRGEN y SALPIMIENTA de molinillo y acompaña con TOSTADAS crujientes hechas con ACEITE DE OLIVA y PAPIKA. 🍴





ELEGIDO PRODUCTO DEL AÑO
2024
 POR CONSUMIDORES CHILENOS

Ariztia®

¿AÚN NO LAS HAS **PROBADO?**
 SORPRÉNDETE CON ESTE
PRODUCTO DEL AÑO

*Encuesta NielsenIQ - www.poychile.cl



ESCANEA EL QR
 ¡Y SORPRÉNDETE!

ENCUÉNTRALAS EN SUPERMERCADOS Y EN **Ariztia a tu Casa CL**



LA SOCIEDAD DE LA NIEVE

DIRECTOR: J.A. Bayona
INTÉRPRETES: Enzo Vogrincic, Agustín Pardella, Matías Recalt, Esteban Bigliardi
GENERO: Drama
PÚBLICO APROPIADO: Mayores de 16 años

En 1972, el vuelo 571 de la Fuerza Aérea Uruguaya, fletado para llevar a un equipo de rugby a Chile, se estrella en un glaciar en el corazón de los Andes. Solo 29 de sus 45 pasajeros sobreviven al accidente. ¡Atrapados en uno de los entornos más inaccesibles y hostiles del planeta!, se ven obligados a recurrir a medidas extremas para mantenerse con vida. Una emocionante película que mantiene el suspenso alternando pavor, horror y alivio. Muy bien filmada y ambientada.



MISS POTTER

DIRECTOR: Chris Noonan
INTÉRPRETES: Renee Zellweger, Ewan Mc Gregor, Emily Watson
GENERO: Drama Romántico
PÚBLICO APROPIADO: Todo espectador

Cuenta la extraordinaria historia de Beatrix Potter en su lucha por alcanzar una vida independiente durante una época en que su única opción era convertirse en una esposa conformista. Una vida fascinante con logros profesionales como escritora y artista y también con muchas dificultades personales, una mujer que caminaba en dirección contraria a la de su tiempo.



OPPENHEIMER

DIRECTOR: Christopher Nolan
INTÉRPRETES: Cillian Murphy, Emily Blunt, Robert Downey Jr.
GENERO: Drama histórico
PÚBLICO APROPIADO: Mayores de 16 años

Ganadora de 7 premios Oscars y 5 Globos de Oro, esta película nos narra cómo el brillante físico estadounidense Julius Robert Oppenheimer, al frente del 'Proyecto Manhattan', lidera los ensayos nucleares para construir la bomba atómica para su país. Impactado por su poder destructivo, el físico se cuestiona las consecuencias morales de su creación. Desde entonces y el resto de su vida, se opondría firmemente al uso de armas nucleares.



LUPIN

Esta entretenida serie sigue la historia de Assane Diop que inspirado por las historias de Arsène Lupin, se convierte en un ladrón astuto y carismático que utiliza sus habilidades para desentrañar la conspiración y vengar a su padre, que fue acusado injustamente de un crimen que no cometió y terminó muriendo en prisión. Que el super carismático actor Omar Sy, sea el protagonista, ya es razón suficiente para ver esta una serie de aventuras y misterios. Además, ofrece un gran cambio: olvida Hollywood por un momento y observa los paisajes de París junto a Lupin. Sin duda, una

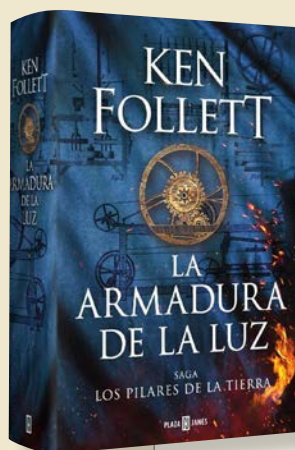
serie que no hay que dejar de ver para pasar un rato entretenido. Consta de 3 temporadas, la primera estrenada en enero de 2021 que tiene 5 episodios, la segunda en junio de ese mismo año con otros 5 episodios y la tercera estrenada en octubre de 2023 con 7 episodios.

En comparación con otras producciones de Netflix, "Lupin" ha alcanzado cifras notables en términos de visualización, se posicionó como una de las series más populares en la plataforma desde 2021. Solo superada por "Bridgerton".



• CARNES •

El sabor que alimenta
desde siempre



LA ARMADURA DE LA LUZ

Ken Follett
Plaza y Janés
823 págs.

Disponible en Antártica: \$24.000
\$24.300 en buscalibre

La quinta entrega de la popular serie que partió con la ya clásica Los pilares de la tierra. Situada en el año 1792 la nueva novela de Ken Follett tiene como telón de fondo las impactantes innovaciones industriales, las cuales, a pesar de sus grandes avances también dejarán a miles de trabajadores en una desventajosa situación económica. Por si no fuera poco un posible conflicto internacional se acerca.

DESDE DENTRO

Martin Amis
Editorial Anagrama
600 págs.
\$21.870 en buscalibre.cl

La última obra del gran escritor británico Martin Amis, fallecido en mayo del año pasado. En estas memorias, escritas de forma novelada, Amis entrega al lector una sincera y apasionante historia que abarca temas personales, familiares, sociales e incluso políticos. Un testimonio necesario y, como toda la obra del escritor nacido en Oxford, impecablemente escrito.



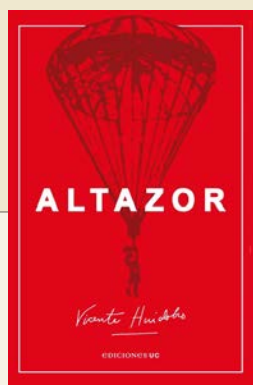
MI HORARIO ESPIRITUAL

Alejandro Palacios y Frida Rivera
Editorial Nueva Patris
126 págs.

\$9.500 en patris.cl
\$8.808 en buscalibre .cl

Más que una obra espiritualmente explicativa este libro es un cuaderno de trabajo. Escrito por el matrimonio integrado por Alejandro

Palacios y Frida Rivera, pertenecientes a la Rama de Familias de Schoenstatt de Chile, Mi horario espiritual propone una manera única y original de llevar el horario espiritual. Enfocado principalmente al laico contemporáneo, la obra se ve enriquecida por los elementos propios de la psicología, oficio que ambos autores practican.



ALTAZOR
Vicente Huidobro
Ediciones UC
100 págs.

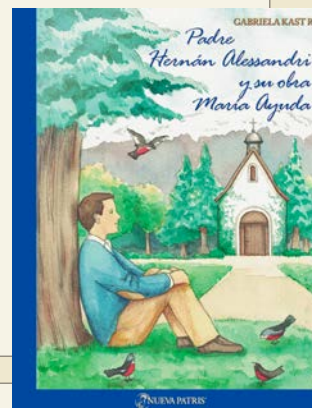
Disponible en Antártica: \$12.600
\$10.200 en buscalibre.cl

Altazor es una de las obras fundamentales de la poesía del siglo XX. Considerada la obra maestra del destacado escritor chileno Vicente Huidobro, el libro rompió con todas las convenciones de la lírica de la época en la cual se publicó. En Altazor abundan los juegos de palabras, las metáforas audaces y la alteración del idioma español. Un libro fundamental para quien desee adentrarse en la obra del poeta creacionista.

PADRE HERNÁN ALESSANDRI Y SU OBRA MARIA AYUDA

Gabriela Kast Rist
Editorial Nueva Patris
100 págs.
\$14.500 en patris.cl
\$12.330 en buscalibre .cl

Este libro, puede ser leído en familia debido al ameno tratamiento de su temática. A través de sus páginas el lector asistirá al relato de la vida del ilustre padre Hernán Alessandri, sacerdote schönstattiano chileno, fundador en 1983, de la Corporación de Beneficencia María Ayuda (40 años). El texto se centra en la creación de los primeros hogares para niñas, en momentos muy duros para nuestro país.



¡AMIGOS!

¡LUCIANA, JACINTO Y TOSCO CELEBRAN PASCUA DE RESURRECCIÓN Y JUNTO A ELLOS ENCUENTRA LAS 15 DIFERENCIAS!

ILUSTRACIÓN: RAFAÉL GREZ W.



SUDOKU

FÁCIL

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

DIFÍCIL

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