



Día internacional de la felicidad

Público objetivo

Estudiantes de 6 a 17 años.

Duración

Un día de impacto, pero pueden utilizarse otros días más de acuerdo a las actividades que escojan.

Presentación

La Asamblea General de las Naciones Unidas (ONU) decretó que el 20 de marzo sea el *Día Internacional de la Felicidad*, con el fin de reconocer la importancia de la felicidad como una aspiración universal de los seres humanos y su inclusión en las políticas de gobierno. A través de esta acción se busca llamar la atención del mundo hacia una necesidad o problema latente. Esto significa que en el mundo hay muchos casos de infelicidad que están menoscabando la fortaleza de las personas y aún de los países en general.

Objetivos

- Descubrir que Dios es la verdadera fuente de la felicidad.
- Reconocer que uno solo puede ser feliz a partir de la felicidad de los demás.
- Valorar todo lo que Dios ha puesto a nuestra disposición para que podamos ser felices.

Justificación

Al revisar distintas fuentes bibliográficas relacionadas con la felicidad encontraremos que todas se basan en uno mismo. Esto nos muestra un pensamiento egocéntrico.

Sin embargo, la verdadera felicidad nace de algo más sublime. Nace de Dios, ya que la fuente de toda verdadera felicidad es él. Tener una relación profunda con él dará como resultado vivir con felicidad. Desde este principio queremos partir para interiorizar en cada estudiante el deseo de crecer en su conocimiento de Dios, en el cumplimiento de sus mandatos y en servir a los demás.

La educadora Elena de White habla detalladamente de la felicidad en libros como *Mente, carácter y personalidad*, *Servicio cristiano* y *Mensajes para los jóvenes*. Basaremos las actividades propuestas en tres de los consejos dados por ella. Estas actividades pueden adecuarse teniendo en cuenta el grado de estudios.

1. **Relación entre felicidad y salud:** “Tan íntima es la relación que existe entre la salud y la felicidad, que no podemos disfrutar de esta última sin disponer de la anterior. Se necesita un conocimiento práctico de la vida humana para poder glorificar a Dios por medio de nuestros cuerpos. Por lo tanto, es de la mayor importancia que entre los estudios seleccionados para los niños, la fisiología ocupe el primer lugar. ¡Cuán pocos conocen algo acerca de la estructura y el funcionamiento de sus propios cuerpos y de las leyes de la naturaleza! Muchos están a la deriva al carecer de conocimiento, como un barco en medio del mar, sin brújula ni ancla; y lo que es peor, no tienen interés en aprender a conservar sus cuerpos en condición saludable y así prevenir la enfermedad” ([ver la cita online en su contexto](#)).
2. **Hacer el bien estimula los nervios:** Cada rayo de luz que derramemos sobre los demás se reflejará sobre nuestros propios corazones. Toda palabra amable y de simpatía dirigida al apesadumbrado, todo acto que tenga por fin aliviar al oprimido, y todo don cuyo propósito sea suplir las necesidades de nuestros semejantes, dado o hecho para gloria de Dios, resultará en bendición para el dador. Los que obren de este modo estarán obedeciendo la ley del cielo y recibirán la aprobación de Dios. El placer de hacer el bien a los demás fluye a través de los nervios, acelera la circulación de la sangre, y produce salud mental y física ([ver la cita online en su contexto](#)).
3. **Un amigo que nunca falla:** Este es Jesús, la vida de toda gracia, la vida de toda promesa, la vida de

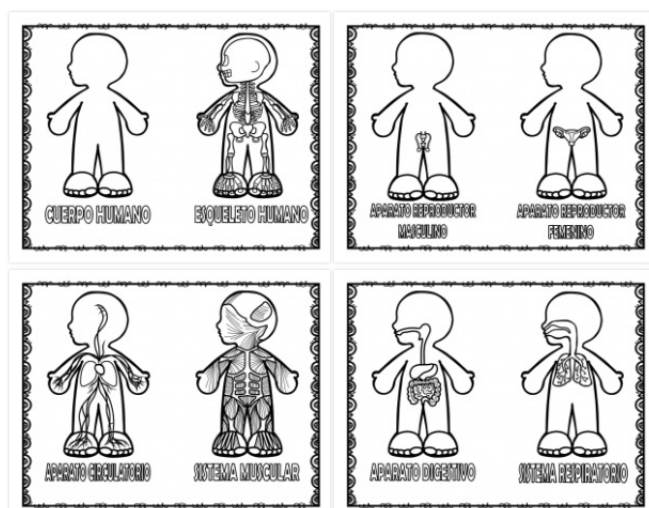
todo rito y la vida de toda bendición. Jesús es la sustancia, la gloria, la fragancia y la vida misma. “El que me sigue, no andará en tinieblas, sino que tendrá la luz de la vida”. Juan 8:12. Por lo tanto, el camino real que se ha dado a los redimidos para que anden por él no constituye tinieblas desanimadoras. Si no fuera por Jesús, nuestro peregrinaje verdaderamente sería solitario y doloroso. Él dice: “No os dejaré huérfanos”. Juan 14:18. Por lo tanto, reunamos todas las preciosas promesas. Repitémoslas durante el día y meditemos en ellas durante la noche, y estemos gozosos. ([ver la cita online en su contexto](#)).

Actividades sugeridas

El 20 de marzo debe ser un día de impacto en la comunidad escolar y vecinal. Pueden realizarse gestiones para desarrollar una exposición titulada *En busca de la felicidad* o *Feria de la felicidad* en el distrito o invitar a los padres a una exposición escolar dentro de la institución. Cada grado debe prepararse en una de las actividades o generar otras relacionadas.

Un cuerpo sano genera felicidad

1. Elaborar para los niños más pequeños maquetas de los diferentes sistemas de nuestro cuerpo para que ellos identifiquen los órganos y sus funciones.
2. Se brindan algunas imágenes que pueden ser dibujadas en un papelógrafo (llamado también rotafolio, papel sábana o papel bond tamaño A1).



Imágenes tomadas de <https://goo.gl/aDLc2e>

3. Los niños completarán los sistemas o aparatos del cuerpo humano utilizando diversos elementos, como: pinturas, témperas, plastilinas, semillas, algodón, etc.
4. Con anterioridad, los maestros deben haber tra-

bajado las funciones de los órganos del cuerpo humano, ya que en este día los niños comentarán con los visitantes acerca de lo aprendido.

5. Ambientar el lugar de exposición con otros materiales relacionados con el cuerpo humano y con versículos que alaben a Dios por el maravilloso cuerpo que nos ha dado. Por ejemplo: “Decid a Dios: ¡Cuán asombrosas son tus obras! Salmo 66:3; “Tú fuiste quien formó todo mi cuerpo; tú me formaste en el vientre de mi madre”. Salmo 139:13; “Todo lo hizo hermoso en su tiempo; y ha puesto eternidad en el corazón de ellos, sin que alcance el hombre a entender la obra que ha hecho Dios desde el principio hasta el fin”. Eclesiastés 3:11.
6. Presentar los alimentos que son beneficiosos para los sistemas y órganos presentados en las maquetas anteriores.
7. Con anterioridad dividir a los estudiantes en equipos para que investiguen qué alimentos son saludables para los distintos órganos y/o sistemas del cuerpo. Esta investigación debe ser revisada y aprobada por el maestro tutor para validarla. Ellos deben preparar junto con sus padres una propuesta de plato nutritivo para un sistema en especial. De esta manera estamos motivando a los padres a conocer más acerca de la alimentación saludable. Los estudiantes, de manera conjunta presentarán una “mesa saludable” con recetarios que serán entregados a los visitantes.
8. Organizar a los estudiantes mayores en grupos para estudiar y analizar algunos capítulos del libro [Consejos sobre el régimen alimenticio](#), de Elena de White. Estos temas deben ser expuestos con los materiales didácticos necesarios ante la comunidad escolar o vecinal, de tal modo que las personas sean conscientes de la necesidad de seguir estos consejos como uno de los pasos para alcanzar la felicidad. Cada grupo debe preparar, además, folletos, dípticos o trípticos informativos para entregar a los visitantes.
9. También se sugiere presentar los ocho remedios naturales.

Soy feliz al verte feliz

1. Promover las acciones solidarias, reforzando el principio de que la felicidad se genera al dar. Ellos mismos pueden proponer acciones en favor de los más necesitados, no solo de dinero, sino también de amor.
2. Los niños y los jóvenes deben comprender que las pequeñas acciones de amor pueden generar grandes cambios positivos en quien da y en quien recibe.
3. En el hogar son necesarios los pequeños detalles:

Los niños pueden realizar una tarea específica y dejar una pequeña tarjetita que diga: “Hice esto porque te amo”. Las acciones a realizarse pueden ser: tender la cama de los padres, lustrar los zapatos, secar los platos, botar la basura, doblar la ropa lavada, etc.

4. Hacer un listado del personal que trabaja en la institución educativa: maestros, administradores y personal de servicio; hermanos de la iglesia, familiares, amigos o vecinos. Preparar tarjetas de ánimo, de agradecimiento, de fortaleza, etc. y entregarlas con una enorme sonrisa y un gran abrazo.
5. Organizar a los estudiantes para salir a las calles con carteles que digan: “Se regalan abrazos”. Las reacciones que se obtendrán serán maravillosas. Hay mucha gente que no recibe un abrazo en mucho tiempo.
6. Motivar a los estudiantes mayores para recolectar alimentos, preparar viandas y salir juntamente con los tutores para repartir estos alimentos a las personas que viven en las calles, aquellos que muchas veces son olvidados por la sociedad. Se puede solicitar el apoyo de los padres para brindar mayor seguridad en el desplazamiento por las calles.
7. Identificar en la comunidad (vecinos, iglesia, familia) qué persona o personas están pasando por una situación difícil, sea de enfermedad, pérdida de un ser querido o cualquier otra situación. Contactar con la persona y con los grupos juveniles realizar una visita para cantar, orar y compartir un mensaje de esperanza.
8. Al finalizar estas actividades, preguntar a los participantes cómo se sintieron. Se escucharán muchos testimonios de felicidad y alegría que encontraron al brindar su servicio a los demás.
9. Ratificar con los estudiantes el gran consejo de Dios que al servir a los demás somos felices.

Jesús, la fuente de la felicidad

1. Los estudiantes deben reconocer a Jesús como nuestro Salvador, quien está interesado en que seamos felices. Como resultado de nuestra comunión con él sentiremos el gozo y la paz que solo él sabe otorgar.
2. En este día de la felicidad podemos recordar las grandes historias de Jesús cuando estuvo en esta tierra. Vivió haciendo el bien a los demás.
3. A una hora señalada se puede ejecutar la “Maratón Bíblica”. En cada aula se presentará una historia escogida por el tutor que muestre a Jesús sanado, enseñando y predicando. Ese era su método para llegar a las personas y hacerlas felices. “Y recorrió Jesús toda Galilea, enseñando en las sinagogas de ellos, y predicando el evangelio del reino, y sanando toda enfermedad y toda dolencia en el pueblo”.

Mateo 4:23.

4. Reforzar la idea de que Jesús quiere que lo imitemos, que seamos luces en este mundo de tinieblas y cuando estamos en comunión con Jesús automáticamente sentimos paz, lo que genera felicidad.
5. Incentivar a los estudiantes a dedicar el primer momento del día a buscar a Dios. Compartir con ellos pasajes bíblicos que los ayuden a sentirse seguros con Dios. Se debe tener en cuenta que quizá muchos estudiantes pasan por momentos o situaciones de dificultad y necesitan también un apoyo espiritual. Este es el momento llevarlos a los pies de Jesús donde encontrarán el alivio necesario para sus corazones.
6. Textos sugeridos: Salmo 23:4 “Aunque ande en valle de sombra de muerte, no temeré mal alguno, porque tú estarás conmigo; tu vara y tu cayado me infundirán aliento”; Isaías 43:2 “Cuando pases por las aguas, yo estaré contigo; y si por los ríos, no te anegarán. Cuando pases por el fuego, no te quemarás, ni la llama arderá en ti”; Proverbios 3: 5-6 “Fíate de Jehová de todo tu corazón, y no te apoyes en tu propia prudencia. Reconócelo en todos tus caminos, y él enderezará tus veredas.”; Salmo 27: 14 “Aguarda a Jehová; esfuérzate, y aliéntese tu corazón. Sí, espera a Jehová”; Jeremías 17:7 “Bendito el varón que confía en Jehová, y cuya confianza es Jehová”; Proverbios 17:22 “El corazón alegre es buena medicina”.

Al finalizar las actividades de este día de impacto, leer con los estudiantes:

La felicidad buscada por motivos egoístas, fuera de la senda del deber, es desequilibrada, espasmódica y transitoria; pasa y deja el alma vacía y triste; mas en el servicio de Dios hay gozo y satisfacción.

El camino a Cristo, p. 126.

Evaluación

- Iniciativa de los estudiantes por participar en las actividades propuestas.
- Participación de todas las actividades programadas por el docente para fomentar el espíritu de servicio.
- Propuestas brindadas para generar nuevas actividades enfocadas al servicio a los demás como generador de felicidad.