

## Definición de Respeto en frases

### Trato a los demás como quiero ser tratado

Instrucciones: este documento tiene el objetivo el conocer el valor de manera más sencilla a través de frases cortas. Éstas también pueden ser usadas como recordatorios para vivir el valor, para mandarlas por algún medio electrónico, como fondo de pantalla, para poner en tableros, y sirva para hacer más presente el vivir y entender el valor. De todas maneras, se recomienda la lectura de la definición del Valor.

#### Respeto en general:

- Respeto es una muestra de cortesía y afecto que tiene una persona hacia otra.
- Al respetar las cosas de otros demuestras que respetas y te importa su persona.
- Respeto es aceptar una autoridad o normas legales, una orden, etc.
- Trata a los demás como quieres que te trataran a ti, es la llamada regla de oro, que aceptan todas las culturas.
- Trato a los demás como quiero ser tratado, lo dicen todas las religiones y filosofías, como regla universal considerada fundamental.
- Tratar como quiero ser tratado, se basa en el sentido común y en el principio de no agresión.
- Trata con consideración y respeto a todas las personas, y no sólo a las que están a su alrededor.
- Para respetar es necesario el autocontrol del enojo y las pasiones, que llevan a pensar o realizar la venganza, la violencia, el *bullying*.
- Quien adquiere un hábito bueno, tiene una capacidad especial para hacer el bien con prontitud, con facilidad, con gusto.
- La persona con hábitos buenos no sólo realiza el bien, sino que da lo mejor de sí misma en sus acciones concretas.
- Cuando practico el respeto, al tratar bien a los demás, voy adquiriendo muchos de estos hábitos buenos.
- Las personas con hábitos buenos son más libres que quienes no los tienen, ya que con ellos adquieren el autocontrol y son dueños de sí mismos.
- Con autocontrol llevarán las riendas de su vida sin dejarse arrastrar por estados de ánimo, la comodidad, el enojo, etc.
- Con hábitos buenos son más capaces de vivir el respeto y alcanzar la paz, la justicia y la felicidad.
- Con el respeto se adquieren hábitos buenos que llevan a tener una sociedad justa, donde se trate amablemente a todas las personas.
- Para poder vivir el respeto es fundamental tener autocontrol, que ayuda a no maltratar a los demás por ninguna razón.

- Gracias al autocontrol, se puede dominar la ira y el enojo que se siente en distintos acontecimientos, y tener respeto.
- Hay personas que tratan “amablemente y con respeto” a los demás, pero para conseguir un favor: esto no es respeto, es conveniencia.
- Para el verdadero respeto lo importante es el convencimiento interior, no tanto el aparentar que tiene respeto.
- La persona con autocontrol está convencida que lo material y los placeres son un medio para la vida y no un fin en sí mismo.
- El respeto al derecho ajeno es la paz, como diría Benito Juárez.
- Para lograr la justicia, la paz y la armonía en la sociedad es fundamental el respeto a todas las personas.
- Respeto en las relaciones: con familiares, con vecinos, con amigos, con compañeros, en los negocios.
- Hay que respetar también a los desconocidos en la calle, en el tráfico, y hasta con los que nos caen mal.
- El respeto trae mucha salud emocional y psicológica, y es la base de una vida feliz, más que el dinero, el poder, la fama o el placer.
- Ninguna persona podrá justificar una forma de vida infrahumana para los que le rodean: esto es la raíz de los derechos humanos.
- Vivir con respeto y no agredir a nadie es un derecho para cualquiera, y va más allá de pertenecer a una raza, etnia, país o género.
- Hemos de respetar a aquellas personas con capacidades diferentes, enfermos, en estado de coma, en periodo de gestación.
- Piensa, si tú estuvieras en circunstancias difíciles, cómo te gustaría que te trataran: seguro que con respeto y amor.
- En ocasiones, porque hablamos mal de otros, o escribimos, o por señas, atacamos a los demás y le dañamos su imagen o reputación.
- No se trata de no reconocer lo que está mal, pero tampoco estar diciendo a todo el mundo los errores o defectos de los demás.
- ¿A quién le gusta que hablen mal de uno?
- ¿A quién le gusta que le inventen chismes o cosas que no son ciertas sólo por diversión o hacer daño a alguien?
- No es difícil comprender la maldad de hablar mal que da lugar a numerosos males y muchos de ellos irreparables.
- La persona respetuosa cumple, con esfuerzo, sus compromisos pequeños o grandes, sus promesas, sus deberes.
- La persona respetuosa cumple los códigos de ética de su escuela, trabajo o familiares.
- Es respetuoso el cónyuge que, independientemente del lugar o del momento, no hace al otro lo que no le gustaría que le hicieran.

- Es respetuoso quien al trabajar vela por los intereses de la empresa en cuestión y no trafica en beneficio personal.
- El respeto se trata de un valor no muy frecuente y absolutamente indispensable.
- Por desgracia, el no respetar lo pactado se ha extendido como una plaga en amplios sectores sociales.
- El respeto es importante para evitar la corrupción en ambientes públicos o privados, que es como un cáncer en la sociedad.
- Debemos saber respetar la autoridad, tanto la de los padres y mayores de la familia como las de la escuela o trabajo.
- Respetar a las autoridades civiles, militares y eclesiásticas, así como los árbitros y servidores públicos.
- A todos nos gusta que nos traten amablemente y no con violencia, amenazas, maltrato, gritos, golpes o *bullying*.
- Nos gusta que exista la reciprocidad. Y todo esto es más fácil si se vive con sencillez, sin creerse más importante o mejor que los demás.
- Evitar el servilismo: que de modo bajo, vil y despreciable se somete totalmente a la autoridad de alguien, aunque lo maltraten y no lo respeten.
- El servilismo se da en el caso de las pandillas, o de los que abusan de otros y estos no se defienden. Los que se esclavizan a otra persona por conveniencia o inseguridad.
- No respeta quien trata mal a los demás de palabra u obra, insulta, hace *bullying* y se burla de la autoridad.
- No respeta quien no cumple con lo prometido.
- La persona que vive el respeto no maltrata a nadie. No grita en su casa y, si pide algo, lo hace de buen modo.
- La persona respetuosa, en el tráfico, comprende a los que llevan prisa o a los que se meten y evita insultarlos.
- El que vive el respeto, si reclama algo a un dependiente en la tienda, lo hace con cortesía sin maltratarlo.
- Respetar es evitar cualquier agresión y procura ser amable con los que le rodean.
- Al respetuoso la gente lo estima y lo tratan mejor que a los brabucones.
- La persona agresiva se siente con muchos derechos y exige que todos le sirvan cuando y como quiere .
- El agresivo no respeta los lugares y se cuela en las filas. Nadie lo estima y le sacan la vuelta todo lo que pueden.
- Vive el respeto la persona que cumple la palabra dada y es coherente con sus ideales y creencias, aunque esté cansada o no sea fácil.
- La persona respetuosa evita comprometerse con algo que no podrá cumplir.

- La persona respetuosa realiza las cosas cuando se las piden, respetando el tiempo acordado.
- La persona respetuosa es fiel al trabajo y a los compromisos de un contrato.
- El que vive el respeto cumple su horario y las actividades programadas, aunque le propongan unos planes más atractivos.
- Vive el respeto el que ocupa un cargo público y cumple lo prometido y no roba o abusa.
- El que no vive el respeto, hace a los demás lo que no le gustaría que le hicieran a él. No le importa si no cumple lo prometido.
- El que no vive el respeto va abusando de los demás. Le falta reciprocidad, sólo piensa en sus ganancias y en transar a los demás.
- La persona respetuosa habla bien de las personas aun cuando esté molesto o en desacuerdo con ellas porque es verdad o tienen razón en lo que dicen.
- El que vive el respeto aprende a decir las cosas donde se tiene que decir, a quien se tiene que decir, sin criticar. Evita el chisme y decir cosas que no le constan.
- El que vive el respeto evita decir las cosas que sabe, pero que pertenecen a la intimidad de una persona.
- No vive el respeto la persona que recibe sobornos para hacer lo que no está permitido. La que vende droga porque le pagan bien.
- No vive el respeto la persona que para vender, exagera o inventa para vender más.
- Si eres respetuoso, te acercarás a las personas más de lo que puedes imaginar y tendrás más amigos y conocidos, ya que es la base para las relaciones duraderas.
- El respeto es el robusto principio de las relaciones humanas y de la interacción con la naturaleza.
- El respeto es la base para las relaciones sociales: por eso cuida lo que dices, aprende a escuchar y muestra el interés y el aprecio que tienes por los demás.
- Si respetas, no abuses de la autoridad que tienes. Tendrás menos pleitos y fricciones aportando así la paz en medio de un mundo violento.
- La enseñanza del respeto a todas las personas es primordial. Hay que darlo a conocer a todos desde que son muy pequeños.
- Educar el respeto logrando que los niños y jóvenes puedan crecer teniendo grabado en su corazón la grandeza del respeto a sí mismo y a otros.
- El respeto comienza por el cariño y los límites, se debe aprender a respetar a los demás por quienes son y no por lo que tienen.
- Las personas están para amarse, no para usarse.
- Si te esfuerzas por tratar a los demás con respeto, casi siempre te tratarán de igual manera.

- La forma como das y te relacionas marca un estilo de comunicación y transmite un mensaje claro: si respetas, te respetan.
- El respeto en el trabajo y en el salón de clases es indispensable para el buen funcionamiento del grupo y de cualquier equipo de trabajo.
- Todos en la familia son parte del éxito y, para tenerlo, se debe empezar desde el respeto.
- Ante la violencia, hoy más que nunca es imprescindible el respeto como componente esencial de las relaciones con los demás.
- Vivimos en un mundo lleno de contradicciones, con una agresividad latente y de reacciones carentes de respeto y de consideración hacia los otros.
- El respeto, junto con la solidaridad, el orden, la disciplina y la moderación son valores fundamentales para hacer posibles las relaciones de convivencia.
- Una persona respetuosa sabe que también debe tener respeto por su propio cuerpo, es decir, por su dignidad y su integridad física.
- Respeta tu cuerpo y el de los demás, pues no tiene una función de juego y diversión: son millones de adolescentes que se embarazan, y de personas en el mundo que contraen enfermedades de transmisión sexual.
- Los que respetan viven la regla de oro: tratan a los demás como les gustaría ser tratados.
- El respeto favorece que una persona sepa lo que quiere lograr y sea consecuente con ese fin en beneficio propio y de los demás.

### **Reciprocidad:**

- Dispuesto a corresponder del mismo modo a un determinado comportamiento ajeno.
- Reciprocidad, en algunas culturas se refiere a la manera informal de intercambio de bienes y trabajo propio de un sistema económico informal.
- La reciprocidad se puede encontrar en todas las culturas.
- La reciprocidad es la aplicación de la regla de oro, trata a los demás como querías que te trataran. La aceptan casi todas las filosofías y religiones del mundo.
- Quien vive la reciprocidad tratará con consideración y respeto a todas las personas y no sólo a las que están a su alrededor.
- Para poder vivir la reciprocidad es necesario el autocontrol del enojo y las pasiones que llevan a pensar o realizar la venganza, la violencia, el *bullying* y la rebeldía.

- Reciprocidad se conoce también como “cadena de favores”; si fui sujeto de un apoyo por parte de alguien, cuando me pidan un apoyo con gusto los apoyaré.
- La regla de oro se entiende como una ética de la reciprocidad y se enuncia de distintas maneras: minimizar el daño de todos, para así maximizar la felicidad de todos.
- La regla de oro es: lo que tú no quieras, no lo hagas a los demás; lo que deseas, hazlo a los demás; lo que reproches a otros, no lo hagas tú.
- Aplicando la regla de oro debes actuar como juzgas que los demás deben hacerlo; respeta al otro como a ti mismo; no hagas a los demás lo que no te gustaría que te hagan.
- Hay que tener en cuenta que reciprocidad no significa que tengo que hacer exactamente lo mismo que me hicieron, sino corresponder con la misma actitud o servicio.
- Ejemplo de reciprocidad: si me ayudan a cambiar una llanta, no significa que solamente ayudaré a los que se le ponchan, sino tener disposición de ayudar en lo que se les ofrezca
- Ejemplo de reciprocidad: si a uno le gusta cenar fruta, no quiere decir que deba de llevar fruta a todos, sino lo que a la otra persona le agrade.
- Un antívalor contra de la reciprocidad: La persona abusiva que sólo pide, pero nunca da nada, haciendo un uso excesivo, injusto o indebido de alguien.
- No es reciprocidad la persona dejada, la que siempre da y nunca pide; la que sólo consiente caprichos; la que está abandonada y le falta cariño a pesar de que los ayuda.
- La persona que vive la reciprocidad es la que sabe trabajar en equipo, asume su responsabilidad y saca el trabajo que se repartieron equitativamente.
- La que vive la reciprocidad sabe prestar apoyo a sus compañeros cuando lo necesitan, y sabe pedir ayuda cuando realmente lo necesita.

### **Amabilidad:**

- Digno de ser amado. Agradable, dulce, suave en la conversación y el trato, complaciente, afectuoso, sin tosquedad ni aspereza.
- Amable es la persona que hace decorosa y grata la relación con el próximo gracias a la amabilidad y delicadeza en el trato mutuo, haciendo así la vida agradable a las demás.
- La persona amable vive en un grado excelente el respeto.
- La amabilidad es la capacidad de una persona de hacerse querer por otras por tener una actitud atractiva que hace capaz de generar simpatía y cariño.

- Una persona que es amable hace que los otros se sientan cómodos en su presencia, quieran escucharlo y disfruten de los momentos que pasan juntos.
- Las personas que son sangronas, antipáticas, groseras, generan un rechazo por parte de los demás, su persona y sus ideas no son bien recibidas por otros.
- Tratemos a los demás teniendo conciencia de que cada persona es digna de respeto, independientemente de que nos agrade o no.
- Si empezamos a tratar con respeto, luego lo haremos con cariño.
- Para empezar a ser amables basta comenzar a pulir algunas de las formas con las que nos dirigimos a los demás.
- Dirigirnos con amabilidad diciendo: "muchas gracias" o pedir perdón a la persona ofendida. Un simple "lo siento" hace mucha diferencia.
- También es fundamental para ser amables el interesarnos por la situación de los demás, el preguntar por cómo han estado.
- Si nos damos cuenta de que no somos personas amables es momento de cambiar, de dar lo mejor de nosotros y no lo peor.
- Recordemos siempre que la amabilidad es el primer paso a construir relaciones sociales cada vez más profundas.
- La amabilidad es el primer paso hacia el respeto, la amistad y hacia un amor profundo.
- Si no usamos la llave de la amabilidad, nos cerraremos la puerta hacia las relaciones humanas.
- Es lógico que en ocasiones nos enojemos, pero la persona amable es capaz de autocontrolarse para no insultar o maltratar a alguien, por ningún motivo.
- El amable sabe corregir y ser firme en las cosas importantes, pero siempre con buen modo, con respeto.
- El antívalor de la amabilidad es la ira o la cólera, que lleva a tratar a los demás con malos modos, ser grosero.
- La persona amable cuida su enojo y evita estallar con facilidad al molestarte con los demás por las cosas no hechas correctamente.
- La persona amable es la que tiene inteligencia emocional, y aunque sienta el enojo no se deja llevar por él. Sabe solucionar sus problemas y sobrellevarlos.
- El amable evita lastimar o molestar a los demás cuando está enojado, deja pasar un tiempo y, ya más sereno, actúa.
- La persona iracunda no controla sus sentimientos, hace berrinche sin razón. Se enoja por cualquier motivo con desproporción y le dura mucho tiempo.
- El iracundo se molesta por cualquier incomodidad y se queja: "hace calor", "tengo sed", "tengo hambre". Llegan a golpear u ofender a sus familiares o a que se les atraviese.

- Amable no es lo mismo que la persona apática que le tiene sin cuidado lo que pasa a su alrededor, aunque algo esté mal.
- La persona apática no se enoja, aunque la ocasión lo amerite, y no entiende que los demás se enojen. No se alegra ni se enfada por nada. Es incapaz de defender a nadie.
- La persona amable trata bien y con buenos modos a sus compañeros. Saluda a todos los que ve. Sabe comprender los defectos de los demás.
- La persona amable contesta de buen modo cuando alguna autoridad pide algo y evita llevar la contra siempre que puede. Busca más lo que une que lo que desune.
- La persona amable contribuye a hacer agradable el ambiente en el que se mueve y evita lo que pudiera desagradar, sin darle a la gente por su lado.
- La persona iracunda le hace la vida imposible a los demás con palabras o actitudes. Es grosero al contestar, hace *bullying*, contesta de malos modos.
- La persona iracunda se molesta demasiado en los detalles, tanto que hace incómoda la relación. Está pensando como molestar a los demás, y además lo hace sin darse cuenta.
- La amabilidad es distinta a la persona exagerada en el trato, formalista, que cuida sus modales con hipocresía, pero por dentro quisiera no hacerlo, o se queja.
- La amabilidad es distinta a exagerar los buenos modos y llegar a ser meloso, molesto. A todos hace fiesta y les dice que sí, sin importar que sea algo bueno o malo.

### **Obediencia:**

- La obediencia lleva a cumplir las indicaciones de quien tiene autoridad, o ser dócil a las personas que le educan o quieren ayudar.
- La persona obediente pone atención a las indicaciones que le dan. Si le llaman, atiende. Sigue las instrucciones que le dan.
- La persona obediente es amable cuando le hablan, o habla hasta que se lo pidan. En pocas palabras, sabe vivir el respeto con la autoridad.
- La obediencia es muy útil, por ejemplo: ¿Qué pasaría si en alta mar un capitán no tuviera estrellas y sol para guiarse? ¿Si no dispusiera de mapas e instrumentos de navegación?
- Todos tienen que obedecer: ¿Qué le pasaría a un científico que no siguiera los procedimientos adecuados?, quizá todo terminaría en un desastre.
- Es importante saber obedecer, pues sin escuchar indicaciones o normas nadie podría obtener buenos resultados ni llegar a tener éxito en lo que se propone.

- Para navegar, hacer ciencia o aprender; para sobrevivir o para mejorar las cosas, hay que tener precauciones, saber seguir instrucciones y obedecer ciertas guías.
- La capacidad de aceptar orientación y agradecerla puede ayudar a las personas a conseguir los bienes que buscan: no basta improvisar.
- Para tener lo que soñamos necesitamos caminar bien acompañados y por caminos confiables, construidos con base en experiencia y estudio de personas que han vivido.
- Todo se consigue teniendo una actitud de aprecio hacia los que nos educan y exigen. La práctica de este comportamiento o actitud se llama obediencia y docilidad.
- El que no construye dentro de sí una actitud favorable a las normas y consejos, hacia las instrucciones y las reglas, en realidad está cultivando el error.
- Para vivir con tino hay que saber escuchar y obedecer a quien tiene la capacidad de guiarnos, ya que de esta manera es posible llegar más lejos.
- La docilidad es una disposición interior formada voluntariamente que nos capacita para aceptar orientación y obedecer, con cortesía y agradecimiento a quien sabe más.
- Es bueno recordar que no es posible cultivar el respeto y la docilidad mediante una exigencia absurda, grosera o violenta.
- Lo desproporcionado y lo carente de razones puede causar una pérdida de autoestima, generar rebeldía o, simplemente, producir temor o reaccionar sin respeto.
- La docilidad inteligente, como un árbol, ha de ser regado en la raíz con alegría, amabilidad, respeto y diálogo; con abundantes explicaciones y acompañamiento.
- Hemos de construir con paciencia la capacidad de distinguir la docilidad del sometimiento (obediencia sin inteligencia), para que las personas sepan obedecer.
- Propiciemos que los hijos sean dóciles y obedezcan a quienes en realidad los aman.
- Hay que hacer de nuestras familias, escuelas y comunidades verdaderas tierras de cultivo de la abundancia, la paz y el respeto a las libertades propias y de los demás.
- Hay que formar en las familias ciudadanos pensantes y líderes responsables que conduzcan a este mundo por el camino de la paz, la justicia y la alegría.
- Un antivalor de la obediencia es el servilismo, aquella persona que se deja tratar como esclava o aplastar por un dictador.

- Otro antivalor de la obediencia es el desacato, que es la falta del debido respeto a los que tienen autoridad; y también el desobedecer a los padres y educadores.
- La persona que practica la obediencia: respeta a la autoridad y a los directores. Cumple las señales de tránsito y sus deberes de ciudadano.
- El obediente obedece y respeta al profesor, al jefe, al árbitro, sin agredirlos ni insultarlos, aun cuando no está de acuerdo con sus indicaciones.
- La persona con servilismo: sólo hace lo que se le indica para quedar bien con la autoridad. Se deja pisotear y manipular por la autoridad, el cónyuge o los padres.
- La persona desobediente: se burla de las autoridades civiles y de todas las leyes. No hace caso a las indicaciones ni consejos.
- Desobediente: al profesor, a su jefe, al árbitro, y los agrede cuando puede. Es el típico rebelde que hace lo contrario sólo porque se lo dijeron, sin pensar en las consecuencias.
- La persona obediente: obedece y respeta a sus padres, les avisa dónde está. Es consciente del dinero que gasta y evita endeudar a sus padres.
- La persona con servilismo: sólo hace lo que sus padres le indican. Les tiene miedo y por eso los respeta. Tiene un servilismo tal hacia ellos que descuida sus propios deberes.
- La persona desobediente: abusa de los padres como si debieran de servirle o darle todo, y les exige de mala manera.
- El desobediente, no tiene respeto alguno por los mayores. Al enojarse niega la palabra a sus padres, no se comunica con ellos. No le importa hacer sufrir a su familia.

### **Sencillez:**

- Sencillez, dicho de una persona: natural, espontánea, que obra con llaneza, sin doblez ni engaño, que expresa los conceptos naturalmente sin complicaciones.
- La sencillez es un estilo de vida que busca ante todo la autenticidad en el actuar, sin importarle las apariencias.
- Nuestros días podemos complicarlos mucho, donde terminamos no teniendo tiempo para nadie porque tenemos muchas gestiones a realizar, que calificamos malamente de urgentes.
- Parece que si no se tiene una agenda apretada estamos de más en la vida. Hay que tender a descomplicarnos la vida.
- La sencillez como estilo de vida viene de una actitud inteligente, que evita los errores, omite lo superfluo y sabe dónde hay un posible peligro a evitar.

- La sencillez ayuda a que las tendencias sean: demostrar su propia valía, hacerse valer ante los demás y el perfeccionamiento, no sea soberbia y la corrompan.
- Los soberbios con incapaces de respetar a los demás: ésta es la base de muchas faltas contra este valor fundamental en la vida de las familias.
- La persona sencilla es quien se conoce y se acepta a sí misma, con sus cualidades y defectos. Y esto, que suena bonito, en la práctica resulta difícil.
- Todos nos vemos ofuscados diariamente por un desordenado amor propio que lleva a sobrevalorar nuestra personal actuación, y perdamos sencillez.
- Se requiere del autocontrol para no dejarse llevar por la soberbia; y con sencillez, evitar compararnos, sentirnos superiores, maltratar a los demás y acabamos por no respetar.
- Hay personas que, por falta de sencillez, van ambicionando honores y puestos, presumen de lo que hacen, o fomentan la vanidad con el aspecto físico, la ropa, aparatos que usa, etc.
- La sencillez huye de todo privilegio por considerarlo discriminatorio, principio que lleva al respeto de los demás.
- Los antivalores de la sencillez son la ingenuidad y el complejo de inferioridad, por un extremo; y por el otro, está la persona complicada, artificial, soberbia, competitiva.
- La persona sencilla actúa de manera natural y de acuerdo a sus convicciones y como piensa. Sabe decir que no, aunque esté mal visto por los demás.
- La persona sencilla dice lo que le pasa y hace lo que le piden, sin complicaciones, sin pensar cómo queda, o qué opinan los demás de ella.
- La persona ingenua se cree todo lo que le dicen sin indagar un poco más. Suelen abusar de ella, echándole el trabajo de los demás. No tiene malicia y la engañan con facilidad.
- La persona complicada siempre le da vueltas a lo que le pasa, cómo la ven, qué van a decir de ella. Cuando falla, busca pretextos para justificarse y se disculpa muchas veces.
- La persona complicada no se da a conocer con facilidad. Hace lo que todos hacen, aunque no le guste. Y su opinión va cambiando dependiendo con quién habla. Tiene varias caras.
- La persona sencilla está contenta con el trabajo que realiza, aunque no sea valorado por los demás. Tiene espíritu de servicio y está al pendiente de las necesidades de los demás.
- La persona sencilla busca ser competente, más que estar compitiendo y ganarle a los demás.
- La persona con complejo de inferioridad busca inspirar lástima a los demás con gestos, su forma de vestir, etc. Se compadece de sí mismo. No mira a los ojos y se siente víctima.

- La persona soberbia, vanidosa, se siente superior a los demás y presume de sus cualidades siempre que le sea posible. Piensa que todo lo puede y que lo hace mejor que nadie.
- La persona soberbia le quiere ganar a todos. Se siente merecedora de que todos la quieran, le escuchen y le hagan caso, pero es incapaz de respetar o ayudar a otros.
- La persona sencilla tiene conversaciones, pero sin hablar demasiado de sus cosas. Reconoce y acepta cuando se equivoca.
- La persona sencilla se conoce a sí misma y aprende de sus errores. Evita vivir una vida de apariencias o hipocresía y le repugna todo lo que es doblez y engaño.
- La persona con complejo de inferioridad habla mal de sí misma y sólo ve errores en su vida y en su actuar. No se siente capaz de muchas cosas y llega a la humillación.
- La persona vanidosa habla demasiado de sí y de lo que hace. Siempre busca una justificación a sus errores. Se considera casi perfecta, y oculta sus deficiencias viviendo de apariencias.

### **Ecología:**

- Ecología es el respeto y conservación de los ecosistemas particulares y el ecosistema global.
- El **Ecosistema** es un gran sistema natural que lo conforma una variedad de seres vivos que comparten un mismo lugar, formando cada especie su propio hábitat.
- En la actualidad, nuestro planeta está sufriendo muchos cambios debido a la acción del hombre, y que de alguna manera afectan al equilibrio de los ecosistemas y nuestra vida.
- Todos debemos contribuir al respeto, la conservación y cuidado de esta casa común, sentir afecto y estima por la naturaleza: es normal que un hijo se preocupe de su hogar.
- Que el nuestro sea un tiempo que se recuerde por el despertar de una nueva reverencia ante la vida; por la firme resolución de alcanzar la sostenibilidad de conciencia ecológica.
- Es muy noble asumir el deber de cuidar la creación con pequeñas acciones cotidianas, y es maravilloso que la educación sea capaz de motivarlas hasta conformar un estilo de vida.
- La educación en la responsabilidad ecológica puede alentar diversos comportamientos que tienen una incidencia directa e importante en el cuidado del ambiente.

- Acciones ecológicas: evitar el uso de material plástico y de papel, reducir el consumo de agua, separar los residuos, cocinar sólo lo que razonablemente se podrá comer.
- Acciones ecológicas: tratar con cuidado a los seres vivos, utilizar transporte público o compartir un mismo vehículo entre varios, plantar árboles, apagar las luces innecesarias.
- El hecho de reutilizar algo en lugar de desecharlo rápidamente, a partir de profundas motivaciones, puede ser un acto de amor que exprese nuestra propia dignidad.
- Sólo en 12, de 179 países: Australia, Brasil, China, Colombia, Ecuador, Estados Unidos, India, Indonesia, Madagascar, **México**, etc. se encuentra 70% de la biodiversidad total del planeta.
- Un antívalor de la ecología está el ecologismo, que tiene una defensa de la naturaleza y la preservación del medio ambiente por encima de las personas.
- Otro antívalor de la ecología está el depredador de la naturaleza, que no la respeta sino la destruye.
- La persona respetuosa de la naturaleza: cuida el agua, evita desperdiciar electricidad (apaga o desconecta lo que no usa), no vierte basura en lugares públicos o en el campo.
- La persona con conciencia ecológica, cuida de los animales y los respeta. Siembra un árbol o cuida las plantas. Evita todo lo que puede contaminar el ambiente.
- La persona ecologista: “diviniza” la naturaleza y la pone por encima de las personas. Es la que pone más énfasis en cuidar a la mascota y a las plantas que a los humanos.
- La persona depredadora de la naturaleza es la que no respeta las plantas y animales, maltratándolos. Se burla de las campañas ecológicas, etc.
- Al que no le importa la naturaleza: desperdicia el agua, la energía, no le importa contribuir a la contaminación, tira objetos en el campo, carreteras o lugares públicos.