



# *Valores de 10 en 10*

Compilación Ana María Martínez, fsp



Valores de 10 en 10  
Compilado por Ana María Martínez  
1 a ed. - Asunción: Paulinas HSP, 2016  
200 p.; 17,5 x 12 cm.  
ISBN

1. Valores-Enseñanza. I. Martínez, Ana María, comp.

Diseño de cubierta y de interior: Ana G. Sánchez

1ª edición, junio 2016

Con las debidas licencias - Queda hecho el depósito que ordena la ley 11.723. © **Paulinas de Asociación Hijas de San Pablo**, Nazca 4249, 1419 Buenos Aires.

Queda hecho el depósito que ordena la ley 1.328/98.  
© **Paulinas** - ASOCIACIÓN HIJAS DE SAN PABLO DEL PARAGUAY, Azara 279 c/Iturbe - Asunción.

Impreso en Paraguay  
AGR S.A. Servicios Gráficos. Junio 2016.

ISBN

#### **Distribuye:**

**Paulinas** - Asociación Hijas de San Pablo en Paraguay  
Azara 279 c/Iturbe - Asunción  
Telefax: (595-21) 440 651/2  
paulinas@pla.net.py  
www.paulinas.org.ar  
Twitter: @libreriapaulipy  
Facebook: Paulinas Paraguay

Charles de Gaulle y Dr. Hassler.  
Villa Morra, Asunción. Tel.: 021 328 7142

# Introducción

Desde la antigüedad los decálogos han sido un rico recurso pedagógico. Son breves consejos que se dan a través de listados fáciles de asimilar, recordar y difundir. Según el Diccionario de la Real Academia Española, *decálogo* es un conjunto de normas o consejos que, aunque no sean diez, como su nombre lo indica, son básicos para el desarrollo de cualquier actividad. Algunos autores dicen que no es necesario que sean diez, pueden ser menos, pero parecería que no deben ser más, porque este es uno de los secretos para recordarlos y memorizarlos, ofreciendo también la posibilidad de repetirlos fácilmente.

El nombre de decálogo proviene de la tradición patristica, mientras que en la Biblia se denomina como “las diez palabras de Yahvé” a los textos bíblicos que presentan la lista de los diez mandamientos o decálogo, constitutivos de la base de la alianza de Dios con su pueblo en el Sinaí. También para Moisés el número de normas, o decálogo, no se apoya en un pretendido valor simbólico, sino que parece tener

más bien una razón pedagógica al poder enumerar los mandamientos con los dedos de las manos. Moisés, al entregar al pueblo el decálogo, le entrega una enseñanza dada por Dios a los hombres para reglamentar su conducta, dándole también un significado legislativo, “la ley, pedagogo y tutor del pueblo de Dios en estado de infancia”. Su puesta en práctica es para el pueblo el fruto normal del Espíritu. San Pablo se sitúa en esta perspectiva cuando traza un cuadro ideal moral que se impone al cristiano, esta enumeración de reglas de conductas se hacen tanto más exigentes cuanto tienen por fin la santidad cristiana.

Hoy todo el mundo hace decálogos, si bien algunos de los que ofrecemos en esta compilación pueden ayudar como orientación a la santidad, su intención fundamental es pedagógica. Son fáciles de recordar, resumen ideas y obligan a ser concisos y directos. Últimamente todo tipo de decálogos proliferan por Internet, hay más de cien páginas Web que los reúnen de todo tipo, desde el que propone ser un buen cuentista o escritor, el que enseña a aprobar exámenes, a los decálogos para tener éxito con las mujeres, educar bien a los niños; hay decálogos para mejorar la vida sexual, para hacer

un buen *blog*, para disfrutar de la televisión, sin contar los muchos eróticos y de mal gusto... Casi todas las profesiones tienen un decálogo deontológico, el buen abogado, el profesor, el empresario..., pero también tienen sus decálogos los que sufren de amor no correspondido, el viajero del transporte público, el niño misionero, la producción del aceite de oliva, casi todo tipo de enfermedades cuyos decálogos proponen la ayuda para su prevención y muchos más.

Está también quien se animó a hacer un decálogo para aquellos que intentan hacer un buen decálogo. El mismo incluye, entre otros puntos, los siguientes: un buen decálogo ha de tener diez puntos diferentes, cada uno de los puntos del decálogo debe estar numerado, hay que destacar gráficamente la idea principal de cada punto, colocar los puntos de forma ordenada, se recomienda no escribir, sino pontificar, se deben dar órdenes tajantes, ser insistentes.

En cada decálogo hemos respetado el estilo de los autores aunque no siempre su extensión. Algunos eran demasiados largos, por lo que presentamos sólo su parte enunciativa; otros parecerían anti-decálogos, como el del Biblio-

tecario de Humberto Eco y no es nuestra intención decir si son buenos, regulares o malos.

El objetivo es recuperar con los decálogos una serie de orientaciones, de consejos o propuestas para la acción pedagógica y la educación en valores con un discurso distinto, o con una forma literaria diferente a los cuentos, anécdotas, historias de vida, testimonios o narraciones presentadas en los otros libros de esta colección, contribuyendo con sus propuestas al crecimiento en valores.

El ordenamiento alfabético está realizado a través de una palabra del título que pasa a ser indicativa del tema principal.

Buena suerte, que el Señor la/o acompañe y si quiere compartir la experiencia comuníquese con nosotros al correo electrónico:

[editorial@paulinas.org.ar](mailto:editorial@paulinas.org.ar)

*Ana María Martínez fsp*

## DECÁLOGO DEL *Abogado*

1. No pases por encima de un estado de tu conciencia.
2. No afectes una convicción que no tengas.
3. No te rindas ante la popularidad ni adules a la tiranía.
4. Piensa siempre que tú eres para el cliente y no el cliente para ti.
5. No procures nunca en los tribunales ser más que los magistrados, pero no consientas ser menos.
6. Ten fe en la razón que es lo que, en general, prevalece.
7. Pon la moral por encima de las leyes.
8. Aprecia como el mejor de los textos el sentido común.
9. Procura la paz como el mayor de los triunfos.
10. Busca siempre la justicia por el camino de la sinceridad y sin otras armas que las de tu saber.

*Extraído de “El alma de la toga”, del maestro Dr. Ángel Ossorio y Gallardo, Decano del Ilustre Colegio de Abogados de Madrid. Perseguido por sus convicciones republicanas, tuvo que exiliarse en 1939, siendo acogido en la República Argentina.*

# DECÁLOGO DE LOS *Abuelos*

1. Tu nieto no es tu hijo. Tu responsabilidad, no es la del padre. Es otra muy distinta, que debes descubrir.

2. Tu nieto no es tuyo y la responsabilidad de su crianza le corresponde a sus padres. No pretendas arrogártela pues perderás al niño y puede ser que también a los padres.

3. Juega con tu nieto. Lo harás feliz, alegre y libre de complejos, y también lo serás tú. Vuelve a ser niño y sé dichoso.

4. Disfruta de tu nieto. Es una ocasión única que la vida te brinda de ser feliz.

5. No critiques a tu nieto ninguna actitud, postura, palabra o pensamiento de sus padres. El hijo admira a sus padres. No seas tú quien destruya esa admiración.

6. No permitas que tu nieto te critique a sus padres. Es una gran tentación. Tú debes tratar siempre de justificarlos y de defenderlos, pues los padres lo seguirán siendo de todos modos.

7. Proporciona a tu nieto unas raíces familiares. Este es tu papel fundamental como abuelo, hacer

que sepa quién es, a dónde pertenece y de dónde procede. Que no se sienta solo en el mundo ni desarraigado, sin memoria histórica y sin justificación para nada.

8. No te excedas en la valoración de tu nieto. Todos los nietos son, para sus abuelos, los mejores, los más buenos, los más inteligentes, los más cariñosos... No dejes, pues, de ser racional por el hecho de ser abuelo.

9. Haz bueno a tu nieto. Sus padres están educándolo, es tu gran ocasión de colaborar con ellos y prepararle un futuro feliz.

10. No malcrías a tu nieto. Puedes y debes disfrutar de él y con él, pero sin malograr con ello la labor educadora de sus padres; incluso, aporta en ese sentido tu granito de arena siempre que haga falta.

*Adaptación.*

# Índice

Introducción	3	Decálogo para <i>crecer en la paz</i>	49
Decálogo del <i>abogado</i>	7	Decálogo del <i>cristiano ñoqui</i>	50
Decálogo de los <i>abuelos</i>	8	Decálogo para la <i>cultura de la calidad</i>	51
Decálogo del <i>ahorro del tiempo</i>	10	Decálogo para <i>dejar de fumar</i>	52
Decálogo del buen <i>alumno</i>	12	Decálogo de los <i>derechos de las familias</i>	54
Decálogo de la <i>amabilidad</i>	13	Decálogo de los <i>derechos de los niños</i>	56
Decálogo del <i>amigo verdadero</i>	15	Decálogo para el <i>diálogo</i>	57
Decálogo de la <i>amistad</i>	17	Decálogo del <i>docente</i>	59
Decálogo de la <i>amistad duradera</i>	19	Decálogo del <i>don de la vida</i>	61
Decálogo del buen <i>amo de un perro</i>	21	Decálogo de un <i>educador</i>	62
Decálogo del <i>amor</i>	23	Decálogo para <i>educar a los hijos</i>	64
Decálogo del <i>aprender viviendo</i>	25	Decálogo de la <i>elección responsable</i>	65
Decálogo del <i>arca de Noé</i>	27	Decálogo de una <i>empresa socialmente responsable</i>	67
Decálogo del buen <i>botiquín</i>	29	Decálogo del <i>empresario cristiano</i>	69
Decálogo del buen <i>ciudadano</i>	31	Decálogo para <i>encontrar a Dios</i>	71
Decálogo de la <i>comunidad</i>	33	Decálogo para saber <i>envejecer</i>	73
Decálogo para <i>conservar la amistad</i>	35	Decálogo para saber si eres <i>equilibrado</i>	76
Decálogo para <i>construir la paz</i>	38	Decálogo de la <i>esperanza</i>	77
Decálogo ciudadano <i>contra la corrupción</i>	40	Decálogo de la <i>esposa</i>	78
Decálogo <i>contra la depresión</i>	41	Decálogo del <i>esposo</i>	79
Decálogo de la <i>conversión cuaresmal</i>	42	Decálogo para el <i>esposo</i>	80
Decálogo de la <i>convivencia</i>	44	Decálogo del <i>estudiante</i>	82
Decálogo para la <i>convivencia conyugal</i>	45	Decálogo católico sobre <i>ética y ambiente</i>	84
Decálogo de la <i>cortesía</i>	47	Decálogo de la <i>Eucaristía</i>	86
		Decálogo del <i>familiar o amigo del paciente oncológico</i>	88
		Decálogo de las <i>familias</i>	89
		Decálogo de la <i>felicidad</i>	91

Decálogo para alcanzar la <i>felicidad</i>	93	Decálogo de la <i>oración en casa</i>	140
Decálogo del <i>General San Martín para su hija Mercedes</i>	95	Decálogo del buen <i>oyente de un concierto</i>	142
Decálogo del buen <i>gobernante</i>	96	Decálogo del <i>paciente oncológico</i>	144
Decálogo para <i>hacer del hijo un delincuente</i>	98	Decálogo para <i>padres</i>	145
Decálogo para <i>hacernos prójimo</i>	100	Decálogo del voluntario en <i>pastoral de la salud</i>	147
Decálogo de los <i>hijos</i>	102	Decálogo para la <i>pastoral familiar</i>	149
Decálogo para <i>hijos</i>	103	Decálogo de Asís por la <i>paz</i>	151
Decálogo de <i>hoy para vivir bien</i>	105	Decálogo del <i>periodista</i>	154
Decálogo para saber si eres <i>idealista</i>	107	Decálogo de las <i>relaciones interpersonales</i>	156
Decálogo de la seguridad básica en <i>Internet</i>	108	Decálogo de <i>san Ivo</i>	158
Decálogo del <i>inventor</i>	109	Decálogo de la buena <i>secretaria</i>	160
Decálogo del <i>juego limpio</i>	111	Decálogo para <i>seguir sonriendo</i>	162
Decálogo para <i>leer la Biblia</i>	113	Decálogo de la <i>seguridad escolar</i>	163
Decálogo para la <i>madurez</i>	116	Decálogo del <i>sentido de la vida</i>	164
Decálogo del <i>maestro</i>	117	Decálogo de la <i>serenidad</i>	166
Decálogo para una <i>maternidad saludable</i>	118	Decálogo de la <i>solidaridad</i>	168
Decálogo del <i>matrimonio</i>	120	Decálogo de la <i>sonrisa</i>	169
Decálogo para un <i>matrimonio feliz</i>	121	Decálogo de los <i>sueños</i>	170
Decálogo del <i>médico</i>	123	Decálogo del buen uso del <i>teléfono celular</i>	171
Decálogo de los <i>nietos</i>	125	Decálogo del <i>televidente</i>	173
Decálogo del <i>niño</i>	127	Decálogo educativo de la <i>televisión</i>	176
Decálogo del <i>niño misionero</i>	129	Decálogo de <i>Thomas Jefferson</i>	178
Decálogo de la <i>no violencia</i>	130	Decálogo de comportamiento en el <i>transporte escolar</i>	179
Decálogo de la <i>novia</i>	132	Decálogo para <i>triunfar en la vida</i>	181
Decálogo del <i>noviazgo</i>	133	Decálogo para la <i>utilización del tiempo</i>	183
Decálogo del <i>novio</i>	135	Decálogo para vivir las <i>vacaciones cristianamente</i>	185
Decálogo de los <i>optimistas</i>	136		
Decálogo de la <i>oración constante</i>	138		

Decálogo de los <i>valores en la familia</i>	187
Decálogo de la <i>vida</i>	188
Decálogo de la <i>vida religiosa joven</i>	190
Decálogo para <i>vivir</i>	192

“Dios me ha dado la gracia de ser ministro de Jesucristo entre los paganos, realizar el oficio sagrado de anunciar la Buena Noticia de Dios”. *Rom* 15, 15-16

## HIJAS DE SAN PABLO

Las Hijas de San Pablo, conocidas como Paulinas constituyen una congregación de religiosas consagradas por Dios al servicio de la Iglesia, para evangelizar a las personas a través de los medios de comunicación social. Fundadas en Alba (Italia) en 1915 por el beato Santiago Alberione, las Paulinas recorren el mundo anunciando el mensaje del evangelio a través de libros, revistas, programas radiales, CD, DVD, televisión e internet, para llegar a todos con la palabra de Dios, recordando las palabras de Jesús a sus discípulos: *“Vayan por todo el mundo y anuncien la buena noticia”*.

Las Hermanas Paulinas siguen los pasos de Tecla Merlo, la primera Hija de San Pablo, que a los veinte años dijo “sí” al llamado de Dios y a la invitación del beato Santiago Alberione. Como Tecla, otras jóvenes siguieron el llamado para correr la aventura de ser apóstoles misioneras del evangelio. Las Hermanas Paulinas están en cincuenta y un naciones de los cinco continentes. En cada país tienen sus puertas abiertas para las jóvenes que quieran, hacer un discernimiento vocacional y consagrarse como misioneras al anuncio del evangelio.

### **Comunicate con nosotras:**

Face: Paulinas Paraguay  
paulinas@pla.net.py  
Azara 279 c/Iturbe. Asunción  
Tel: 021 440 651  
Charles de Gaulle y Dr. Hassler  
Villa Morra - Asunción  
Tel: 021 328 7142

