

Veraneando en Nocedal: un combustible necesario para la familia

San Juan Pablo II, un enamorado del contacto con la naturaleza, aseguraba que el descanso es también una necesidad espiritual, una cosa sagrada, siendo para el hombre la condición para liberarse de la serie, a veces excesivamente absorbente, de los compromisos terrenos y tomar conciencia de que todo es obra de Dios.

14/01/2019

Se trata de equilibrar la solicitud por nuestras obligaciones con la responsabilidad de recuperar las fuerzas necesarias para seguir atendiéndolas. Cuando oímos que entre amigos y familiares se dicen “cuídate” al despedirse, en realidad se están recordando mutuamente que nuestra salud es un don de Dios que es necesario proteger para servir a los demás.

La siguiente oración, atribuida a santo Tomás Moro, explicita muy bien la importancia de cuidar el cuerpo:

“Dame, Señor, una buena digestión, y también algo que digerir. Dame un cuerpo sano, Señor, con el sentido común necesario para cuidarlo. Dame, Señor, un alma sencilla, que

sepa atesorar todo lo que es bueno y puro, y que no se asuste fácilmente ante el mal, sino que encuentre el modo de poner las cosas de nuevo en su lugar. Dame un alma que no conozca el aburrimiento, las murmuraciones, los suspiros y los lamentos, y no permitas que esa cosa pesada que se llama “yo” me preocupe demasiado. Dame, Señor, sentido del humor. Dame la gracia de comprender una broma, y de descubrir un poco de alegría en esta vida y comunicarla a los demás. Así sea”[1].

Con este sentido cristiano del descanso y el objetivo de lograr que las vacaciones sean una instancia de encuentro familiar, 80 familias y 125 niños del Colegio Técnico de la Fundación Nocedal, organizaron -por tercer año consecutivo- *Veraneando en Nocedal*, que tuvo lugar entre el 3 y 6 de enero pasado.

Por la pérdida de la rutina habitual del año escolar, el verano puede ser sinónimo de sedentarismo para muchos niños y familias y algunas personas pueden no saber cómo aprovechar los momentos de ocio, tan necesarios en nuestra vida como los de trabajo. Consciente de esta realidad el Colegio Nocedal, ubicado en la comuna de la Pintana, organizó una actividad de cuatro días con dinámicas recreativas y formativas. El lugar elegido fue el Fundo Macul, ubicado en la zona sur de Santiago, a los pies de la Cordillera de los Andes, un sitio perfecto para capear las tardes de calor con sus altos árboles, piscina y cancha de fútbol...

El primero de los cuatro días del “veraneo” se realizó en el mismo colegio, con actividades recreativas como bajada en rapel, puente tibetano, fútbol, básquetbol, vóleibol y otros juegos. La segunda jornada emprendieron una excursión a la

Quebrada de Macul, ubicada en la comuna de Peñalolén, en la que realizaron una caminata de cinco horas, rodeados de la belleza de un bosque nativo propio de la zona cordillerana del valle central, entre piedras, sombras de arrayanes y eucaliptos. Culminaron el tercer y cuarto día con un campamento en la Casona de Macul.

Un fin de semana inolvidable

María Teresa Espinoza asistió junto a sus dos hijos. Destacó que esta instancia le sirvió para compartir con los niños y apoderados del colegio “en una *junta* gratificante para el alma, ya que relacionarnos con los demás apoderados nos permitió conocernos más y participar como la gran familia que somos”. Fue en pocas palabras, “un fin de semana inolvidable, una experiencia maravillosa”.

Un semillero de virtudes

Para Nicolás Jorquera, uno de los profesores del colegio y organizadores de la actividad, lo más emocionante fue “ver a las familias unidas y compartiendo con personas que no interactúan de manera regular; también observar a los niños fuera de su rutina y sociabilizando en instancias sencillas, que los ayudaron a alejarse de sus celulares y del sedentarismo”. Fue también una oportunidad para descubrir que la mayoría de las actividades netamente recreativas, pueden tener un trasfondo formativo. “Cuando fuimos a la quebrada de Macul, propusimos a los alumnos de primero y segundo básico cumplir la meta de llegar al final del trayecto. A pesar de las dificultades en el camino -que duró 5 horas- sortearon los problemas que se presentaron, aplicando los conceptos de trabajo en equipo y solidaridad. Eso fue realmente enriquecedor”, ilustró el profesor de jefe del departamento de

Educación Física y encargado general de la actividad.

La mayor gratificación que le produjo a la familia Rojas Saavedra fue ver a sus hijos compartiendo con otros niños. “Se trató de una actividad muy sana, donde se conectaron niños y padres para pasarlo bien. Para nuestra familia fue una excelente instancia para descubrir a otras familias y desprendernos de las cosas que nos distraen a diario, como la televisión y otros”.

Por su parte, la familia Caniupan Gutiérreztambién se sintió identificada con ese elemento enriquecedor del evento. Destacaron que salir de la rutina “enriqueció aún más los lazos entre todos, ya que nos desenchufamos de la tecnología y comodidad del hogar para disfrutar de la naturaleza y convivir con los demás”. Lo que más les gustó fue

“compartir todos juntos, ver las risas de mis hijos y disfrutar de cosas muy simples, eso llena el corazón de cualquier padre y madre”.

La sensación de alegría de los testimonios recogidos en esta tercera versión de *Veraneando en Nocedal* coinciden con las palabras pronunciadas por el Papa Francisco durante el Encuentro Mundial de las familias, realizado en Filadelfia en 2015:

“Lo más lindo que hizo Dios, dice la Biblia, fue la familia. Todo el amor que Dios tiene en sí, toda la belleza que Dios tiene en sí, toda la verdad que Dios tiene en sí, la entrega a la familia. Una familia es verdaderamente familia cuando es capaz de abrir los brazos y recibir todo ese amor”.

[1] Traducción de la versión inglesa
citada en el discurso del Papa
Francisco, el 22-XII-14.

pdf | Documento generado
automáticamente desde [https://
opusdei.org/es-cl/article/veraneando-en-
nocebal-un-combustible-necesario-
para-la-familia/](https://opusdei.org/es-cl/article/veraneando-en-nocebal-un-combustible-necesario-para-la-familia/) (22/02/2026)