

# El Miquito Feliz

**Proyecto de Recuperación Psicosocial de los Niños afectados por desastres naturales**

**Créditos:****Versión Original:**

Angelina Neves - Fernanda Texeira  
UNICEF Mozambique y Cruz Roja Mozambicana  
1992.

**Traducción al Español**

Jorge Mesa

**Revisión y adaptación de textos**

María del Pilar Jaramillo M  
M.E.N Colombia 1997

**Metodología y diseño técnico**

Nidya Quiroz  
UNICEF Mozambique, 1992  
Versión 1997

**Coordinador Área de Protección Especial**

Nelson Ortiz  
UNICEF Colombia

**Oficial Asistente de Proyecto**

César Romero  
UNICEF Colombia

**Este manual se produce con el apoyo  
financiero del Gobierno Italiano**

**Primera edición en convenio con**

- Ministerio de Educación Nacional
- Comisión Diocesana para los Derechos Humanos en Colombia
- Cruz Roja Colombiana

**Coordinación Editorial**

Bernardo Nieto  
Sara Franky

**Ilustración y diseño gráfico**

Elena Ospina - Luis Eduardo León

**Impresión**

Gente Nueva Editorial

**Bogota DC, Colombia**

Quinta edición  
Diciembre 2002

Este documento

**El Retorno de la Alegría, Manual del Voluntario**  
puede reproducirse en su totalidad o en sus partes,  
siempre que se solicite autorización.





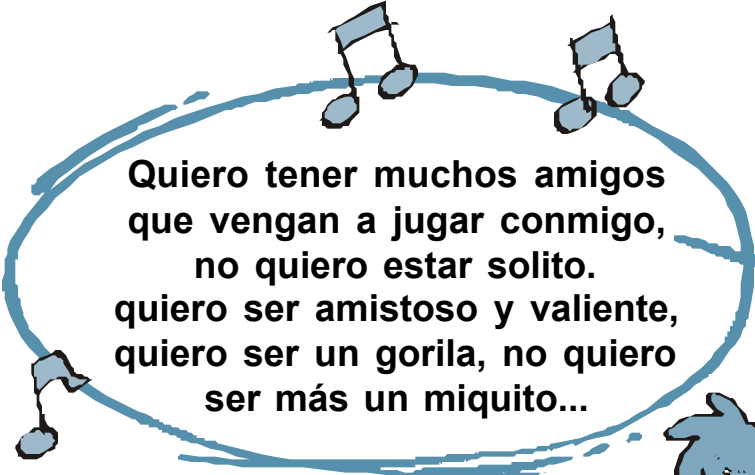
**H**abía una vez un miquito enojado y triste porque él pensaba así:

Nadie me quiere porque soy violento y agresivo, pero a mi no me gusta ser peleón yo no quiero ser malo...

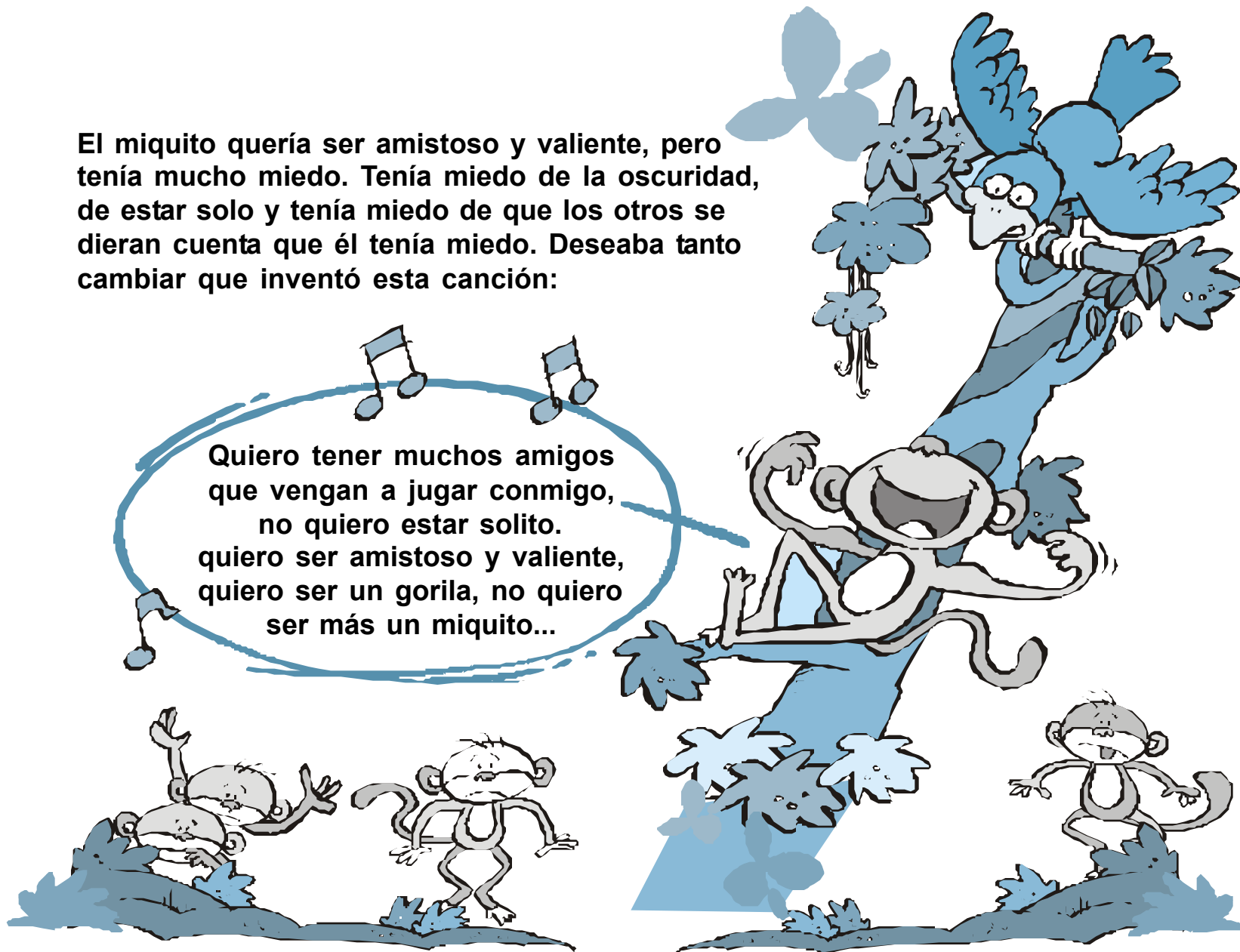
Quando los otros miquitos lo llamaban a jugar él se ponía muy contento... Pero luego, se enojaba, peleaba con los otros, les hacía daño... Ninguno entendía porqué se enojaba. Triste, el miquito pensaba: Yo no quiero ser malo, quiero tener muchos amigos que les guste jugar conmigo... si! eso quiero



El miquito quería ser amistoso y valiente, pero tenía mucho miedo. Tenía miedo de la oscuridad, de estar solo y tenía miedo de que los otros se dieran cuenta que él tenía miedo. Deseaba tanto cambiar que inventó esta canción:



Quiero tener muchos amigos  
que vengan a jugar conmigo,  
no quiero estar solito.  
quiero ser amistoso y valiente,  
quiero ser un gorila, no quiero  
ser más un miquito...

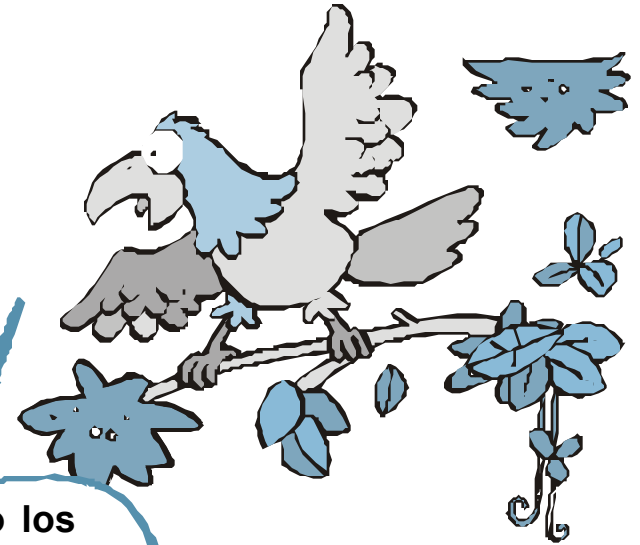
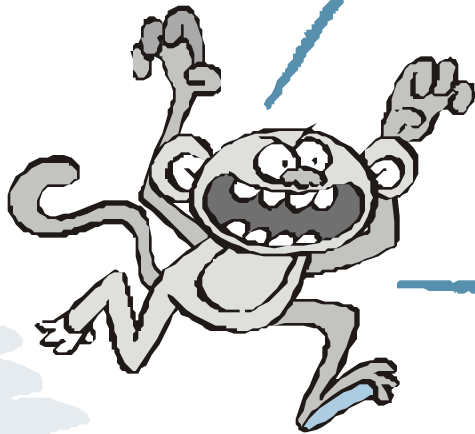


Un día una lora lo escuchó cantar  
y le preguntó: ¿Porqué quieres ser un gorila?

Porque si soy fuerte y grande  
como los gorilas ya no voy a tener  
miedo de nada, con sólo gruñir  
todos huirán de mi...

Pero los  
gorilas  
también  
tienen temor!

¿Gorilas con  
susto?  
No lo creo!



**Es verdad. El miedo se esconde dentro de una persona, no importa cual sea su tamaño. Se instala adentro y asusta todo el tiempo. Es como una enfermedad y tenemos que luchar contra él.**



**¿ Y cómo se lucha contra el miedo?**

**Es difícil, pero es posible hacerlo. Hay que pensar en aquello que nos asusta y darnos cuenta que debemos vencerlo. Lentamente el temor va saliendo de nosotros.**

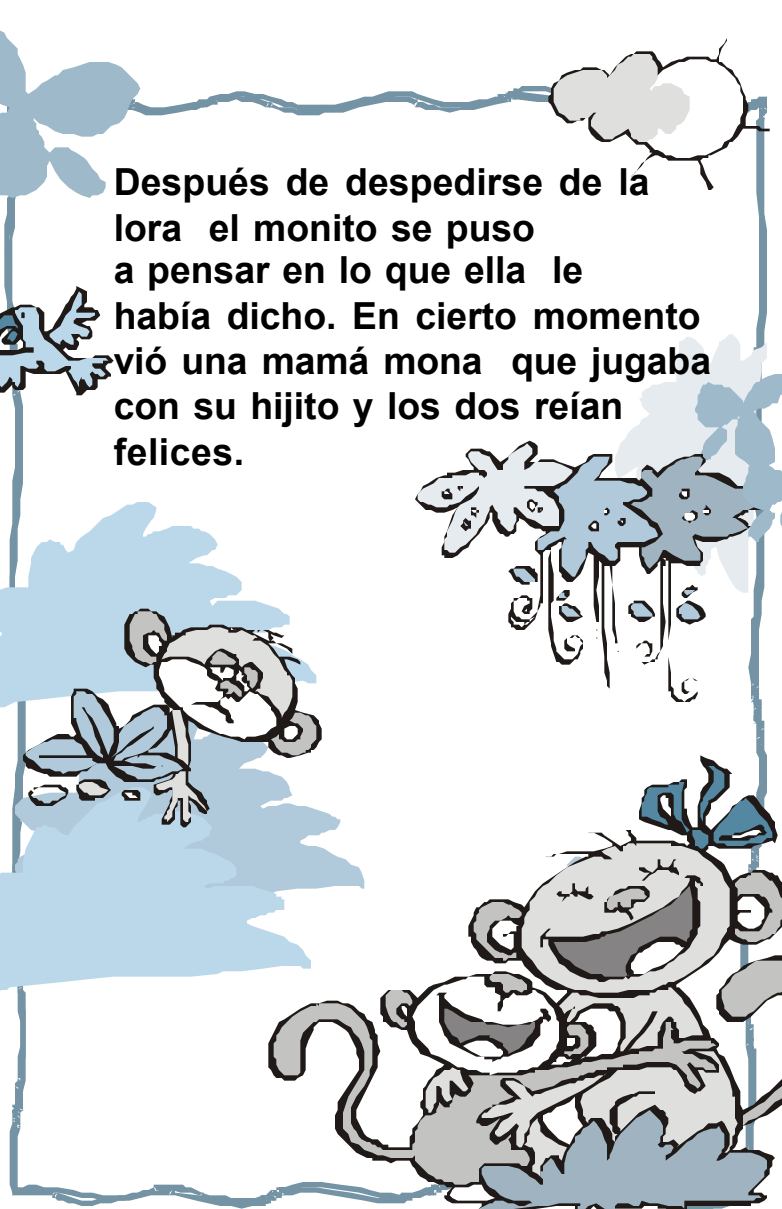




Cómo sabes todo eso ?

Así curé mi temor !  
Inventé una canción  
que te voy a enseñar.  
Dice así:

Puedes ser un grandulón y tener miedo en el corazón, y ser un valiente porque la valentía y la confianza viven en el corazón.



Después de despedirse de la lora el monito se puso a pensar en lo que ella le había dicho. En cierto momento vió una mamá mona que jugaba con su hijito y los dos reían felices.


**Cómo sería de bueno tener una madre que nos abrazara con cariño, que jugara con nosotros. Si tuviera una mamá nunca volvería a tener miedo, a enojarme, nunca más me pondría triste....**

**Y si le pidiese a esa mamá de allá que fuera mi mamita también ?**

**Escuché lo que dijiste y quiero contarte esto: es verdad que todos los pequeñitos tienen derecho a tener una madre, pero una mamá no es una fruta que cogemos de un árbol y podemos quedarnos con ella.**








**Primero, tenemos que conquistar el corazón de los que nos rodean. Tener amigos, ayudar a los que necesitan ayuda, jugar, reír, compartir la alegría con otros. Y también trabajar para mostrar a los otros que somos valiosos y que podemos dar muchas cosas. Sólo así vamos a conquistar el corazón de las personas y vivir en paz.**


**¿Y así voy a conseguir una madre ?**




**No vas a ganar una madre, sino muchas madres, muchos hermanos y muchos amigos. Voy a enseñarte una canción que me gusta cantar:**

**Todos tenemos que ser amigos, ayudar a los que lo necesitan, reír, jugar, perdonar y compartir lo que tenemos.**


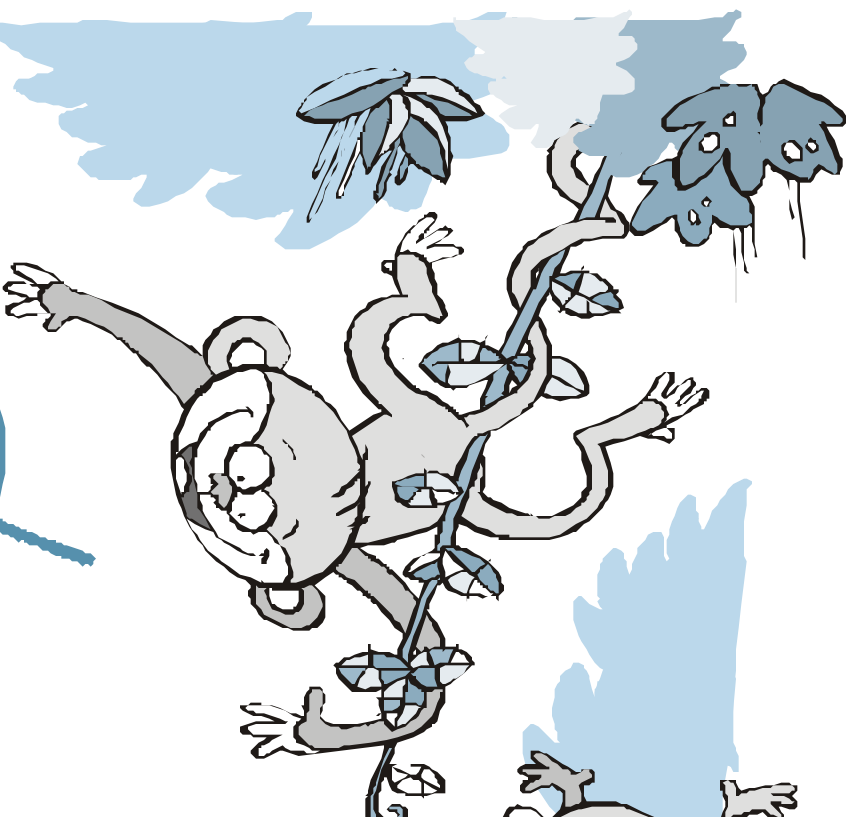
El miquito se hizo muy amigo del búho que le enseñó muchas cosas. El monito ya no era un miquito furioso porque tenía un amigo que le enseñaba todas las cosas que no entendía. Un día dijo.....



Ahora que entiendo muchas cosas puedo vivir alegre y sin miedo y ya tengo muchos amigos porque ya sé jugar sin enojarme.



Pero siempre se necesita aprender más, como dice la canción:

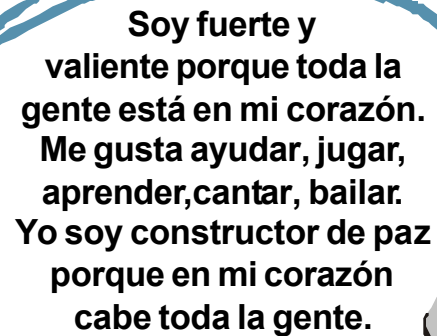


Tenemos que aprender y descubrir todo lo que no conocemos porque el miedo se esconde en lo que no entendemos



Como al miquito le gustaba ayudar a otros, todos en la región empezaron a llamarlo AMIGUITO.

Y un día el miquito se dió cuenta que todas las mamas miquitas lo trataban como a un hijo, que todos los monitos lo trataban como hermano y que todos los otros animales lo trataban como amigo. Y se dió cuenta que habia ganado una familia grande, tan grande como la región donde vivían, el sentía a todos en su corazón... Entonces inventó una nueva canción.



Soy fuerte y valiente porque toda la gente está en mi corazón. Me gusta ayudar, jugar, aprender, cantar, bailar. Yo soy constructor de paz porque en mi corazón cabe toda la gente.

