

Mes: Enero
Año: 2026

NÚM. CUATRO

Boletín Electrónico



Tema del mes:

Año Nuevo

ÍNDICE

BOLETÍN ELECTRÓNICO - ENERO 2026



**MENSAJE DE LA SRA.
MIRIAM HURTADO RIVERA**
Pág. 3

**PERSONAJE DEL MES:
ROSARIO CASTELLANOS**
Pág. 4

**TEMA DEL MES:
EL AÑO NUEVO**
Pág. 5

REFLEXIÓN MENSUAL
Pág. 6

**VALORES Y VIRTUDES:
LA GRATITUD**
Pág. 7

INSTRUCCIÓN PANAMERICANA
Pág. 8

SRA. MIRIAM HURTADO RIVERA

PRESIDENTA DE LA ANMRPRMAC



QUERIDAS HERMANAS EN IDEALES...

Con el cariño de siempre me dirijo a ustedes en este mes de enero, mes en que la magia vuelve a hacer acto de presencia transportándonos una vez más a cuando éramos niños y disfrutábamos intensamente lo

que los Reyes magos nos traían, basado en lo que pedíamos en nuestras cartas y que fuera posible y fue tan grande y constructiva esa experiencia que cuando nos tocó traer esa magia a nuestro hogar, lo seguimos haciendo con la misma ilusión de cuando éramos niños sembrando esa semilla en los corazones de todos los integrantes de las nuevas generaciones que tenemos el privilegio de tener en nuestras vidas, que esa magia prevalezca en nuestros corazones alimentando siempre al niño que llevamos dentro, mis mejores deseos por un año 2026 lleno de bendiciones, mi cariño y gratitud por siempre...

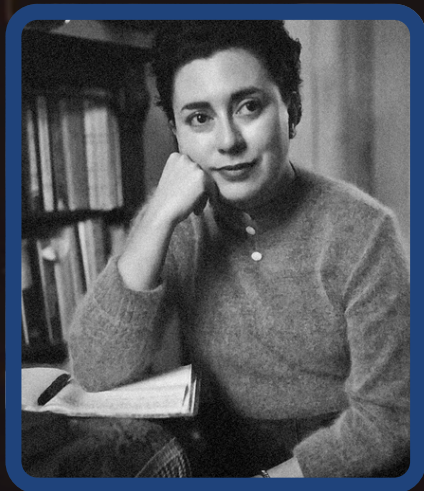
**“UNA PARA TODAS Y
TODAS PARA UNA”**

Con todo cariño
Miriam Hurtado Rivera

ROSARIO CASTELLANOS

ESCRITORA Y PERIODISTA MEXICANA

¿QUIÉN FUE ELLA?



Rosario Castellanos (1925-1974) fue una de las escritoras mexicanas más importantes del siglo XX, reconocida por su trabajo pionero en el feminismo y su defensa de los derechos de los pueblos indígenas. Su obra literaria, que abarcó poesía, novela, cuento y ensayo, abordó las desigualdades sociales y de género en México. Dejó un legado literario y político que sigue vigente en la lucha por la igualdad y la libertad. Sus restos descansan en la Rotonda de las Personas Ilustres en la Ciudad de México...

Principales Contribuciones:

- **Pionera del Feminismo:** Castellanos fue una voz crítica contra el machismo y la misoginia de su época. Cuestionó las convenciones sociales que relegaban a las mujeres al ámbito doméstico y abogó por su libertad, desarrollo intelectual y autonomía.
- **Defensora de los Pueblos Indígenas:** Habiendo crecido en Chiapas, fue testigo de las injusticias y la discriminación que sufrían las comunidades mayas. Integró esta realidad en su narrativa, dando voz a quienes no la tenían y criticando la sociedad clasista de la época.
- **Literata y Académica Destacada:** Incursionó en diversos géneros literarios y se desempeñó como profesora en la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM y en universidades de Estados Unidos.
- **Diplomática:** Representó a México como embajadora en Israel de 1971 a 1974.

TEMA DEL MES

AÑO NUEVO

¿Qué significa?

El Año Nuevo es una de las festividades más celebradas globalmente, marcando el fin de un ciclo y el comienzo de otro, lleno de esperanza y propósitos renovados.

Su celebración principal ocurre el 1 de enero en la mayoría de los países, una fecha establecida por Julio César en el calendario juliano y vinculada al dios romano Jano, el dios de los comienzos y las transiciones.

Espiritualmente, el Año Nuevo representa renovación, esperanza, perdón y nuevos comienzos, un tiempo para dejar atrás lo viejo, reflexionar sobre errores, buscar una conexión más profunda con lo divino y establecer intenciones para crecer en santidad o propósito, viendo cada nuevo ciclo como una oportunidad para florecer y reiniciar, no solo a nivel individual, sino en relación con el universo y Dios.



Significado y Simbolismo

- **Renovación y Nuevos Comienzos:** La idea central es dejar atrás el pasado, lo viejo y lo negativo, para dar la bienvenida a lo nuevo con optimismo. Se asocia con la posibilidad de "borrón y cuenta nueva" o de tener una "vida nueva".
- **Reflexión y Propósitos:** Es una pausa en la rutina para reflexionar sobre los logros y desafíos del año que termina. Muchas personas aprovechan este momento para establecer propósitos y metas personales, lo que les da un sentido de dirección y motivación para los meses venideros.
- **Esperanza y Optimismo:** La celebración es una expresión colectiva de optimismo, un rito compartido que une a las personas en la búsqueda de un futuro más prometedor.
- **Transición y Tiempo Cíclico:** Esto refleja la naturaleza dual de la celebración: honrar el tiempo que pasó y anticipar el que viene.

REFLEXIÓN MENSUAL

¿QUÉ ES LA FELICIDAD?



Mario Benedetti (1920-2009) fue un destacado escritor, poeta, novelista, dramaturgo y periodista uruguayo, considerado una de las personalidades más importantes de la literatura latinoamericana de la segunda mitad del siglo XX. El nos regala una visión única de entender ¿Qué es la Felicidad?...

- Es disfrutar lo que tienen hoy, dijo la **GRATITUD**.
- Es reír sin miedo al mañana, dijo la **ESPERANZA**.
- Es valorar los pequeños momentos, dijo la **SENCILLEZ**.
- Es dejar ir lo que te lastima, dijo la **LIBERTAD**.
- Es vivir sin compararte, dijo la **PAZ**.

No esperes a que todo sea perfecto para ser feliz,
La felicidad habita en el presente.

APRECIA Y ABRAZA LO QUE TIENES HOY.

La felicidad es compartir, es dar y recibir,
Es entender que el amor no se mendiga,
Se da libremente...



¿QUÉ ES LA GRATITUD?

»»» ES UNA EMOCIÓN POSITIVA...

Que surge cuando reconocemos el valor de lo que recibimos, ya sea algo tangible, como un regalo, o intangible, como un gesto de apoyo. Pero el significado de la gratitud va más allá de una reacción momentánea. Implica cultivar una forma de pensar que reconoce lo bueno, incluso en medio de las dificultades.



»»» SE ASOCIA CON BIENESTAR Y RESILIENCIA...

En la práctica cotidiana, agradecer nos ayuda a enfocarnos en lo que sí tenemos, en lugar de obsesionarnos con lo que falta. De esta manera, dejamos de vivir en la carencia para abrazar la abundancia.

»»» VIVIR AGRADECIDOS ES VIVIR EN PLENITUD...

La gratitud es un recordatorio de que, aunque no siempre podamos controlar lo que sucede, sí podemos elegir cómo lo interpretamos y enfrentamos.

En definitiva, el poder de la gratitud no está en cambiar lo que tenemos, sino en cambiar la manera en que lo vemos. Y ahí, precisamente, reside su capacidad para transformar vidas.



RECOMENDACIONES PARA OPTIMIZAR LAS JUNTAS ORDINARIAS DE TRABAJO EN LAS MESAS REDONDAS:

INSTRUCCIÓN PANAMERICANA

- Llegar puntual a la reunión.
- Llevar tus estatutos y reglamentos.
- Poner tu celular en modo vibrador.
- Tener presente el cargo que ocupas en la directiva y cuales son tus deberes.
- Disponer de tiempo, sin prisas, evitar retirarte antes de terminar la reunión.
- Tener una buena actitud y disposición para participar y aportar en forma positiva.
- Recordar que el resultado de los trabajos a realizar vale la pena.



Queridas Lectoras:

Agradezco a Dios el permitirnos iniciar un año mas en este movimiento panamericano, y en este mes de Enero, en la sección de virtudes y valores, se habla de la GRATITUD, virtud con la que no se nace, sino que se adquiere a lo largo de nuestra vida.

En la reflexión, MARIO BENEDETTI nos dice muy a su hermosa manera, lo que es la FELICIDAD. En cuanto a la Instrucción Panamericana, se enlistan algunas recomendaciones que mucho nos ayudaran a que nuestras reuniones de trabajo mensuales, en cada Mesa Redonda, se aprovechen y sean mas productivas.

Las invito a que iniciemos este año con la mejor de las actitudes, seamos positivas, no permitamos que los problemas a nuestro alrededor nos llenen de tristeza y desánimo. Demos ejemplo de amabilidad y empatía, porque una acción dice mas que mil palabras.

Con cariño, su amiga Nohemí...

Happy
New Year



ELIA NOHEMÍ ARANO MENÉNDEZ

**PRESIDENTA DEL COMITE DEL BOLETÍN
ELECTRÓNICO**