



Persona 1

Hoy no hablamos como alumnos ni como profesores.

Hablamos como personas.

Personas que sienten, que ven, que escuchan, y que ya no quieren callar.

Durante demasiado tiempo, el silencio ha sido el refugio de la violencia.

Durante demasiado tiempo, el dolor se ha escondido detrás de una sonrisa forzada o una broma cruel.

El bullying no es un juego.

No es una etapa. No es parte del crecimiento.

Es una forma de violencia que hiere el alma y apaga la luz de quienes la sufren.

Cada burla, cada insulto, cada exclusión deja una marca.

Y esas marcas, aunque no se vean, pesan.

Pesan en el pecho, en la autoestima, en la manera de mirar el mundo.

Nos dijeron que eran “cosas de niños”.

Pero no lo son.

Son cosas de un sistema que aún no ha aprendido a mirar con empatía,

de una sociedad que a veces enseña a competir antes que a comprender,

a señalar lo diferente antes que a celebrarlo.



Persona 2

El bullying no nace en las aulas: se alimenta del silencio.

De la indiferencia, del “no te metas”, del “no es para tanto”.

Cada vez que alguien calla ante una injusticia, el acoso se hace más fuerte.

Por eso, hoy decimos: no más silencios.

Porque mirar hacia otro lado también duele.

Porque quien calla ante el sufrimiento, se convierte sin querer en cómplice.

Queremos una educación que abrace.

Una escuela donde se enseñe a vivir con los demás, no a sobrevivir de ellos.

Donde la empatía no sea un tema transversal, sino una práctica diaria.

Donde se valore la diferencia, donde se escuche antes de juzgar,

y donde el respeto no se imponga con miedo, sino se construya con amor.

Educar no es solo transmitir conocimientos,

es sembrar humanidad.

Es enseñar a reconocer el daño, a pedir perdón, a reparar lo roto.



Persona 3

Es ayudar a los niños y niñas a poner nombre a lo que sienten,

a enfadarse sin destruir, a equivocarse sin odiar,

a defender sin humillar, a convivir sin lastimar.

Porque la verdadera transformación no empieza con castigos,

sino con comprensión.

No cuando ya hay una víctima,

sino cuando se evita que alguien llegue a serlo.

El bullying no se combate con leyes frías ni con discursos vacíos.

Se combate con tiempo, con escucha, con acompañamiento real.

Con un profesorado que mire, con un alumnado que actúe,

con familias que no minimicen, con comunidades que se comprometan.

Queremos espacios donde la palabra no hiera.

Aulas donde se respire respeto.

Internet donde la risa no mate.

Porque el acoso digital también es violencia: invisible, constante, despiadada.

Y debe parar.



Persona 4

Este manifiesto también tiene nombre y rostro.

Habla por Sandra, una chica de Sevilla que no pudo más.

Por su historia, por su familia, por las lágrimas que no debieron existir.

Pero también habla por todos los que aún están aquí, resistiendo en silencio,
por los que cada día se levantan con miedo de volver al colegio o al trabajo,
por los que se esconden tras una sonrisa para que nadie vea su dolor.

A todos ellos les decimos: no están solos.

Pedir ayuda no es rendirse, es un acto de valentía.

Buscar apoyo no es debilidad, es una forma de salvarse.

Y a los que observan desde fuera, les decimos: su voz importa.

Porque el cambio empieza con un gesto, con una palabra,
con el simple hecho de no reír una burla, de no compartir un mensaje cruel,
de decir “basta” cuando otros callan.

Queremos más abrazos, más escucha, más comunidad.

Queremos una revolución pequeña pero poderosa: la revolución de la bondad.

Que este manifiesto no sea solo un texto leído, sino una semilla sembrada en cada uno de nosotros.

Porque cada voz cuenta.

Porque cada gesto importa.

Porque el cambio —el verdadero cambio— empieza aquí,

empieza hoy,

empieza en nosotros.

Por Sandra. Por los que callaron. Por los que aún pueden hablar.

Por los que necesitamos aprender a escuchar.