

Tú tienes
mucho
que ver



Material de sensibilización
Adultos y Jóvenes

SOMOS OPORTUNIDAD. SOMOS ESPERANZA.

CAMPAÑA INSTITUCIONAL 2023-24

Índice

Presentación	3
Contenidos	5
Reflexión 1	7
Reflexión 2	11
Reflexión 3	17
Rincón de oración	23
Dinámica para jóvenes 1	25
Dinámica para jóvenes 2	30

Presentación

En medio de una **realidad compleja y dolorosa** en la que cada vez más personas van formando parte de un tejido social empobrecido y excluido de la sociedad, con grandes dificultades para acceder a los derechos básicos y fundamentales, estamos llamados a **comunicar esperanza desde el amor cristiano** que da sentido a nuestro seguimiento de Jesús de Nazaret, para que todas las personas **vean** que es **la fuerza del amor la que todo lo cambia y lo transforma**.

Desde ese amor que es don de Dios para toda la Humanidad y con el lema **“Tú tienes mucho que ver. SOMOS OPORTUNIDAD. SOMOS ESPERANZA”**, este material de sensibilización de la Campaña institucional de Cáritas quiere contribuir a que nos cuestionemos sobre nuestra **forma de vivir y participar** en la vida social, y a que **abramos la mente y reenfoquemos la mirada** para tomar conciencia de esa otra realidad del mundo de la que formamos parte: la de muchas personas que no pueden acceder a los mismos derechos, los que viven en desventaja por muchas razones, los que viven en la tristeza, la soledad y la pobreza.

Aprender a mirar con ternura y compasión a quienes sufren, acercarnos a su realidad, nos alejará del juicio y la condena, y nos ayudará a comprender que todas las personas somos seres frágiles, que compartimos la vulnerabilidad y necesitamos ser sanadas y recibir amor.



Objetivos

- **Tomar conciencia y reflexionar** sobre nuestro **compromiso** cristiano para que sea más coherente y reflejo del estilo de vida de Jesús y del Evangelio, generador de vida y de oportunidades para los demás.
- **Animar y despertar la solidaridad y la compasión** que vive en cada persona para implicarnos y comprometernos con la justicia y el bien común, desde una fraternidad inclusiva y comunitaria al servicio de los más pobres.
- **Impulsar la esperanza que nace de la fe cristiana vivida en comunidad**, para aprender a mirar a los demás y a la realidad de pobreza que viven muchas personas y sentirnos prójimos y cercanos.



Qué vas a encontrar en este material

Un recurso didáctico para la reflexión y dinámicas de grupo, dirigido a agentes de Cáritas, equipos parroquiales, grupos y comunidades cristianas, y a quienes quieran profundizar sobre los objetivos que propone la campaña. Ofrece una oportunidad para detenerse en medio de la tarea y del trabajo diario y dedicar tiempo para interiorizar, reflexionar, orar y compartir la vida y la misión.

Contenidos

La realidad que se ve y nos cuestiona

Después de la pandemia y la gran crisis mundial que provocó, llegaron nuevos acontecimientos a desconcertarnos y a alargar la sensación de desprotección, vulnerabilidad e impotencia: la guerra de Ucrania, la posterior crisis energética y la inflación, el encarecimiento de los alimentos, nuevos desastres naturales... Al tiempo, se ha ido agravando la crisis migratoria y el número de personas refugiadas en todo el mundo, aumentando los desplazamientos sin posibilidad de retorno a su lugar de origen y sin que los diferentes gobiernos del mundo acierten a plantear soluciones que alivien la vida de millones de personas. Junto a esta realidad, el número de personas que en nuestras ciudades, pueblos y barrios malviven con escasos recursos y tienen dificultades para acceder a los derechos básicos y fundamentales que disfrutamos el resto de la ciudadanía, se va convirtiendo en una realidad a la que parece nos vamos acostumbrando, mientras que las oportunidades de salir del círculo de la pobreza y la exclusión social se hacen cada vez más difícil.

Estas personas, solas o con sus familias, se van quedando al margen de los sueños y de las expectativas, de proyectos e ilusiones que impulsan el desarrollo integral humano y el sentido de la vida:

- **Viven situaciones de exclusión cada vez más severas. Son personas con un mayor deterioro psicoemocional, con mayor dificultad para superarse y para sanar.**
- **Se quedan sin poder acceder o permanecer en una vivienda porque ha pasado de ser un derecho a ser un lujo. Elegir entre pagar un lugar para vivir o poder comer es una constante diaria. Nadie quiere terminar en la calle.**
- **Son personas de muchos lugares del mundo que huyen de la violencia, la pobreza extrema o la persecución y viven en situación de irregularidad administrativa, sin papeles, sin derechos, en las periferias.**

Todo esto nos abruma y sobrepasa y, poco a poco, nos va anestesiando la esperanza. Incluso peor, nos va abocando a cierta indiferencia, unas veces para protegernos, otras por cansancio, otras porque la sensibilidad se va enfriando. Cada día se hace más difícil **sostener la mirada** para ver esta realidad que tan bien nos detalla el Informe de Cáritas y la Fundación Foessa "Evolución de la cohesión social y consecuencias de la covid-19 en España". No sólo aporta rigor estadístico y análisis que cuestionan la fragilidad de un bien común cada vez más débil y desdibujado, sino que cuenta la tragedia que viven miles y millones de personas que transitan por calles y barrios de forma anónima, tan anónima como lo son los números que los contabilizan.



Cada uno de estos datos tiene nombre e historia, tiene alma y anhelos, porque al igual que nos ocurre, todas son personas que buscan, luchan y desean una vida mejor.

Quizás ya colaboramos haciendo algún voluntariado, haciendo aportaciones económicas, o nos sentimos comprometidos desde nuestro trabajo en la lucha contra la injusticia. Con el lema **“Tú tienes mucho que ver. SOMOS OPORTUNIDAD. SOMOS ESPERANZA”** queremos dar un paso más y ayudarnos a ahondar en nuestra forma de ser y de estar en el mundo, a **dialogar con otras personas y tejer encuentros, reflexiones, gestos y pequeñas acciones** que nos ayuden a ser más coherentes con nuestros valores y ayuden a mejorar la vida de las personas más pobres y vulnerables y contribuir a hacer el mundo más habitable.

A través de las siguientes reflexiones y dinámicas, os invitamos a reunirnos, a encontraros, a compartir y orar desde esta realidad, la nuestra personal y la que viven tantas personas desesperanzadas, discernir y movilizarnos juntos y así poder mirar y ver con ojos nuevos que nos empujen a una acción transformadora.

“Mientras conversaban y discutían, Jesús en persona se acercó y se puso a caminar con ellos, pero sus ojos no eran capaces de reconocerlo”
(Lc 24, 13-35).

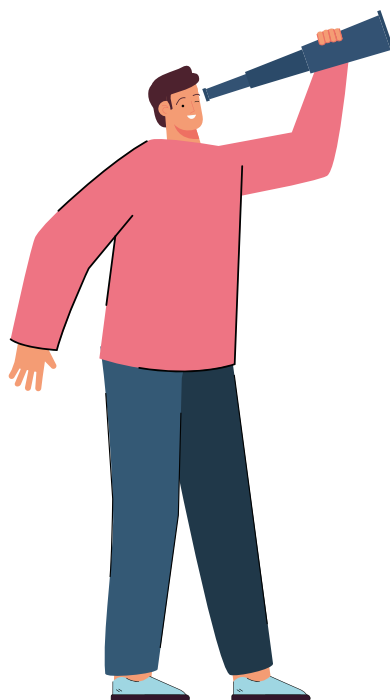
Reflexión 1

Abre los ojos y contempla

**“Quien ama a su hermano permanece en la luz y no tropieza.
Pero quien aborrece a su hermano está y camina en las tinieblas”**
(1 Jn 2, 10-11).

La vista es un sentido que nos permite asomarnos a la vida para percibirla en su diversidad y esplendor, pero necesita la luz para diferenciar los objetos en ella. Sin luz caminamos a oscuras, sin poder ver, perdidos, inseguros, vulnerables. Las personas con ceguera de nacimiento o sobrevenida saben muy bien de esto y necesitan hacerse fuertes en otros sentidos para desenvolverse de forma autónoma y libre.

Ante la realidad de pobreza y sufrimiento que viven muchas personas, e incluso ante situaciones concretas de dolor que nos toca vivir de cerca, a veces elegimos vivir sin querer ver, ajenos a lo que pasa para permanecer aislados y protegidos. Nos convertimos en seres insensibles, distantes y fríos, dejamos que el miedo, el egoísmo y la indiferencia entren en nuestra vida y se instalen en nuestra forma de mirar el mundo.



Reflexión 1 - Abre los ojos y contempla

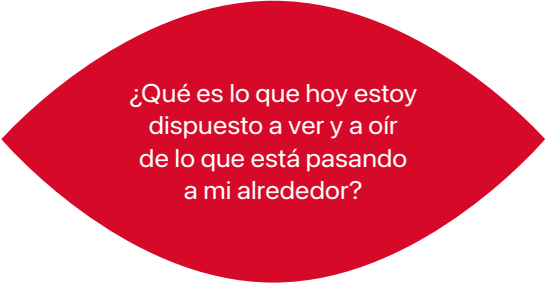
“Como todos estamos muy concentrados en nuestras propias necesidades, ver a alguien sufriendo nos molesta, nos perturba, porque no queremos perder nuestro tiempo por culpa de los problemas ajenos. Éstos son síntomas de una sociedad enferma, porque busca construirse de espaldas al dolor”¹.

Abrir los ojos de forma consciente requiere nuestra disposición y voluntad para querer ver más allá de lo que nuestros ojos perciben. Necesitamos ver y detenernos para saber lo que está pasando en nuestro transitar por cada camino que recorreremos.

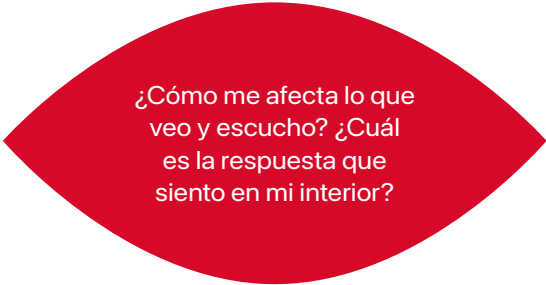
El papa Francisco habla de dos tipos de personas: las que se hacen cargo del dolor y las que pasan de largo; las que se inclinan reconociendo al caído y las que distraen su mirada y aceleran el paso (cf, FT, 69). Es una imagen en la que, seguramente, la mayoría nos podemos reconocer. ¿Quién no se ha visto alguna vez enfrascado en sus cosas, con prisas, y ante alguien o algo que nos saca de nuestra realidad distraemos la mirada para que nadie nos saque de ella y nos involucre?

Hay mucho que ver y que sentir a nuestro alrededor y no podemos estar permanentemente echando la culpa a los otros de nuestra miopía o ceguera.

“Por eso les hablo en parábolas, porque miran sin ver y escuchan sin oír ni entender. Así se cumple en ellos la profecía de Isaías: “Oiréis con los oídos sin entender; miraréis con los ojos sin ver; porque está embotado el corazón de este pueblo, son duros de oído, han cerrado los ojos; para no ver con los ojos, ni oír con los oídos, ni entender con el corazón, ni convertirse para que yo los cure” (Mt 13, 13-16).



¿Qué es lo que hoy estoy dispuesto a ver y a oír de lo que está pasando a mi alrededor?



¿Cómo me afecta lo que veo y escucho? ¿Cuál es la respuesta que siento en mi interior?

¹ FRANCISCO, *Fratelli tutti*, 65. En adelante FT.

Dinámica de grupo

Materiales necesarios

1. Fotos de realidades sufrientes que están sucediendo en el mundo. Aproximadamente número de fotos en función de las personas que vayan a participar en la sesión. Serán fotos que muestren situaciones en la que aparezcan personas en situación de dolor y vulnerabilidad, tanto de nuestro país como de otros países del mundo.
2. Elaboramos una bola del mundo grande (se puede utilizar un balón ligero de gimnasia, un globo grande) y la forramos de papel.
3. Fotografías de realidades del mundo que reflejen dolor, pobreza, injusticia, explotación. Tamaño aproximado de 15x20 cm.
4. Cartulinas un poco más grandes del tamaño de las fotos.
5. Pegamento, tiritas, esparadrapo, semillas, plantas, papeles de colores, rotuladores, hilos de lana de colores.

Desarrollo

Este es un taller para "sanar" y "para entrenar la mirada" a través de fotos rotas que pondremos sobre una mesa, en 3 partes cada una. Tantas fotos al menos como participantes en la actividad. Como si se tratara de un puzle, hay que reunir las diferentes partes de la foto que cada persona seleccione, recomponerlas, cuidarlas, curarlas, abrazarlas con la mirada y con el corazón... Como lo que aquí podéis ver:

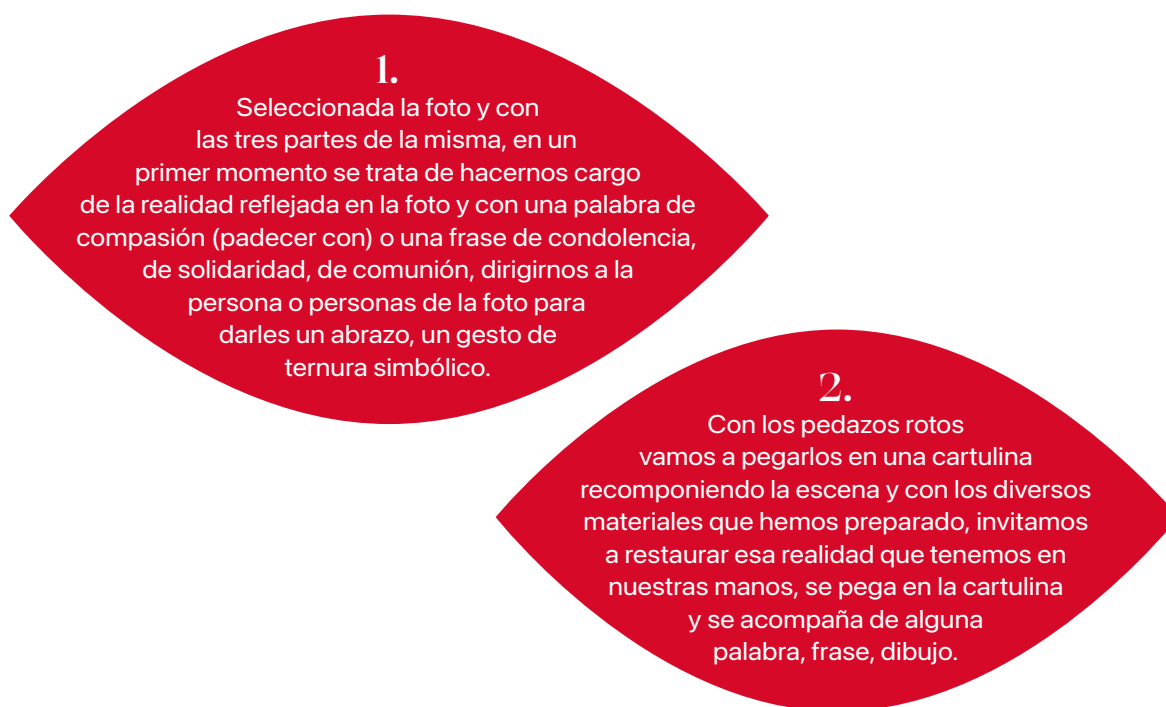


Reflexión 1 - Abre los ojos y contempla

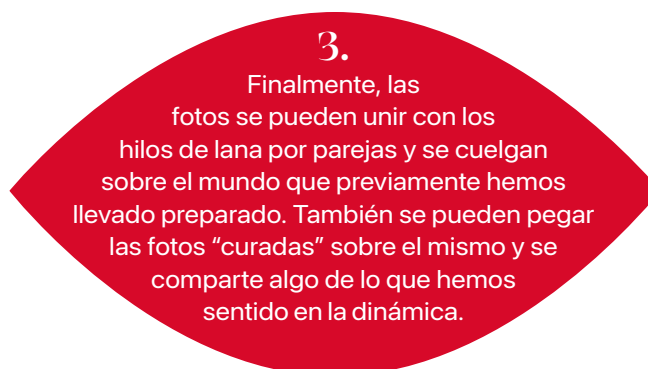
(Música tranquila de fondo).

Tras la motivación leída o escuchada, se invita a reconstruir entre todas las personas que participan las fotos, escogiendo una imagen, la que más "nos toque". Será una imagen para contemplar, para sentir, para empatizar. Queremos "cuidar y sanar", que nuestra forma de estar en el mundo nos lleve a mirar con ojos nuevos.

La dinámica se desarrolla en silencio, si se quiere con la música de fondo, y acercándonos a las imágenes que vemos, despojándonos de juicios.



En este segundo momento, se trata de escoger alguna realidad social que queramos sanar y cuidar de una manera especial. Se invita a pensar, orar o soñar algo que, en el futuro cercano, nos implique para aliviar la realidad social que escojamos y que no tiene que estar en relación con la foto. Algo que puede ser tan sencillo como unas palabras dirigidas a Jesús para que con nuestra ayuda intervenga en esa realidad.



Podemos terminar la actividad, con una de los textos propuestos en el Rincón de Oración.

Reflexión 2

Déjate mirar para ver al estilo de Jesús

Nuestra vida puede ser de muchas maneras. En gran medida, mucho de lo que nos pasa no depende de nosotros. Nacemos condicionados por nuestra historia y la de nuestros ancestros y conforme adquirimos conciencia vamos trazando nuestro camino personal y único alumbrado por todas las miradas que se van posando en nuestro rostro, en nuestra persona, desde que venimos al mundo.

Son miradas de todo tipo, unas llenas de atención amorosa, otras de un vacío desafectado y otras de rechazo o de juicio. Todas las miradas participan en lo que vamos siendo y, también, en nuestra forma de mirar a los demás.

“Sed misericordiosos como vuestro Padre es misericordioso. No juzguéis y no seréis juzgados; no condenéis y no seréis condenados; perdonad y seréis perdonados. Dad, y se os dará. Os verterán una medida generosa, colmada, remecida, rebosante, pues con la medida con que midiereis se os medirá a vosotros”. Les dijo también una parábola: “¿Acaso puede un ciego guiar a otro ciego? ¿No caerán los dos en el hoyo? No está el discípulo sobre su maestro, si bien, cuando termine su aprendizaje, será como su maestro. ¿Por qué te fijas en la mota que tiene tu hermano en el ojo y no reparas en la viga que llevas en el tuyo? ¿Cómo puedes decirle a tu hermano: *Hermano, déjame que te saque la mota del ojo*, sin fijarte en la viga que llevas en el tuyo? ¡Hipócrita! Sácate primero la viga de tu ojo, y entonces verás claro para sacar la mota del ojo de tu hermano” (Lc 6, 37-42).



Reflexión 2 - Déjate mirar para ver al estilo de Jesús

Si miramos a los demás desde el juicio o la condena, podríamos preguntarnos: y yo, **¿cómo y desde dónde me miro?, ¿desde la exigencia, la culpabilidad? ¿Soy capaz de mirarme con delicadeza, comprensión y perdón?** Nuestra forma de mirarnos determina cómo miramos a los demás. Jesús, en el Evangelio de Lucas, dice cómo y desde dónde hay que mirar: **“sed misericordiosos como vuestro Padre es misericordioso”**.

Jesús pasa por la vida sin que se le escape un detalle. Está atento a la vida que se cuece en los caminos y en las pequeñas aldeas. Las cosas suceden cuando vamos de camino. Y ahí es donde Jesús ve.

Al entrar en Jericó, en medio de un gentío inquieto por la curiosidad y las habladurías, Jesús ve subido a un árbol a un hombre con unas ansias inmensas de verle por sí mismo (Lc 19, 1-10), entonces le llama por su nombre y le pide cenar en su casa. También ve al ciego junto al camino que grita desesperado que tenga compasión de él y le devuelve la vista (Mc 10, 46-52). Igualmente es capaz de mirar alrededor y de ver en medio de la multitud a una mujer enferma que le roza el manto con el secreto deseo de ser sanada (Mc 9, 20-22).

Jesús hace mucho más que ver. Jesús mira con todo su corazón abierto y volcado a la sed de todos los hombres y mujeres de su tiempo y del nuestro, queriendo acariciarles con la mirada amorosa de ese Dios Abbá que ha descubierto como Padre y Madre, con **mirada tierna, misericordiosa, amplia e inclusiva**. Con cada gesto, cada sanación, cada palabra y cada milagro, Jesús quiere abrirnos los ojos para que veamos cómo y desde dónde Dios nos mira, **ese lugar de la misericordia y de la ternura** que nos invita a cambiar de perspectiva y enfocar la mirada para convertir el corazón de piedra en carne.

En nuestra capacidad de ver nos lo jugamos todo. Nos jugamos la vida desde nuestra forma de ser y de estar en el mundo y de ver la realidad desde la mirada de Dios.

La mirada de Jesús a esta humanidad frágil que somos es una mirada que ve mucho más allá de las apariencias. Es una mirada honda, de flecha certera que atraviesa la verdad que somos para sacarla a la luz y hacer que nuestra mirada de la realidad sea totalmente otra y nueva: **la mirada renovada por la caridad**, por un amor que lo da todo, lo comprende todo, lo perdona todo.

Jesús nos invita a mirar con los ojos del corazón, es decir, a mirar en la misma dirección que él percibe al ser humano y a toda la Creación, reflejo del amor de Dios encarnado en las aspiraciones universales de bondad, verdad y belleza que nos aúnan a todos y a todas como fraternidad.



Algunos rasgos de la mirada de Jesús

La mirada de Jesús es una mirada cargada de sentimientos y repleta de compasión

No es neutral, ni aséptica, ni "profesional" en el mal sentido del término. Al contrario, su mirada profesa cariño, incluso en situaciones donde se produce, finalmente, el desencuentro de proyectos vitales ("miró con cariño al joven rico" (Mc 10, 21). Es una mirada repleta de reconocimiento ante la diferente fe de la cananea (Mt 10, 28); se torna en aceptación incondicional ante las magulladuras culpables del hijo pródigo (Lc 15, 11 ss.); en atrevimiento y auto invitación ante la cortedad de Zaqueo (Lc 19, 1 ss.) y, quizá la más cercana a nosotros, es mirada cariñosa de Jesús hacia la fe de los voluntarios que le traen en camilla al parálítico que acaba provocando el milagro (Mc 2, 5).

Es una mirada, cuando es preciso, cargada de indignación

Lo es ante lo injusto evitable (Mt 12, 2-10), cuando se juega la suerte de los pequeños (Mt 18, 2), cuando se les escandaliza (Lc 17, 2), cuando se le separa de los niños (Lc 18, 16), cuando, con Pedro prudente, se le hace rehuir el conflicto, la cruz y la polémica con el poder (Mc 8, 33), cuando se buscan privilegios (Lc 14, 8) o se provoca escándalo a los vulnerables (Mc 3, 5).

La mirada de Cristo es mirada que sabe discernir

Es larga, profunda, inteligente. Sin miopía ni vista cansada. No confunde el trigo con la paja. No escabulle la verdad. Escruta hasta lo más hondo las intenciones ocultas de sus perseguidores. Es inocente pero no ingenua, sencilla como paloma pero astuta como serpiente (Mt 10, 16).

Es una mirada contemplativa

Va más allá de las apariencias (Lc 7, 37 ss.), bucea en el hondón humano, desenmascara mentiras virtuales y pecados estructurales (Jn 8, 4 ss.) y, a la postre, descubre tras el rostro del pobre, del enfermo, del preso o del inmigrante al mismo Cristo hecho no sólo sacramento sino también juicio último, universal, sobre nuestra vida y antepenúltimo sobre la dignidad con la que vivimos todos, creyentes y no creyentes (Mt 25, 37).

Es una mirada limpia (Mt 5, 8)

Porque quiere ver la realidad sin prejuicios ni intereses propios, es un mirar puro, empatía compasiva que se solidariza con los débiles y apuesta de simplicidad de vida para crear valores alternativos a la complejidad, la arrogancia del poder, la violencia del éxito o el consumismo desenfadado en el que participamos todos.

Es consciente de las propias motas en el ojo (Lc 6, 41)

Por eso, auxilia desde la consciencia de la propia debilidad. Sana desde las propias heridas. Ayuda a izarse desde el ímpetu que dan las propias levantadas. Es el sanador herido, el que da lo que tiene, o mejor, el que comparte desde lo que simplemente es, con autenticidad. No es mirada "solucionadora", sino frágil, pero siempre cómplice y solidaria.

Es una mirada seguida de resolución

Continuamente nos dice "vio Jesús y les dijo" y, sobre todo, "vio Jesús e hizo" (p.e. Mc 1, 16). No es la mirada intencionadamente distraída del levita o la del sacerdote: uno y otro, ante el caído y apaleado al borde del camino, "vio, se desvió y pasó de largo" (Lc 10, 32). Es más bien la de aquel que se sintió interpelado por el rostro sufriente del prójimo; tanto, que, "al verlo, sintió lastima, se acercó, le vendó las heridas, lo montó en su propia cabalgadura, lo llevó al mesón y cuidó de él" (Lc 10, 33-34). ¿Ha percibido el lector/a la cascada preciosa de verbos concatenados que nos hablan de la torrentera de decisiones, implicaciones, sentimientos, cuidados...?

Es una mirada que nunca deja las cosas como están

Transforma y dignifica el corazón y la realidad de la persona concreta, y altera sustancialmente el orden "natural" social. Perdona y levanta a la adúltera, pero sienta en el banquillo a los jueces (Jn 8, 3 ss.). Cura la lepra y al tiempo apuesta por la inclusión y la integración como queridos por Dios (Mt 8, 1 ss.). Cura, pero también se salta descaradamente las leyes injustas cuando esclerotizan la misericordia de Dios e impiden la inclusión de los vulnerables (Mt 12, 12).

José Luis Segovia Bernabé
Vicario Pastoral social e innovación
Diócesis de Madrid

Dinámica de grupo

Desarrollo

A menudo vamos por la vida tan rápido que no miramos ni vemos a quienes pasan a nuestro lado. Con esta dinámica vamos a mirar y a dejarnos mirar, para caer en la cuenta de cómo vemos y qué sentimos.

Para aprender a mirar y tomar conciencia de nuestra forma de mirar, se empieza la sesión mostrando el siguiente **videoclip “Miradas”**

(hasta 00:38) https://www.youtube.com/watch?v=cn2K0D6WvZ4&ab_channel=RamsesTamayo



Después, por parejas, preferiblemente sentados frente a frente, se reproduce la dinámica que hemos visto, en silencio.

Se empieza con los ojos cerrados, tomando dos, tres veces la respiración honda y pausada, se abren los ojos y se está un par de minutos mirándose. Sentirse en la piel del otro, sentir su fragilidad su vulnerabilidad, su grandeza... poniendo especial cuidado en el no juzgar, en mirar con ternura... (Ponemos música mientras).

Al terminar, se termina de ver el vídeo.

Parte 1

Compartir en diálogo, en pareja o en grupo.

1.ª ronda:

¿Qué sentimientos provoca el dejarse mirar? ¿Y mirar a otra persona?

2.ª ronda:

¿Qué descubrimos que ven los demás en nosotros? ¿Qué hemos visto en la otra persona?

**¿Qué ves tú en... la familia, amistades, equipo de Cáritas/
comunidad, compañeros de trabajo...?**

¿Qué necesito cambiar en mi forma de mirar?

Parte 2

Se puede leer o proyectar un esquema del texto **"Algunos rasgos de las miradas de Jesús"**, o se puede repartir en pequeños grupos cada uno de los rasgos y buscar y compartir experiencias que hayamos tenido de este tipo de mirada en nuestra vida.

Para terminar

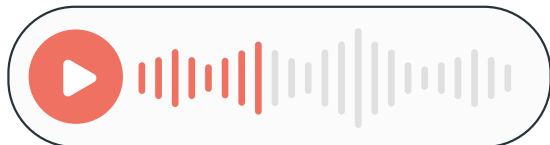
Se acoge y da gracias por todo lo compartido.

Expresar una frase, una idea, un sentimiento que me haya dejado esta dinámica.

Escuchar la siguiente canción de la Hermana Glenda:

"No juzgues"

<https://www.youtube.com/watch?v=V3IjMHBZ0W4>



Reflexión 3

Enfoca la mirada y ponte en marcha

"El fue, se lavó y volvió con vista"
(Jn 9, 1).

Si quieres ver, tienes que dar el paso. No te pierdas en las excusas ni aplaces decisiones o cambios en tu vida que sabes que están ahí, dentro de ti.

**Tú tienes
mucho que ver,**

abre los ojos, déjate mirar y tocar por la ternura de Dios, y harás el milagro de contagiar vida y oportunidad.

No dejemos pasar de largo la vida sin verla; ni a quienes pasan por ella a nuestro lado sin mirarlos. Es hora de ponerse en movimiento, de salir de la pasividad del ciego Bartimeo, acostumbrado durante años a estar sentado en el borde del camino. Apartemos la monotonía de nuestra mirada, dejemos nuestros viejos mantos de seguridades y miedos, y demos un gran salto para responder a la pregunta que hoy nos hace Jesús: **"¿Qué quieres que haga por ti?"** (Mc 10, 51).



Hoy queremos ver y re-enfocar la mirada.

Hoy necesitamos luz para ver, para que aumente nuestra fe y se ensanche nuestra esperanza.

Hoy tenemos mucho que ver para que entre todas las personas hagamos posible nuevas oportunidades para la esperanza.

Todas las personas tenemos mucho que ver en las oportunidades que otras pueden tener. Lo que tu hagas o dejes de hacer, lo que puedas aportar puede dar vida, aliviar la soledad, sanar el alma, hacer que otros y otras sientan que la vida brota nueva en ellas. Nuestra tarea no consiste solamente en cubrir necesidades de los otros, sino en **descubrir posibilidades** para abrir caminos de esperanza.

“Invito a la esperanza, que nos habla de una realidad que está enraizada en lo profundo del ser humano, independientemente de las circunstancias concretas y los condicionamientos históricos en que vive. Nos habla de una sed, de una aspiración, de un anhelo de plenitud, de vida lograda, de un querer tocar lo grande, lo que llena el corazón y eleva el espíritu hacia cosas grandes, como la verdad, la bondad y la belleza, la justicia y el amor. (...) La esperanza es audaz, **sabe mirar** más allá de la comodidad personal, de las pequeñas seguridades y compensaciones que estrechan el horizonte, para abrirse a grandes ideales que hacen la vida más bella y digna. Caminemos en esperanza”.²

² FT 55.

Dinámica de grupo

Parte 1

Se invita a todas las personas que participan a ponerse de pie y a pasear por la sala despacio, respirando con tranquilidad, tratando de mirar hacia el interior. Se puede poner una música suave.





Al rato, se invita a seguir paseando pero ahora mirando a los ojos a los que nos vamos cruzando. Miramos y nos vamos fijando en su aspecto físico, en cómo caminan, cómo van vestidos, cómo es su cara, su expresión. Después de esta dinámica, los participantes toman asiento y se les entrega el siguiente texto sombreado con preguntas, dejando un tiempo para leer y reflexionar de forma personal.

“Cambiar la mirada, pasa por descubrir en el otro un prójimo, un hermano. Esto reclama de nosotros una particular forma de mirar. La de quien descubre en el otro a un hijo o hija de Dios, hecho a su imagen y semejanza. Para contemplar la realidad como creyentes **no sirven formas enfermas de mirar.**

- **No sirve la mirada esquiva:** la que no se atreve a mirar de frente al otro y opta por hurtar la mirada y dejar de contemplar el rostro del otro que sufre. So, seguro, las miradas del levita y el sacerdote que, siendo buenas personas, optan por acelerar el paso, pasar de largo junto al caído y mascullar algún razonamiento repleto de sentido común y prudencia.
- **Tampoco nos vale la mirada miope,** incapaz de ver más allá de sus narices, la que contempla exclusivamente el corto plazo, los resultados...
- **Ni la de quien padece astigmatismo** y no es capaz de perfilar con precisión el objeto contemplado, porque le cuesta trabajo bajar de las abstracciones y utilizar para ello mediaciones como las ciencias sociales.
- **No vale la mirada “diagnóstica”,** la que etiqueta y se distancia...
- **Finalmente, no es tampoco la mirada de quien padece “vista cansada”** y tiene que alejar los objetos para poder verlos mejor y así evita encontrarse de cerca y cara a cara con el dolor real y concreto de sus semejantes.

Reflexión 3 - Enfoca la mirada y ponte en marcha

De entre todas estas miradas:

-  **¿Cómo me he sentido en la dinámica?**
Exprésalo con 3 adjetivos positivos.
Exprésalo con 3 adjetivo negativos.
-  **De entre todas estas miradas: ¿en cuál me sitúo yo hoy? ¿Desde dónde y cómo miro a los demás, a lo que ocurre en el mundo?**
-  **¿Desde dónde y cómo creo que miramos en mi grupo, comunidad, equipo parroquial, de pastoral?**
-  **¿Qué me dificulta a mí y al grupo o que nos impide mirar de una manera más sanadora y liberadora?**

A nivel personal:

Se deja un tiempo para leer y reflexionar el texto con las preguntas anteriores.

En grupo:

Se comparte la reflexión en pequeños grupos de 5-6 personas.

También expresamos con qué tipo de mirada nos imaginamos que hoy Jesús nos miraría a cada persona y como grupo y en un post-it describimos con una palabra o dos su mirada.



Podemos poner en un espacio común, sobre la mesa, un panel o sobre el suelo si estamos colocados en ronda, las palabras escritas, y terminamos pidiendo en oración **que podamos ver con los ojos de Jesús**, leyendo en voz alta aleatoriamente lo escrito.

Se puede terminar la sesión con una canción o un texto del Rincón de oración.

Parte 2

No podemos dejar que se nos nuble la mirada con el miedo, la pereza, la indiferencia o la resignación ante las cosas que ocurren en el mundo y en nuestra realidad más cercana. Es hora de **enfocar la mirada**, de ponernos las gafas adecuadas para corregir nuestra forma de mirar y de situarnos ante lo que está pasando a nuestro alrededor.

En esta dinámica proponemos que los participantes se conviertan en ópticos-optometristas para diseñar gafas que nos ayuden a enfocar la mirada para que pueda ser más solidaria, fraterna, cercana, compasiva, contemplativa, sanadora, de perdón.

Materiales necesarios

Cartulinas y papel celofán de colores, pegamento, tijeras, rotuladores y materiales varios para decorar las gafas (purpurina, confeti, restos de hojas de plantas...)

Plantillas de modelos de gafas.



Desarrollo

Para ser oportunidad y esperanza para los demás, necesitamos enfocar la mirada para ver qué es lo que la realidad del mundo y del resto de las personas necesitan.

Por esta razón, vamos a elaborar **gafas para ver con ojos nuevos**, que nos permitan vislumbrar signos de esperanza y de oportunidad en las realidades sociales que acompañamos o que tenemos cerca, en la comunidad parroquial, en los grupos o comunidades ya sean de liturgia o de itinerarios pastorales.

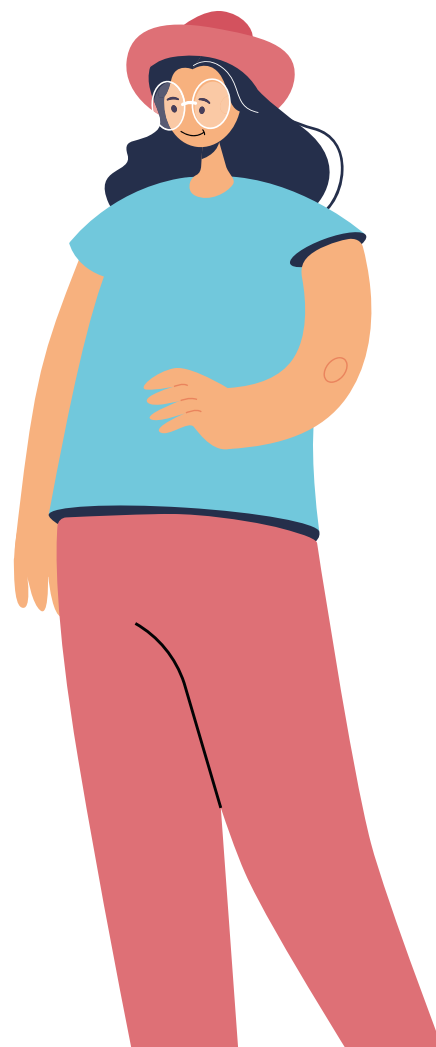
Se presentará un modelo de gafa que previamente elaboraremos con nuestro talento creativo, y a partir de aquí se invita a pensar y diseñar la gafa que cada persona necesitaría para aportar luz, amor y esperanza en su realidad concreta y personal, y para materializar su compromiso en actitudes y acciones.

También se puede invitar a elaborar “una gafa gigante en grupo” lo más creativa posible y “vestida” de todo lo que el grupo necesitaría para enfocar la mirada ante una realidad concreta que estén viviendo.

Se pueden realizar las dos actividades, una gafa personal y otra gafa en grupo, o solamente una de ellas.

Al finalizar la actividad, se explica y se comparte con el resto lo que cada persona ha diseñado para enfocar mejor la mirada y generar esperanza entre las personas, una realidad social concreta o en relación con el cuidado del planeta.

Ponemos todas las gafas juntas para simbolizar nuestro compromiso de ver con ojos nuevos para proyectar esperanza. Podemos sacar una foto de todas las gafas juntas para tener presentes nuestros compromisos y acciones.



Rincón de oración

En silencio, traigo a la memoria personas y situaciones a través de las cuales he podido ver la esperanza que Jesús que me invita a ser buena noticia para otros.

Doy gracias por ellas, las bendigo.

“En verdad, en verdad os digo: vosotros me buscáis, no porque habéis visto signos, sino porque habéis comido de los panes y os habéis saciado” (Jn 6, 26).

Canción Tú nos invitas, Señor

Salomé Arricibita

https://www.youtube.com/watch?v=g_YtbnPs8Uo



Tú nos invitas, Señor, a sentarnos a tu mesa sin condición
Tú nos invitas, Señor, que sepamos escuchar siempre tu voz.
Para responder hay que saberse invitado
Para responder hay que saberse llamado
Para responder hay que querer dejar a un lado
Todos los miedos que nos hacen encerrarnos.
Para responder hay que aferrarse a la vida
Y celebrar como un regalo cada día
Para responder no hay que mirar hacia arriba
Sino hacia dentro o al que a mi lado camina
Para responder hay que limpiar la mirada
De prejuicios y filtros que no dejan ver nada
Para responder, un buen traje de fiesta
Que vista el corazón para que salga hacia fuera.
Tú nos invitas, Señor, a sentarnos a tu mesa sin condición
Tú nos invitas, Señor, que sepamos escuchar siempre tu voz. (bis)

Tu rostro en cada esquina

(José María Rodríguez Olaizola, sj)

Señor, que vea...
... que vea tu rostro en cada esquina.
Que vea reír al desheredado,
con risa alegre y renacida.
Que vea encenderse la ilusión
en los ojos apagados
de quien un día olvidó soñar y creer.
Que vea los brazos que,
ocultos, pero infatigables,
construyen milagros
de amor, de paz, de futuro.
Que vea oportunidad y llamada
donde a veces sólo hay bruma.
Que vea cómo la dignidad
recuperada
cierra los infiernos del mundo.
Que en otro vea a mi hermano,
en el espejo, un apóstol
Y en mi interior te vislumbre.
porque no quiero andar ciego,
perdido de tu presencia,
distráido por la nada...
Equivocando mis pasos
hacia lugares sin ti.
Señor, ve vea...
... que vea tu rostro en cada esquina.

Poema

Eloy Sánchez Ferlosio

"Mirar no es solo asunto de los ojos.
Primero, ciérralos unos instantes
y dentro de ti busca —en tu sosiego—
la facultad de ver. Y ahora, ábrelos y mira.
Es enero ahí fuera, pero está muy hermosa
la vida esta mañana.
Cuánto sol en los álamos
que en trémulas hileras van creciendo
en esta vieja plaza
de tu ciudad. Un día y otro día,
durante muchos años,
a su lado pasaste y no los viste,
ciego que dabas pena y que hoy, por fin,
de milagro has sanado y puedes ver
y en tu mirar te salvas".

Canción. Nuestro lugar

Ruah

<https://www.youtube.com/watch?v=3eQ7bqc5e5M>



Hay un lugar en lo profundo, hay un lugar donde el agua sana,
hay un lugar en que el viento late,
hay un lugar donde el fuego siente, hay un lugar compasión serena.
Hay un lugar que es tierra sagrada...
Ese lugar con el tiempo exacto, nuestro lugar porque en él me esperas,
llenas de luz el amor herido y haces de mí tu respuesta al mundo, nuestro lugar, porque
en el me esperas, llenas de luz el amor herido y haces de mí tu respuesta al mundo.
Vuelvo a soñar con esperanza, vuelvo a creer en la belleza,
vuelvo a sentir tu abrazo eterno, ...

Dinámica para jóvenes 1

“Así miramos, así actuamos”

Nuestras acciones están, en gran medida, influenciadas por nuestras creencias. Actuamos en función de nuestro imaginario personal y colectivo, de los aprendizajes que hemos ido realizando a lo largo de nuestra vida, sea corta o larga, de todo aquello que vamos incorporando de forma consciente o inconsciente. En este aprender a ver la realidad que nos rodea, os invitamos a:

- Acercarnos a la percepción que nuestro entorno tiene de ciertas situaciones y fenómenos sociales.
- Reconocer nuestra visión personal ante estos fenómenos.
- Proponer acciones concretas que promuevan una nueva mirada personal y colectiva más solidaria, proactiva e inclusiva ante estos fenómenos.

Esta actividad está pensada especialmente para el público más joven, pero se puede organizar para grupos de adultos también.

Materiales

- Una cuenta de correo gmail (para la opción de encuestas vía telemática).
- Informe Foessa y otros informes sobre temas sociales.
- **Vídeo canción “Noche oscura”** (Depedro/Leyva):
https://www.youtube.com/watch?v=7hG_I3PDRdl



Desarrollo

Nuestra mirada, individual o colectiva, condiciona nuestra acción. El mundo es el que es. Nosotros nos solemos quedar con lo que nos interesa y nos resulta cómodo, agradable, y le ponemos filtros, colores o tapamos las partes que nos desagradan, eliminamos o añadimos otras... Pero el mundo es tozudo y sigue siendo el que es. Somos cristianos y tenemos la suerte de tener un modelo que mira con el corazón, algo que suena muy bonito, pero ¿qué significa?

Mirar con el corazón es mirar comprometido, mirar cálido, a la luz y el refugio de un sol que no esconde a nada ni a nadie, que impide las excusas. Mirar a la luz y el refugio de Jesús.

En estos materiales os proponemos entrenar esta mirada. Para ello, vamos primero a ponernos en situación ante este mundo nuestro para luego preguntarle a nuestro entorno cuál es su visión y su posición respecto a algunos temas sociales que consideremos importantes (inmigración, igualdad, pobreza...). Una vez obtenida y analizada esta información, sacaremos nuestras conclusiones y propondremos acciones concretas para afrontar los retos solidarios que hayamos identificado. Propondremos maneras de implicar al corazón en el modo de mirar al mundo para que nuestra mirada sea cálida y de luz, para que nos empuje, como personas y como comunidad, a actuar por la justicia, el respeto, la dignidad y el bienestar de todos los seres.

Antes de comenzar, una advertencia previa: para el desarrollo de esta actividad proponemos una serie de materiales, herramientas y recursos. Pero no es preciso que se usen todos. Según las inquietudes y composición del grupo, las circunstancias de la sesión, el tiempo disponible u otros factores particulares, podrá optarse por unos u otros, o bien adaptarlos a las necesidades y características específicas de cada grupo.

A veces parece que miramos al mundo y lo vemos como es, pero lo cierto es que lo vemos como nosotros creemos o queremos que sea. Tapamos unas cosas, destacamos otras, las interpretamos desde nuestros miedos, prejuicios, gustos... Necesitamos una luz, un sol limpio que nos permita ver las cosas como realmente son y nos lleve a actuar desde el amor incondicional. Que nos saque de nuestra noche oscura. Vamos a empezar poniéndonos en contexto, preguntándonos sobre nuestra manera de mirar a nuestro alrededor. ¿Qué situaciones de injusticia, desigualdad... observamos? De estas, ¿cuáles son las que más nos interpelan? ¿Inmigración? ¿Igualdad de género y discriminación sexual? ¿Respeto a las minorías? ¿La situación de los mayores? ¿La pobreza? Intentemos responder a estas preguntas desde lo más concreto, poniendo rostro a estas situaciones, ubicándolas en nuestro entorno cercano (colegio, parroquia, barrio, instituto...).



Dinámica para jóvenes I - "Así miramos, así actuamos"

Después de compartir nuestras visiones sobre estos aspectos, escucharemos la canción "**Noche oscura**". Si es posible, los asistentes tendrán la letra disponible durante la audición y después de esta. A partir de lo que nos dice y de lo reflexionado previamente, abriremos un breve debate. Algunas preguntas que pueden ayudarnos: ¿Alguna vez hemos vivido situaciones como las que cuenta la canción? ¿Puedes decirnos cuáles concretamente? ¿Qué afirmación es la que más nos resuena? ¿Hay alguna con la que no estamos de acuerdo? ¿Se te ocurre otra manera de mirar/actuar en el mundo, alguna que haga que se pueda salir de esa "noche oscura"?

Después de esta reflexión, revisaremos las situaciones de desigualdad y discriminación que hemos seleccionado y elegiremos una o varias para elaborar un breve cuestionario (no más de quince preguntas). **Aquí te ofrecemos un modelo muy sencillo** que abarca alguno de esos temas, aunque lo ideal es que cada grupo elabore el suyo a partir de sus inquietudes y los temas identificados como importantes en su comunidad (barrio, colegio, instituto, parroquia...). Nuestra sugerencia es que uséis los formularios de Google para hacer vuestros cuestionarios. Son gratuitos y muy sencillos e intuitivos. Solo requieren tener una cuenta de correo electrónico en gmail para diseñar las encuestas enviarlas a través de un enlace y recoger las respuestas anónimas. Además, proporciona unos sencillos y muy visuales informes de los resultados. Si decidís usar el del ejemplo, recordad que es necesario que creéis un nuevo formulario, en el que copiaréis las preguntas, con vuestra cuenta de correo.

Por supuesto, la misma acción se puede hacer de manera más directa, puerta a puerta, elaborando el cuestionario y buscando sus respuestas a través de entrevistas personales. Tal y como hemos dicho al principio, cada grupo atenderá a su particular situación y necesidades.

Modelo de cuestionario

<https://forms.gle/w4oHtXJRAAdGijoc98>

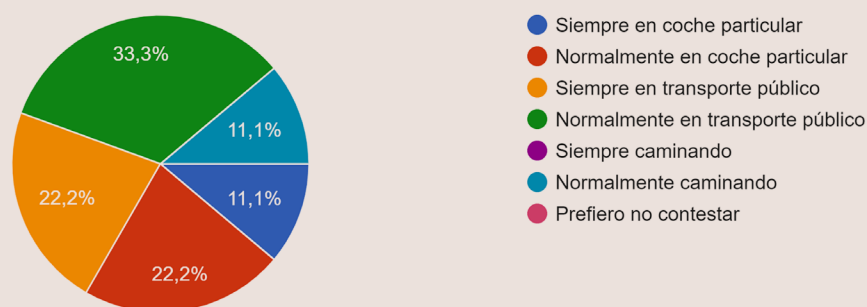


Dinámica para jóvenes 1 - "Así miramos, así actuamos"

Os recomendamos en todo caso que elijáis una población amplia para hacer la encuesta. Un buen número podría ser entre 8-10 encuestados por cada miembro del grupo. A mayor muestra, más representativos serán los resultados. Igualmente, no os olvidéis de incluir en las preguntas una opción de "No sabe/no contesta", "Prefiero no responder"... Tener esa posibilidad da más confianza y seguridad a los encuestados a la hora de contestar.

Una vez recogidos los datos, es el momento de interpretarlos. La herramienta de Google nos permite ver los resultados en porcentajes y de una manera muy visual, pues genera automáticamente un informe gráfico como este para cada pregunta:

Sus desplazamientos cotidianos (Trabajo, centro de estudios, gestiones del día a día...) los hace
9 respuestas



De nuevo en grupo comentaremos las respuestas recibidas: ¿Es lo que esperábamos? ¿Hay algo que nos sorprenda especialmente? ¿Nos identificamos personalmente y/o como grupo con los resultados? ¿Podemos decir, mirando estos resultados, que la canción "Noche oscura" tiene razón? ¿Que se nos ocurre que podamos hacer para ofrecer otras formas de mirar la realidad, diferentes a las que no nos han gustado?

Por último, quizá podáis pensar en elaborar un informe, una breve presentación para devolver la información al colegio, instituto, parroquia... en las que incluyáis esas sugerencias para el cambio de mirada.

Para reflexionar y dar gracias

La mirada condiciona nuestra percepción y nuestra acción. Según percibamos la realidad, así actuaremos. En una habitación oscura es fácil confundir una cuerda gruesa con una serpiente.

Jesús ha venido al mundo "para que los ciegos vean". Todos somos ciegos en algún momento, miramos a través de filtros, tapados por nubes que nos impiden ver limpiamente. Jesús nos limpia la mirada, nos demuestra la maravilla de mirar con el corazón, la felicidad de Ver. Y para Ver es necesario confiar, tener paciencia y esperanza de que el viento arrastre las nubes para que llegue la luz; humildad para pedir ayuda y para volver a mirar las veces que haga falta hasta ver con claridad y plenitud; y valor de héroes para no bajar la mirada ante las cruces de nuestra sociedad. **Evangelio: curación del ciego de nacimiento** (Jn 9, 1-41).

Oración Héroes del día a día (Álvaro Lobo, SJ)

Héroes del día, que no salvan la
humanidad ni montan en avión.
Protagonistas de futuros no soñados con
bastante de sudor y algo de fracaso.
Jóvenes que no pueden elegir,
padres sin estudios
y abuelos que acaban sus días en soledad.
Mayorías olvidadas por los medios
y familias imperfectas con veranos
de asfalto y hormigón.
Deudas eternas y bolsillos vacíos.
Trabajadores sin ilusión y parados sin esperanza.
Naturaleza herida, niños tristes,
inmigrantes apartados y miedos contagiosos.
Ojalá que no dejemos de contemplar
las cruces de nuestra sociedad,
Para que seamos sencillos como carpinteros
y héroes en nuestra realidad.

Sargento de hierro (Morgan)

<https://www.youtube.com/watch?v=cx5h4QUhG58>



Voy a pensar en ti
No olvidar tu nombre
Creo que me perdí
No sé por qué ni dónde
Tengo nubes en los ojos
En los recuerdos, humo
Tengo los pies rotos
Y en la garganta un nudo
Cúrame viento
Ven a mí
Y llévame lejos
Cúrame tiempo
Pasa para mí
Sálvalos a ellos, sálvalos a ellos
No me despedí
Y lo siento
No me dio tiempo a decir
Lo mucho que te quiero
Cúrame viento
Ven a mí
Y llévame lejos
Sácame de aquí
Cúrame tiempo
Pasa para mí
Sálvalos a ellos, sálvalos a ellos

Dinámica para jóvenes 2

El corazón, una ventana para mirar y mostrar

Con esta segunda propuesta, planteamos los siguientes objetivos:

- Identificar que hay diferentes maneras de mirar y relacionarse con el mundo.
- Llegar a una definición consensuada de lo que es para nosotros mirar y mostrar desde el corazón.
- Extender esa nueva manera de relacionarse con la realidad desde el corazón a nuestro uso de las Redes Sociales y/o a la relación con nuestro entorno.
- Atevernos a mostrar y mirar desde el corazón a todos los ámbitos de la realidad, incluidos sus márgenes.

Materiales

Se necesita un espacio propio para quienes vayan a participar en la actividad en el que puedan mostrar y mirar desde el corazón. Un espacio virtual (cuenta de Instagram) o físico (presentación ante la comunidad, tablón de anuncios...).

- Vídeo y texto de la canción **“Debajo del puente”** (Pedro Guerra):
<https://www.youtube.com/watch?v=2z6y8mbKL3Q>



Debajo del puente (Pedro Guerra)

Debajo del puente, en el río
hay un mundo de gente,
abajo, en el río, en el puente.

Y arriba del puente
las cosas pendientes,
la gente que pasa,
que mira y no siente.
Tomates, lechugas
y pan del mercado,
te quiero, te odio,
me tienes cansado.
Y arriba del puente
las cosas de siempre,
no quiero mirarte,
no quiero quererte,
café con azúcar,
quiniela y olvido,
quién sabe del mundo
debajo del río.

Debajo del puente, en el río
hay un mundo de gente,
abajo, en el río, en el puente.

Y arriba del puente
la calle, el colegio,
los niños, los gritos,
te vas sin un beso,
tu amor y el atasco,
me agobia la prisa,
los días que pasan,
la mierda que pisas.
Y arriba del puente
las ocho con frío,
lo tuyo es lo tuyo,
lo mío es lo mío,

carteles y bolsos,
tirones y olvido,
cualquiera te vende
un billete hasta el río.

Debajo del puente, en el río
hay un mundo de gente,
abajo, en el río, en el puente.

Y arriba del puente
están los de arriba,
están los de abajo,
que es menos que arriba,
y luego está el puente,
que es menos que abajo.
Yo pienso en mi casa,
mi amor, mi trabajo.

Debajo del puente, en el río
hay un mundo de gente,
abajo, en el río, en el puente.



Desarrollo

Nos relacionamos con el mundo desde que abrimos los ojos por la mañana hasta que los cerramos por la noche. Todo lo que hacemos, pensamos, sentimos... construye nuestro mundo. El más próximo pero también el que no es tan cercano.

Esta relación la llevamos a cabo a través de los sentidos. Es con ellos con los que nos comunicamos e interpretamos, creamos, cambiamos... la realidad. ¿Te has preguntado alguna vez, cuando miras, desde dónde lo haces? ¿Has pensado, cuando te muestras al mundo, ya sea cara a cara, ya a través de tu móvil, desde dónde te muestras? ¿Desde dónde eliges mirar? ¿Qué eliges mostrar? ¿Has pensado que hay más mundo, más realidad de la que vemos y mostramos cada uno de nosotros?

Vamos a reflexionar un poco sobre esto, a intentar definir entre todos una nueva forma de mirar y de mostrar que nos lleve a relacionarnos de manera más sana y plena con la realidad. Vamos a decidir entre todas las personas que están participando *qué es para nosotros mirar y mostrar desde el corazón.*

Cuando lo hayamos definido, estableceremos una estrategia para comunicarlo y conectar con nuestro mundo, nuestra realidad, a partir de esa nueva mirada, usando los recursos digitales y/o analógicos a nuestro alcance.

Nos comunicamos con el mundo a través de los sentidos. Es con ellos que percibimos lo que ocurre, lo que hay, lo que es. Y esos sentidos están con nosotros desde que nacemos. Hay quien los ejercita y desarrolla habilidades especiales; otros puede que necesitemos ciertas ayudas para optimizar su uso; incluso es posible que alguno no tengamos o hayamos perdido uno de ellos. Basta con meterse algo en la boca para sentir su sabor; acercar algo a la nariz para percibir su olor; abrir los ojos para ver... No es necesario hacer ningún esfuerzo ni acto consciente para ello. Y esto puede hacernos pensar que mirar, oler, oír... es algo que "viene de serie", por lo que no hay que preocuparse. En nuestro día a día por el mundo estamos sometidos a más estímulos sensoriales de los que somos capaces de interpretar.

Pero esto no es del todo cierto. No siempre miramos igual, como no siempre nos mostramos ni nos ven igual.

Vamos a intentar definir juntos una manera muy especial de percibir y de mostrar el mundo, una que hace que sintamos más allá de lo que muestran los ojos, los oídos... Simplificaremos en la



Dinámica para jóvenes 2 - El corazón, una ventana para mirar y mostrar

exposición hablando de la vista, pero es importante que tengamos en cuenta que estamos hablando de algo más amplio: de percibir el mundo, de cómo este nos percibe y qué mostramos nosotros.

En grupo grande o divididos en otros más pequeños, nos preguntamos qué es lo que vemos cuando miramos al mundo que nos rodea, a nuestro entorno más cercano. Se trata de describir la vida a nuestro alrededor, nuestra familia, instituto, parroquia... a simple vista ¿Cómo es la gente que nos rodea? ¿Tienen todo lo que necesitan? ¿Se les ve felices? ¿Cuáles son sus problemas? Haremos un breve mapa de situación.

Eso es lo que vemos, pero ¿qué pasa si miramos más allá, si no nos conformamos con lo que ven nuestros ojos a simple vista? ¿Tiene algún significado para nosotros la expresión "Mirar con el corazón"? Hagamos una breve tormenta de ideas y elaboremos a partir de ella una definición común.



Escuchemos ahora la canción

Debajo del puente ¿Identificamos esas realidades? ¿Dónde nos ubicamos nosotros? ¿Cuál es esa realidad que no vemos a simple vista?

Solo podemos ver lo que está debajo de nuestros puentes si miramos desde el corazón. Pero mirar así es difícil porque duele, molesta. No deja indiferente. Mirar así implica compromiso.

Mirar debajo del puente desde el corazón nos lleva a actuar desde el corazón, a preguntarnos ¿cómo podemos sacar esto a la luz? ¿Cómo podemos mostrarlo? Ese será el primer paso para acabar con el mundo de abajo: hacer que todos lo vean tal y como es, hacer que todos lo miren desde el corazón.

Para ello, lo que os sugerimos en esta dinámica es que abráis una ventana desde donde mirar y mostrar eso que no solemos ver y que también es el mundo. Una ventana por donde mirar y mostrar desde el corazón.

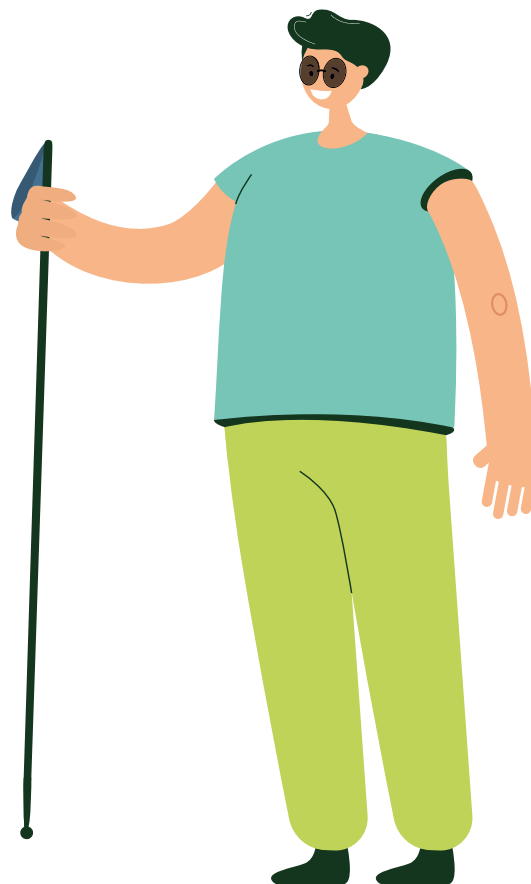
Podéis hacerlo creando un espacio físico en el instituto, la parroquia, la clase... donde exponer periódicamente noticias, cifras y rostros. Información que encontréis mirando desde el corazón en internet, a vuestro alrededor, en la televisión o la radio; escuchando directamente a quienes viven en ese mundo oculto... Este espacio puede ser un tablón de anuncios, una publicación periódica, un momento semanal/mensual en la eucaristía del domingo...

Junto a esto o en su lugar, podéis también abrir una ventana virtual desde donde mirar y mostrar la vida debajo del puente, creando un espacio en forma de cuenta del grupo en Instagram, Twitter o en otra red social. Un espacio donde visibilizar toda esa información que encontréis, bajo el hashtag *#miradesdeelcorazón*.

Para reflexionar y dar gracias

La ventana del corazón nos ofrece vistas que no siempre queremos ver pero que están ahí. Asomarse desde el corazón significa apostar por ver y mostrar de manera auténtica, sin disfraces, sin vendas, sin nubes o cristales de colores que edulcoren la realidad. Y exige una mirada y una exposición responsable, que lleve a la acción ante lo que vemos, que nos transforme para ponernos en juego, implicarnos, mostrarnos.

Nosotros sabemos que no estamos solos ante este reto y que, cuando llegue el desánimo o la flaqueza tenemos a quién acudir para que nos asista con su fuerza y energía. La fuerza de Jesús y de la comunidad unida a su alrededor es la energía que tenemos a nuestra disposición para bajar al mundo de abajo a rescatar la dignidad de todos los hombres y mujeres. Actuar es difícil, sí, pero está a nuestro alcance. Basta con pedirlo con fe. Basta con querer ver. Lectura. **Bartimeo, el ciego de Jericó.** (Mc. 10, 46-52; Lc. 18, 35-43; Mt. 20, 29-34).



Esta es la oración que te dirijo (R. Tagore)

Esta es la oración que te dirijo, Señor:
sacude, sacude las paupérrimas raíces de mi corazón.
Dame fuerza para llevar con garbo
mis alegrías y mis tristezas.
Dame fuerza para que mis amores
fructifiquen en servicio.
Dame fuerza para no abandonar al pobre
y para no doblar mi rodilla
ante ningún poder insolente.
Dame fuerza para elevar mi mente
por encima de las trivialidades de cada día.
Y dame fuerza para rendir mi fuerza
a tu voluntad, con amor.

Tu evangelio es terrible

(Michel Quoist)

Cristo,
he oído predicar tu Evangelio
a un sacerdote
que vivía el Evangelio.
Los pequeños, los pobres,
quedaron entusiasmados;
los grandes, los ricos,
salieron escandalizados,
y yo pensé que bastaría predicar
sólo un poco el Evangelio
para que los que frecuentan las iglesias
se alejaran de ellas
y para que los que no las frecuentan
las llenaran.
Yo pensé que era una mala señal
para un cristiano
el ser apreciado por la "gente bien".
Haría falta —creo yo—
que nos señalaran con el dedo
tratándonos de locos y revolucionarios.
Haría falta —creo yo— que nos armasen líos,
que firmasen denuncias contra nosotros,
que intentaran quitarnos de en medio.
Esta tarde, Señor, tengo miedo,
tengo miedo porque sé
que tu Evangelio es terrible:
es fácil oírlo predicar,
es todavía fácil no escandalizarse de él,
pero vivirlo...
vivirlo es bien difícil.



