

# ITINERARIOS DE FE

## Bachillerato





**BACHILLERATO**

- **Tema 1º: Acogida** ..... 5
  - Actividad 1: **Ficha personal del alumno** ..... 7
  - Actividad 2: **Cuestionario nº 1** ..... 12
  - Actividad 3: **¿Qué espero de los monitores  
o profesores?** ..... 14
  - Actividad 4: **¿Qué nos proponemos?** ..... 17
- **Tema 2º: Ser Persona** ..... 23
  - Actividad 1: **El queso de Segundo** ..... 27
  - Actividad 2: **En busca de la felicidad** ..... 29
  - Actividad 3: **Historia de Marlene** ..... 30
  - Actividad 4: **Somos una unidad** ..... 31
  - Actividad 5: **Aprende a parar: Respira** ..... 33
  - Actividad 6: **Tú, Señor, eres mi aliento** ..... 34
- **Tema 3º: El Mundo de los sentimientos** ..... 36
  - Sesión 1**
    - Actividad 1: **¿Qué te pasa?** ..... 38
    - Actividad 2: **El diccionario de los sentimientos** ..... 40
  - Sesión 2**
    - Actividad 1: **Los procesos emocionales** ..... 41
    - Actividad 2: **El cuadro de los procesos mentales** ..... 43
  - Sesión 3**
    - Actividad 1: **El termómetro de los sentimientos** ..... 46
    - Actividad 2: **Quien canta sus miedos espanta** ..... 48
  - Sesión 4**
    - Actividad 1: **El hijo pródigo** ..... 49
    - Actividad 2: **En manos de Dios** ..... 51
  - Sesión 5**
    - Actividad 1: **Proyección de la película “8 MILLAS”** ..... 52

• <b>Tema 4º: Cuerpo vivenciado</b> .....	<b>53</b>
○ Actividad 1: <b>El vuelo del águila</b> .....	<b>55</b>
○ Actividad 2: <b>La silueta</b> .....	<b>56</b>
○ Actividad 3: <b>Nos saludamos con las partes del cuerpo</b> .	<b>57</b>
○ Actividad 4: <b>Una imagen vale más que mil palabras</b> ....	<b>58</b>
○ Actividad 5: <b>Investiga</b> .....	<b>59</b>
○ Actividad 6: <b>Celebración</b> .....	<b>60</b>
• <b>Tema 5º: El misterio de la identidad</b> .....	<b>62</b>
<b>Sesión 1</b>	
1. <b>Para empezar...</b> .....	<b>64</b>
2. <b>¿Qué da hoy, identidad a las personas?</b> .....	<b>65</b>
○ Actividad 1: <b>Tu huella de identidad</b> .....	<b>66</b>
<b>Sesión 2</b>	
1. <b>En lo profundo del corazón, mi yo permanece</b> .....	<b>67</b>
2. <b>Proyección del fragmento “Persigue tus sueños”</b> .....	<b>70</b>
○ Actividad 1: <b>El niño que fui</b> .....	<b>72</b>
<b>Sesión 3</b>	
1. <b>Tengo personalidad, soy persona</b> .....	<b>74</b>
2. <b>Proyección del fragmento “Si quieres saber de ti”</b> .....	<b>76</b>
○ Actividad 1: <b>El caminante</b> .....	<b>78</b>
○ Actividad 2: <b>Jesús ¿quién eres Tú?</b> .....	<b>79</b>
○ Actividad 3: <b>Y Tú, ¿quién eres?</b> .....	<b>80</b>
3. <b>¿Quién es el P. Coll?</b> .....	<b>83</b>
4. <b>Celebración final</b> .....	<b>86</b>
<b>Anexos</b> .....	<b>91</b>
<b>Otros recursos</b> .....	<b>148</b>

## TEMA 1: -ACOGIDA-

### ■ JUSTIFICACIÓN:

#### *Una relación entre Dios y la persona concreta*

La acción pastoral se realiza siempre como un proceso que pone en relación a los dos interlocutores fundamentales del diálogo: Dios, que en el misterio de su amor se acerca al hombre para consolidar su felicidad, y el hombre, que busca vida y esperanza, y se encuentra con una oferta del todo imprevisible que lo cambia desde lo más profundo de su ser.

Todo lo demás, la misma persona de Jesús de Nazaret, la comunidad eclesial, las muchas actividades que ésta realiza ordinariamente, se encuentran al servicio de este diálogo. «La renovación de la catequesis», el documento ofrecido a los obispos italianos como referencia orientativa para todo proyecto de catequesis y de pastoral, proclama esta idea con una bella expresión que transforma la constatación en una responsabilidad: «Para quien es hijo de Dios, no debería pasar un día, sin que de alguna manera anuncie su amor para todos los hombres en Jesucristo. Es una trama que se entreteje cotidianamente. Es la punzante y misteriosa trama en la que se encuentran Dios, que se revela, y el hombre que lo va buscando por diversos senderos»

*(Riccardo Tonelli).*

Quien acentúa la atención sobre el proyecto y la propuesta de Dios, no puede olvidar al hombre concreto y cotidiano, en búsqueda de sentido y de esperanza, que corre hacia Dios por los senderos más diversos e imprevisibles.

Quien acentúa la atención sobre el hombre, no puede olvidar que la orientación de toda existencia, la búsqueda apasionada de sentido y de esperanza sólo encuentra una acogida incondicional inmersa en el misterio de Dios. Por esto, toda pastoral debe medirse por una doble fidelidad a Dios y al hombre. Ningún proyecto pastoral que se precie puede descuidar este dato fundamental.

La atención sobre el misterio de Dios y del hombre son dos componentes tan decisivos, que «no es temerario afirmar que es necesario conocer al hombre para conocer a Dios; es necesario amar al hombre para amar a Dios» (*Pablo VI, Homilía en la IX sesión del Concilio Vaticano II, 7 diciembre 1965*). Y para los creyentes, con la misma evidencia se presenta el camino opuesto: el conocimiento y el amor hacia todo hombre implica sumergirse en el misterio de Dios.

## ■ OBJETIVOS:

1. Conocer aspectos personales del joven de Bachillerato: Datos personales. Integración. Actitud ante el trabajo de reflexión. Aficiones. Rasgos de personalidad.
2. Ayudar al joven a crecer como persona, a través del seguimiento individual y grupal.
3. Expresar actitudes ante la profundización y el estudio. Trayectoria personal humana, cristiana y académica.
4. Conocer la opinión del joven en relación a los monitores o profesores y lo que esperan de ellos
5. Hacer llegar al monitor o profesor los deseos de los chicos, como individuos y como grupo.
6. Crear un clima favorable de relación entre compañeros
7. Sentir la necesidad de compartir con otras personas, en este caso los compañeros, la ilusión de vivir y de compartir la Fe.
8. Ser consecuentes a la hora de convivir. Apostar por unos valores, respetar unos derechos y aceptar unas normas.



## ■ CONTENIDOS Y ACTIVIDADES:

En estas primeras sesiones, en las que el grupo comienza a andar, los contenidos se identifican plenamente con las actividades concretas que buscan la ACOGIDA como intención fundamental. Una vez se sientan importantes como personas y parte de un grupo, podremos empezar a trabajar y desarrollar el resto de contenidos del ITINERARIO.

### ACTIVIDAD Nº 1: Ficha personal del alumno.

**Anexo 1** pág. 92

#### 1. DATOS PERSONALES

Nombre.....Apellidos.....

Acostumbran a llamarme.....Nací el.....de.....de.....Edad.....

Vivo en la c/..... nº.....de.....Tfno.....

Mi padre se llama.....Profesión.....

Mi madre se llama.....Profesión.....

*Estos son los datos de mis hermanos:*

Nombre	Edad	Estudios	Centro

*Hasta este momento, he estudiado en*

Colegio	Población	Cursos

**¿HAS PARTICIPADO ANTERIORMENTE EN GRUPOS DE FE?**

SI

NO

## 2. DATOS MÉDICOS

## 3. INTEGRACIÓN. *Cómo es mi relación con mis:*

	Muy buena	Buena	Regular	Mala
<b>Padres</b>				
<b>Compañeros</b>				
<b>Hermanos</b>				
<b>Amigos</b>				



**4. AFICIONES**

Mi deporte favorito.....

Mis aficiones favoritas.....

Mis diversiones favoritas.....

**5. CREO QUE SOY**

	NADA	POCO	MUCHO	EXCESIVO
<b>Abierto</b>				
<b>Tímido</b>				
<b>Agresivo</b>				
<b>Dominante</b>				
<b>Obediente</b>				
<b>Impulsivo</b>				
<b>Inquieto</b>				
<b>Silencioso</b>				
<b>Optimista</b>				
<b>Generoso</b>				
<b>Constante</b>				
<b>Egoísta</b>				
<b>Imaginativo</b>				
<b>Creativo</b>				

**6. MI FAMILIA**

	Madre	Padre	Hermanos	Abuelos	Tíos	Amigos
Me siento más unido afectivamente con...						

De mi familia también deseo indicar.....  
 .....  
 .....  
 .....

**7. EN MIS ESTUDIOS Y EN MIS INQUIETUDES**

En mis tareas la persona que más me ayuda es.....  
 Las áreas que más me gustan son.....  
 Destaco en.....

**7.1.- Actitud ante el estudio** (poner una X en la casilla que indique tu actitud)

<b>Estudio porque...</b>	Me obligan	No tengo otra cosa que hacer		Me gusta	
<b>El estudio</b>	Me cuesta	Me aburre	Me entretiene	Me gusta	
<b>Al colegio vengo</b>	Forzado	Contento			
<b>Lo que estudio</b>	Me aburre	Me entretiene	Me gusta		
<b>Estudio para</b>	Aprender	Aprobar	Evitarme problemas		
<b>Estudio</b>	Lo justo para aprobar			Todo lo que puedo	

**7.2.-En los trabajos de grupo** (poner una X en la casilla que indique tu actitud)

Trabajo como los demás	Menos que los demás	Más que los demás	
------------------------	---------------------	-------------------	--

**8. ¿POR QUÉ QUIERO PARTICIPAR EN LOS GRUPOS ANUNCIATA, DE PROFUNDIZACIÓN HUMANA Y CRISTIANA?**



**ACTIVIDAD Nº 2: Cuestionario nº 1**

**Anexo 2** pág. 97

**¿Qué espero de los COMPAÑEROS DEL GRUPO? (Señalo las cinco más importantes)**

**DESEO QUE MIS COMPAÑEROS:**

1. Respeten y traten con educación a todas las personas del GRUPO
2. Se comporten con educación y respeto hacia los compañeros
3. Sean capaces de reconocer sus equivocaciones y pedir perdón
4. Defiendan sus ideas y propuestas de forma razonada
5. Se comporten en ausencia de los monitores como si estuvieran presentes
6. Hablen con respeto hacia los demás usando un vocabulario adecuado
7. Pregunten y contesten respetando el turno de palabra
8. Eviten los gritos, las peleas y la violencia
9. Sean responsables en el uso racional de las cosas
10. Sean solidarios con los demás
11. Respeten y conserven limpios todos los espacios donde se reúna el grupo
12. Muestren un comportamiento con los demás como el que desean que se tenga con ellos
13. Procuren no molestar a los demás en su trabajo
14. Eviten reírse de los demás y las bromas pesadas que distraigan la atención
15. Traten con respeto a los monitores

**ESTOY DISPUESTO A APORTAR AL GRUPO...**

1.-

2.-

3.-

4.-

**¿CUÁLES SON TUS DUDAS, INQUIETUDES, SOBRE LA VIDA, LA FE O EL SER HUMANO, QUE TE GUSTARÍA TRATAR CON TUS COMPAÑEROS Y MONITORES?**



**ACTIVIDAD Nº 3: ¿Qué espero de los MONITORES O PROFESORES?****Anexo 3** pág. 99

Elige las TRES expresiones, de cada una de las dos relaciones (Aspectos personales y aspectos académicos), que mejor expresan tus deseos en relación al profesorado de este curso. Señala las expresiones rodeando los números con un círculo.

**1. ASPECTOS PERSONALES Y DE FE*****Deseo que mis monitores o profesores me enseñen o me ayuden a:***

1. Prepararme para actuar con honradez a lo largo de mi vida.
2. Comportarme amablemente con mi familia, con mis amigos y con mis compañeros.
3. Descubrir, desarrollar, ejercitar mis cualidades y habilidades personales.
4. Disfrutar con las cosas que poseo y no ambicionar innecesariamente las que no tengo.
5. Eliminar sentimientos de inferioridad.
6. Desarrollar actitudes, hábitos y comportamientos que favorezcan la salud.
7. Encauzar y dominar mis emociones y sentimientos.
8. Actuar según un criterio propio.
9. Saber aprovechar los errores, las situaciones difíciles y los problemas que se me presenten en relación con los estudios y en mi vida.
10. Sentirme importante como alumno y como persona.
11. Ser respetuoso con los demás y ganar ese mismo respeto hacia mí. Pensar por mí mismo y evitar la manipulación.
12. Superar la timidez y la inseguridad.
13. Sentirme valorado por mis compañeros y profesores.
14. Ser solidario con los demás.
15. Desarrollar la sensibilidad y la responsabilidad hacia la naturaleza.
16. Superar las dificultades en la relación con los demás.
17. Tener amor propio y confianza en mí mismo.

18. Desarrollar sentimientos positivos hacia los demás y hacia mí mismo.
19. Valorar y respetar las ideas de los demás.
20. Ser respetuoso ante los contenidos de reflexión humana y de Fe.
21. Pensar por mí mismo y buscar respuestas para mi vida.
22. Colaborar en la preparación de las actividades y celebraciones.
23. Desarrollar la sensibilidad hacia la figura de Jesús de Nazaret.
24. Superar las dificultades en la relación con Jesús, ayudado por mis monitores.
25. Confiar en mi capacidad para profundizar en los temas propuestos.
26. Desarrollar sentimientos positivos hacia la Vida y el Evangelio.
27. Valorar la vida de Jesús como camino a seguir.

## 2. ASPECTOS ACADÉMICOS

### *Espero de mis monitores o profesores que:*

1. Fijen con nosotros las fechas de las reuniones del grupo.
2. Empleen el mismo lenguaje con los alumnos que el que esperan que utilicemos nosotros con ellos.
3. Eviten, en las explicaciones y evaluaciones, el sarcasmo, la ironía y las situaciones en las que queda en ridículo el alumno.
4. Se esfuercen por ser claros en la explicación de los contenidos.
5. Concreten cómo quieren que hagamos las cosas.
6. Manifiesten claramente qué les gusta que hagamos.
7. Enseñen a estudiar el área que imparten.
8. Sean ejemplo en su modo de presentarse y de comportarse.
9. Sean tan exigentes con nosotros como consigo mismos.
10. Dialoguen e inspiren confianza.
11. Califiquen con sentido de justicia.
12. Valoren el esfuerzo realizado.



**Añadir algunos deseos que no están en las expresiones anteriores y que a ti te gustaría manifestar**

**¿Qué estoy dispuesto a aportar yo?**

- En relación al trato
- En relación al trabajo

**En relación a proponer pistas de temas, a nivel humano o de Fe, sobre los que me gustaría profundizar.**



**ACTIVIDAD Nº 4: ¿Qué nos proponemos?****¿La aventura de vivir juntos una experiencia diferente?**

El Amor, la amistad, el afecto, el sentirse útil o valorado son elementos que carecen de sentido si no son correspondidos o compartidos.

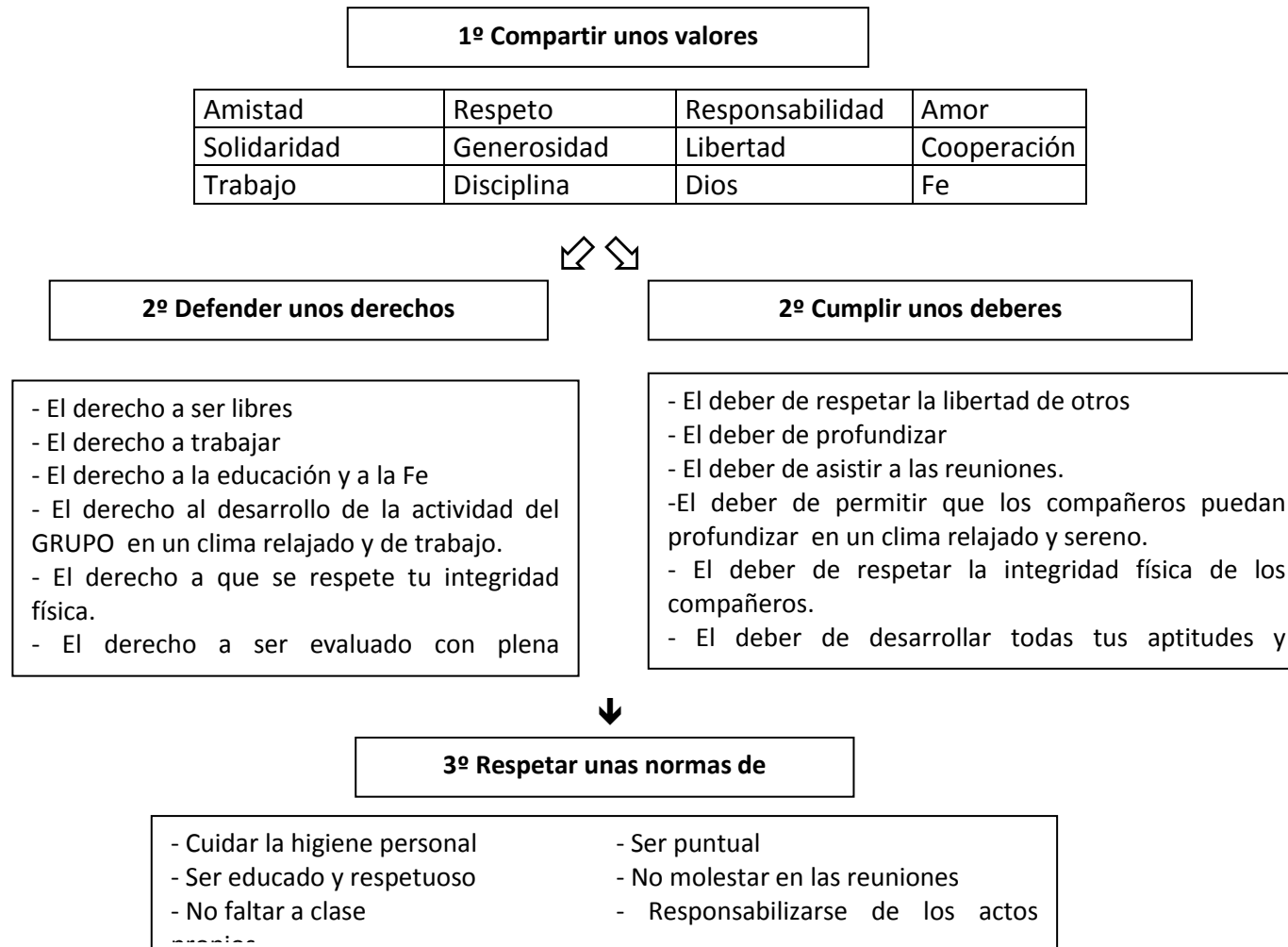
Aprender a vivir en grupo, y relacionarnos satisfactoriamente, saber participar junto a otras personas en actividades, tiempos y espacios es una práctica que nos puede hacer más felices y que sólo es posible realizar dentro de un grupo. **Jesús de Nazaret es el MODELO.**

**OBJETIVOS**

1. Sentir la necesidad de compartir con otras personas, en este caso con tus compañeros y amigos, la ilusión de vivir y la Fe que compartimos
2. Ser consecuente: la convivencia, “el vivir con”, te exige apostar por unos valores, respetar unos derechos y aceptar unas normas que hagan posible la vida en grupo.

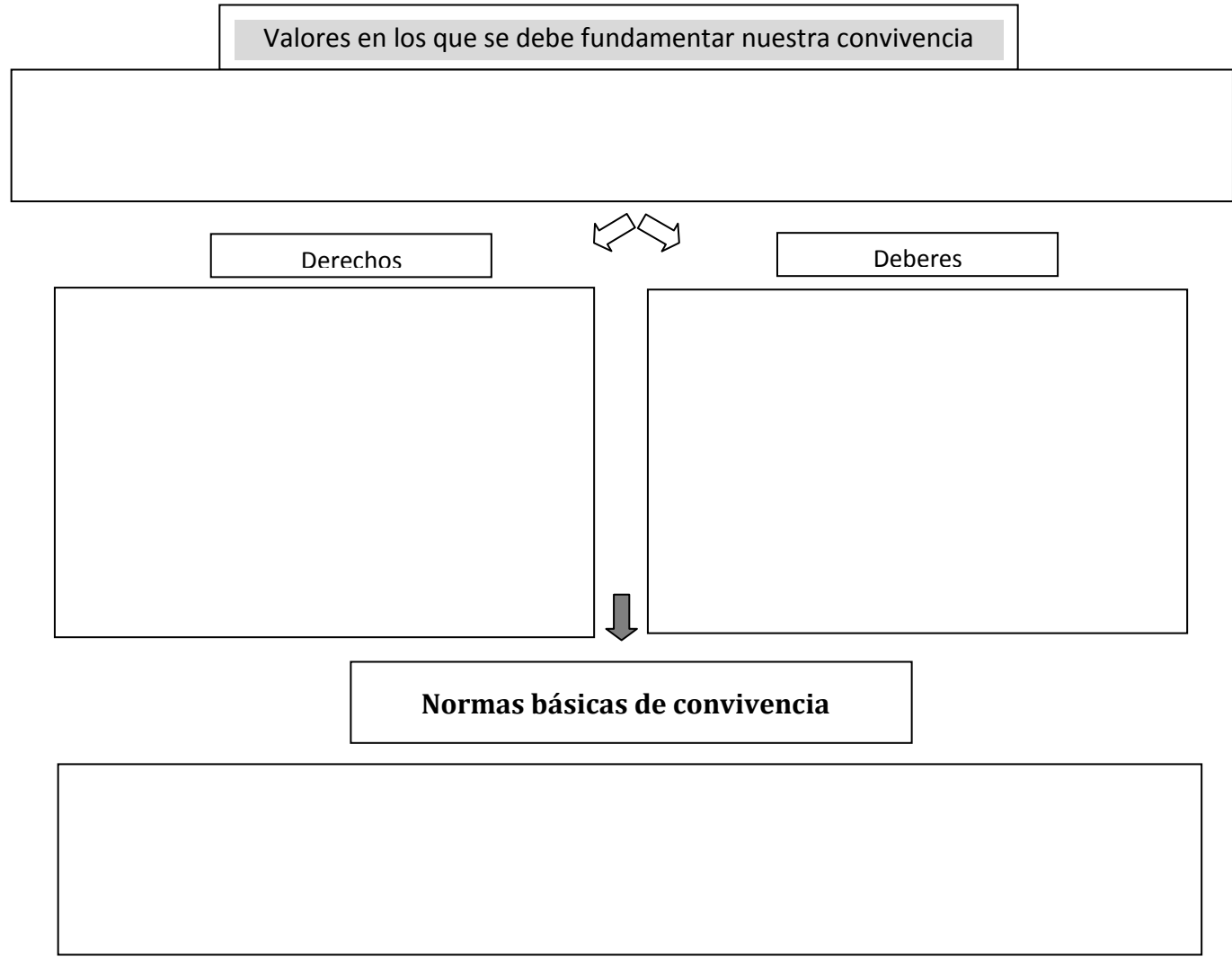
La vida es una fascinante aventura en la que **no estamos, no podemos estar solos**. Algunos momentos de esa gran aventura los vas a vivir en el colegio rodeado de tus monitores, compañeros y amigos. Vivir es “**convivir**”, “**vivir con...**”. Esa convivencia puede ser **excitante y maravillosa**, pero te va a exigir:





Desarrollo de la actividad (MIEMBROS DEL GRUPO) **Anexo 4** pág. 102

1. De manera **individual** cada uno de vosotros va a:
  - Determinar los ***principios o valores*** en los que se debe fundamentar la convivencia en este curso que empieza.
  - ¿Qué exiges tú a los demás (***derechos***) y a qué estás dispuesto tú (***deberes***) para que todos, como compañeros, estéis a gusto en el GRUPO?
  - Establece unas **normas de comportamiento**, pocas pero muy claras, para que vuestra aventura termine con un rotundo éxito.



2. **En pequeño grupo** (3/4 alumnos), discutir y llegar a acuerdos sobre los puntos anteriores.
3. **Trabajo con todo el grupo.** Poned en común el trabajo realizado en los grupos e intentad llegar a acuerdos sobre los puntos anteriores.
4. *ACABARÍAMOS CON UNA ORACIÓN SENCILLA, buscando un fragmento evangélico (Por ejemplo: Jesús va en busca de los Apóstoles, Mc 1, 16-20) y una canción, que podría ser "PERSONAS" de "El Canto del Loco", rezando al final todos juntos el "Padrenuestro".*

**Anexo 5** pág. 106





## TEMA 2: -SER PERSONA-

### ■ JUSTIFICACIÓN

#### **LA IMAGEN DE DIOS EN EL ADOLESCENTE. UN TIEMPO PARA DESCUBRIR Y DESCUBRIRSE.**

El adolescente vive una gran aventura de descubrimiento humano y de fijación de conceptos y experiencias que marcarán el resto de sus días.

El primer descubrimiento está centrado en sí mismo: emergencia del yo. Ante los ojos del adolescente se desvela progresivamente el misterio de su ser personal. Una inquietud por conocerse, por saber quién es, va a recorrer las venas del chico en su adolescencia. **Se descubre a sí mismo como:**

- un ser libre,
- un ser que siente y quiere, un ser sexuado,
- portador de un mundo interior profundo, capaz de trascender
- un ser original,
- capaz de pensar por sí mismo,
- dueño de sí en lo más íntimo, vive la soledad,
- un ser carente de unidad, encuentra en él sentimientos contradictorios, tendencias opuestas.

Inicia la búsqueda del otro, descubre al otro, al que se encuentra a su lado. La amistad y el amor le lanzarán a una nueva experiencia de descubrimiento. No está solo en el mundo, convive con seres humanos que participan del mismo misterio que descubre en sí. El otro es un:

- misterio personal, único y diferenciado, lo amigo,
- compañero y miembro de un grupo,
- alguien capaz de complementarle,
- portador de valores,

- alguien capaz de defraudar, de fallarle,
- una coacción para la libertad,
- una persona diferenciada sexualmente,
- atractivo corporal.

Se despierta en él un nuevo interés por lo social, su horizonte se ampliará al mundo. El descubrimiento de sí y la apertura progresiva a los demás conduce al adolescente a este planteamiento sobre la vida colectiva. Adquiere importancia el compromiso con la sociedad y la vida: la vocación personal. **Descubre el mundo** como:

- el campo de las realizaciones humanas,
- solidario y dividido,
- una realidad pluralista,
- un mundo de injusticia y pecado,
- necesitado de una transformación,
- obstáculo para una plena realización,
- repertorio de múltiples posibilidades,
- una gran comunidad humana y/o comunidad de Fe

La Iglesia es consciente de estas complejas vivencias del mundo adolescente y Juan Pablo II, en la exhortación apostólica **Catechesi Tradendae**, sobre la catequesis hoy, nos habla sobre esta etapa de la adolescencia. Después de los párvulos y los niños "vienen la pubertad y la adolescencia, con las grandezas y los riesgos que presenta esa edad. Es el momento del descubrimiento de sí mismo y del propio mundo interior; el momento de los proyectos generosos, momento en que brota el sentimiento del amor, así como los impulsos biológicos de la sexualidad, del deseo de estar juntos; momento de una alegría particularmente intensa, relacionada con el embriagador descubrimiento de la vida. Pero también es a menudo la edad de los interrogantes más profundos, de búsquedas angustiosas, incluso frustrantes, de desconfianza de los demás y de peligrosos pliegues sobre sí mismo; a veces también la edad de los primeros fracasos y de las primeras amarguras. La catequesis no puede ignorar estos aspectos fácilmente cambiantes de un período tan delicado de la vida". (38)

**■ OBJETIVOS:**

1. Vivir la aventura del descubrimiento de la persona en sus dimensiones humana y espiritual, con las enormes posibilidades que conlleva.
2. Aceptar que el Yo es un auténtico misterio, que debo descubrir y desarrollar para ser feliz conmigo mismo y con los demás. Desarrollar la inquietud por conocer.
3. Iniciar la búsqueda del otro: amistad, familia, amor, Dios. Todo es un misterio y por eso promete ser una gran experiencia. No estás solo en el mundo.
4. Ampliar nuestro horizonte. Capacidad de ser social y solidario con el mundo en el que vivo y la realidad que me rodea. Descubrir mi compromiso con la sociedad.
5. Aceptar nuestra vida en sociedad como el camino para descubrir mi vocación personal, profesional y de Fe.
6. Buscar la presencia de Dios como Aquél capaz de darle sentido a mi dimensión trascendente.

**■ CONTENIDOS:*****El ADOLESCENTE se descubre a sí mismo como:***

- un ser libre,
- un ser que siente y quiere, un ser sexuado,
- portador de un mundo interior profundo, capaz de trascender
- un ser original,
- capaz de pensar por sí mismo,
- dueño de sí en lo más íntimo, vive la soledad,
- un ser carente de unidad, encuentra en él sentimientos contradictorios, tendencias opuestas.

***No está solo en el mundo, convive con seres humanos que participan del mismo misterio que descubre en sí. El OTRO es un:***

- misterio personal, único y diferenciado, lo amigo,
- compañero y miembro de un grupo,
- alguien capaz de complementarle,
- portador de valores,
- alguien capaz de defraudar, de fallarle,
- una coacción para la libertad,
- una persona diferenciada sexualmente,
- atractivo corporal.

***Adquiere importancia el compromiso con la sociedad y la vida: LA VOCACIÓN PERSONAL. Descubre el MUNDO como:***

- el campo de las realizaciones humanas,
- solidario y dividido,
- una realidad pluralista,
- un mundo de injusticia y pecado,
- necesitado de una transformación,
- obstáculo para una plena realización,
- repertorio de múltiples posibilidades,
- una gran comunidad humana y/o comunidad de Fe.



**ACTIVIDAD Nº 1: "EL QUESO DE SEGUNDO" (Dinámica)**

**Duración aproximada:** 45´

**Material necesario:** rotuladores o lápices, tijeras, cartulinas, papel

**Motivación:** *"Segundo es un muchacho de 1º de Bachillerato. Un muchacho normal y corriente que pasa su día en actividades muy parecidas a las vuestras: en casa, con los amigos, en la escuela, viendo la tele, jugando, etc.*

*Un día su tutor le pidió que representara en un gráfico cómo había distribuido las horas de sus días, más o menos aproximadamente, a lo largo de la semana anterior. Segundo lo hizo como si su vida fuera un queso:*

- *durmiendo*
- *en la escuela*
- *con los amigos*
- *haciendo los deberes en casa*
- *jugando, viendo la tele, descansando en casa*
- *con la familia*
- *ayudando en casa*
- *en otras cosas*

*Vosotros vais a hacer lo mismo. A cada cuadrante del queso le corresponden tres horas del día. Vuestro queso tiene 8 cuadrantes. Luego, deberéis recortar los distintos trozos del queso en porciones, de modo que cada una represente las horas que dedicáis a las distintas actividades."*

**Trabajo personal:**

- El animador entrega a cada uno un ejemplar de la hoja: **"¿Cómo repartirías el queso de tu vida?"** y pide que lo rellenen. Dicha hoja posee un modelo de queso en blanco, en el que cada uno debe colorear los distintos momentos del día, según él los emplee. A éste queso lo llamaremos **QUESITO REAL**.

- Posteriormente, se les entrega otra hoja con un segundo quesito y un pequeño cuestionario: "**¿Te agrada la forma en que inviertes tu tiempo?, ¿te gustaría introducir algún cambio?**".
- Este será el **QUESITO IDEAL**; porque refleja la forma en que a la persona le gustaría distribuir su tiempo, si fuera posible.
- Cada uno recorta luego en trozos su "quesito".

#### **Puesta en común en pequeño grupo:**

- Los miembros del grupo se comunican cómo han repartido sus respectivos "quesos".
- Intentan hacer un "queso" del grupo, recogiendo el promedio de las horas que dedican a cada una de las actividades del día. Cada grupo debe hacer un doble queso: el real (cómo distribuyen su tiempo realmente) y el ideal (cómo les gustaría distribuir su tiempo).

**¿Hay espacio para el YO, para el OTRO y para el MUNDO? -> eso DEBERÍA ESTAR REFLEJADO EN CÓMO DISTRIBUYO MI TIEMPO. Se puede hacer una MUY BUENA REFLEXIÓN.**

**En gran grupo:** Se establece un breve diálogo para formar el "**queso real del grupo**" y el "**queso ideal**". Puede hacerse a partir de la exposición en público, en las paredes del local empleado, de los gráficos de cada grupo; para ello es interesante que los realicen en una cartulina.

Una vez visto lo que puede dar de sí un día en la vida de un ser humano, proponemos la siguiente actividad, con el fin de reflexionar sobre que **nada es imposible si tenemos claro lo que queremos y buscamos (para nosotros, la familia, los amigos, la pareja, Dios...)** y que el esfuerzo humano puede y debe encontrar soporte en la dimensión trascendente, que es la que nos acaba de dar el espaldarazo definitivo.



**ACTIVIDAD Nº 2: “EN BUSCA DE LA FELICIDAD” (Película – 113’)**

**Por su hijo (el OTRO), un hombre tratará de hacer lo imposible (AMISTAD, FAMILIA, AMOR, TRABAJO, COMPROMISO, FELICIDAD, SOLIDARIDAD, ACEPTACIÓN) -> teniendo una buena motivación y claros nuestros objetivos, desde nuestra dimensión humana y trascendente somos capaces de los LOGROS PERSONALES más grandes nunca imaginados.**

Will Smith protagoniza esta conmovedora película basada en la historia real de Chris Gardner, un vendedor de San Francisco que lucha por labrarse un futuro para él y para su hijo de 5 años, Christopher. Cuando su novia Linda le abandona, Chris se queda solo para ocuparse del pequeño. El empeño de Chris finalmente da sus frutos cuando consigue unas prácticas no remuneradas en un programa de formación de agentes de bolsa extremadamente competitivo donde sólo uno de los 20 participantes podrá continuar. Pero, al no cobrar, a Chris y a su hijo les echan de su casa y tienen que dormir en la calle, en albergues para indigentes e incluso tras las puertas cerradas de los baños de una estación de metro.

Con su autoestima, la fe y amor de su hijo, Chris Gardner superará todas las adversidades para terminar convirtiéndose en una leyenda de Wall Street.

El posible comentario sobre la película iría centrado en DIALOGAR sobre cómo el personaje va desarrollando todas sus dimensiones personales a las que hacemos referencia en los CONTENIDOS de la unidad. SERÍA INTERESANTE IRLAS IDENTIFICANDO EN LOS DIFERENTES MOMENTOS DE LA HISTORIA DE CHRIS GARDNER. De esta forma conseguimos ir reforzando nuestros objetivos centrados en descubrir nuestras potencialidades personales para CRECER y para SERVIR A LOS DEMÁS.

Como no somos COSAS, que somos PERSONAS, propongo para descubrir este aspecto importante, la realización de la siguiente dinámica en la que el individuo descubre que a veces, también, debemos CEDER, porque VIVIMOS en SOCIEDAD (vamos completando así el desarrollo de la unidad)





**ACTIVIDAD Nº 3: "HISTORIA DE MARLENE" (Dinámica opcional)**

El ejercicio es un ensayo de consenso. La conclusión es casi imposible que sea unánime. Es preciso, pues, que los participantes sepan considerar la subjetividad de cada uno para que la decisión pueda llegar a producirse. **¡SOMOS MUCHO MÁS QUE COSAS!**

El texto que vamos a dar narra la historia de una joven en la que 5 personas entran en juego. A cada cual le toca establecer un orden de preferencia o de simpatía para con ellas. En una primera fase cada uno indicará su grado de simpatía para con cada uno de los 5 personajes, colocándolos en orden, dando el 1 al más simpático, el 2 al siguiente más simpático, etc., hasta el 5 para el que nos resulte menos agradable. A continuación, cada uno dará las razones de sus preferencias. Teniendo en cuenta todas esas informaciones se procede a elaborar un orden consensuado por todo el grupo.

**HISTORIA DE MARLENE** Anexo 6 pág. 109

*"Los personajes son: Marlene, un barquero, un eremita, Pedro y Pablo. Marlene, Pedro y Pablo son amigos de infancia. Se conocen desde hace mucho. Pablo se quiso casar con Marlene, pero ella le rehusó alegando que estaba enamorada de Pedro.*

*Cierto día Marlene decide visitar a Pedro, que vive al otro lado del río. Al llegar al río, Marlene pide a un barquero que la pase al otro lado y el barquero le dice que él se dedica a eso, que es su forma de vida y el pan de cada día y que, por tanto, tiene que pagar por ello. Marlene no tiene ni una perra, y le explica al barquero su situación, su gran deseo de verse con Pedro; le ruega, por favor, que la pase al otro lado. El barquero acepta si ella pasa la noche con él. Marlene duda y decide ir a consultar a un ermitaño que está por allí; le cuenta todo y le pide su consejo. El ermitaño le dice que la comprende muy bien, pero que en ese momento no puede darle consejo alguno, ni siquiera dialogar con ella sobre el asunto; la invita a decidir por su cuenta.*

*Marlene vuelve al río, acepta lo que pide el barquero, atraviesa el río, va a casa de Pedro y pasa con él 3 días muy felices.*

*La mañana del cuarto día, Pedro recibe un telegrama en el que se le oferta un trabajo muy bien remunerado en el extranjero: es lo que él había ansiado desde siempre. Da la noticia a Marlene y la abandona en aquel mismo momento.*

*Marlene cae en profunda tristeza y decide darse un paseo. Se encuentra con Pablo y le cuenta la razón de su tristeza. Al cabo de un rato, Marlene le dice a Pablo: "recuerdas que hace tiempo me dijiste que querías casarte conmigo; yo te rechacé porque no me sentía enamorada de ti; pero ahora pienso que sí lo estoy y quiero casarme contigo". Pablo le responde: "Es demasiado tarde. No me interesa ya. No quiero restos del otro".*

Mi orden de preferencia es:

1º-----

2º-----

3º-----

4º-----

5º-----

### **(Vamos ordenando nuestras prioridades)**

Iríamos dando el SALTO hacia la DIMENSIÓN de FE.

#### ***Hacia una religión más personal***

Los sentimientos y las actitudes religiosas llegan en este momento a introducirse en el contexto de la personalidad de forma relativamente definitiva y, desde luego, con profundidad y honda repercusión en el contexto del comportamiento. El adolescente se hace consciente de sus creencias y descubre la limitación de su inteligencia para acceder a todas las explicaciones. Surge la inquietud religiosa y descubre la diversidad de creencias como un hecho real de la vida ante el que él debe adoptar su postura.

Las opciones adolescentes no son firmes en la forma, pero tienden a afianzarse en el fondo. El despertar de una personalidad autónoma coincide con la posibilidad intelectual y afectiva de asimilar muchos contenidos sociales y muchos mensajes espirituales.



**ACTIVIDAD Nº 4: “SOMOS UNA UNIDAD” (Reflexión)**

Somos esencialmente, uno. Sabemos que, aunque cambie nuestro aspecto físico, nuestra mentalidad..., SOMOS LA MISMA PERSONA. Pero, al mismo tiempo, vivimos nuestra unidad en conflicto. Todo esto ocurre porque tenemos distintas dimensiones que interactúan entre ellas con lógicas muy distintas. Para ser felices, sin embargo, tenemos que buscar el desarrollo armónico de todas ellas.

**ANTES DE SEGUIR LEYENDO, hazte las siguientes preguntas:**

1. ¿Cómo valoras cada una de las dimensiones en tu vida?
2. Elabora frases que puedan sintetizar tu experiencia previa y sin elaborar -> mi cuerpo, mi afectividad, mi cabeza, mi yo, mi espiritualidad,...

**EL CUERPO**

El cuerpo es la dimensión más externa y la primera toma de contacto con los demás (y con nosotros mismos). Nos abre a la percepción del mundo a través de los sentidos y nos hace presentes a él. Aunque todos tenemos cuerpo, no todos llegamos a integrar que somos ese cuerpo. El cuerpo busca siempre mantener el equilibrio vital de sus funciones, por eso nos señala siempre los abusos y excesos. Así, tenemos fiebre o nos duele algo cuando hay una infección, se nos acelera el corazón cuando estamos nerviosos, etc.

**LA AFECTIVIDAD**

Dentro de los sentimientos englobamos un conjunto de emociones interiores, subjetivas, distintas entre sí, pero que tienen en común su naturaleza dinámica. Constituyen la dimensión energética de la vida. Sin sentimientos somos un cuerpo muerto o una fría razón. Nosotros mismos decimos que “hay que ponerle pasión a la vida”. Los sentimientos se guían siempre por el principio del placer: buscar lo agradable y evitar lo desagradable. Pero no podemos dejarnos guiar por los sentimientos: necesitan la ayuda de una mente rectora o un yo honesto.

## LA RAZÓN

Razón busca la coherencia lógica y la claridad. Con la razón tenemos que conocer y comprender nuestro yo y el mundo, podemos gobernar las pulsiones de nuestros sentimientos (valorando, lo que es para nuestro bien y lo que nos perjudica...) y proyectar sabiamente nuestra vida para poder desarrollar nuestra identidad.

### ***Pregúntate:***

1. ¿Crees que “tienes mundo”?
2. ¿Cuáles son las experiencias que te han marcado en tu vida?

Por el conocimiento elaboramos por medio de nuestras experiencias un mapa de la realidad, que es nuestro mundo. A mayor número y calidad de experiencias, más amplio será nuestro propio mundo.

## EL YO PROFUNDO

Pero, por debajo de todas esas experiencias, el ser humano se identifica en un YO PROFUNDO, esencial, auténtico. El contacto con nuestro YO nos permite concebirnos como únicos. El YO se fragua en los primeros años de nuestra vida. Esta dimensión más profunda necesita ser desarrollada en todas sus posibilidades. De ello depende nuestra felicidad: solo seremos felices si somos nosotros mismos, y no otros. Desde el YO nos abrimos a OTROS YO: es el espacio del encuentro personal, incluso con Dios, que habita en nuestro interior.

*Habla con alguien (cinco minutos) o escribe (una hoja) completando esta frase: **Yo soy una persona que...***



**ACTIVIDAD Nº 5: "APRENDE A PARAR: RESPIRA" (Para Interiorizar)**

- Cierra los ojos... Y concentra tu atención en la respiración... Nota cómo el aire pasa por la nariz, garganta, tráquea, pulmones,...
- No vale cualquier respiración: solo la abdominal ayuda a la relajación; por eso, coloca lentamente tu mano sobre la barriga y nota cómo se mueve al respirar. La respiración abdominal ocurre por el movimiento del diafragma hacia abajo, por eso la barriga se hincha. Se opone a la respiración torácica.
- Una vez que controles que tu respiración es abdominal, cuenta los movimientos completos de inspiración y expiración de 10 hasta 0...
- Toma conciencia de la sensación global de tu cuerpo...
- Atiende a tus distracciones: descubre de qué se trata y no te dejes llevar por ellas, sino que reconoce que son sólo distracciones...
- Para salir, se respira con fuerza tres veces y se sale lentamente moviendo las manos, el cuello, abriendo los ojos, etc.

**ACTIVIDAD Nº 6: "TÚ, SEÑOR, ERES MI ALIENTO"  
(Oración - Salir al encuentro-)****1ª Parte -> EXPERIENCIA PERSONAL****ORACIÓN**

"Tú, Señor, eres mi aliento.

Te siento en cada respiro porque me mantienes en vida.

Sin tu mano, perecemos; pero no, tú me sostienes y me guías.

Tú, mi roca, mi fundamento, lo que está por debajo de mí.

¡Gracias!"

- Repite el ejercicio cuantas veces consideres oportuno o necesario... y repite al ritmo de tu respiración, frase a frase, las palabras, LA ORACIÓN que te proponemos...
- Siente que Dios, como el aire, te sostiene, aunque no lo veas.

## 2ª Parte -> EXPERIENCIA Y CELEBRACIÓN COMUNITARIA

Tan sencilla como aprender dos o tres antifonas cantadas o escuchadas de un CD. Los componentes del grupo irían expresando, en el oratorio y ante el grupo de forma voluntaria, lo que esta experiencia les ha supuesto. Cómo se sienten y si vale la pena dar gracias a Dios por tantas cosas buenas como tiene el ser humano (RECORDANDO LOS CONTENIDOS DE LA UNIDAD - **AMISTAD, FAMILIA, AMOR, TRABAJO, COMPROMISO, FELICIDAD, SOLIDARIDAD, ACEPTACIÓN, YO, OTRO, MUNDO, etc.**)

Acabaría rezando juntos el “Padrenuestro” y dándonos las manos, o bien cantando alguna canción de acción de gracias. (Sería necesaria una buena ambientación del Oratorio)



## TEMA 3: -EL MUNDO DE LOS SENTIMIENTOS-

### ■ OBJETIVOS:

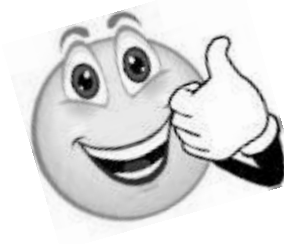
1. Conocer los sentimientos y afectos que pueden darse en una persona.
2. Descubrir cómo funcionan los procesos emocionales y la importancia de canalizar los sentimientos y socializar las conductas.
3. Conocer los rasgos que definen a una persona emocionalmente madura.
4. Aprender a perdonarse y a perdonar descubriendo a Dios como padre misericordioso.

### ■ CONTENIDOS

#### *SESIÓN 1*

1. **La afectividad:** por afectividad entendemos el mundo complejo y amplio de las repercusiones que los acontecimientos exteriores e interiores dejan en nosotros. Cuando decimos que alguien es muy afectivo queremos decir que las cosas le afectan mucho, es decir, que algo se mueve dentro y empuja a la acción. Por eso al afectividad es el elemento dinamizador de la vida de la persona. Sin los sentimientos no hay vida.
2. **Los afectos:** son subjetivos e íntimos y hay que aprender a comunicarlos y respetar los de los demás. La experiencia vital no es discutible, uno se siente así y ya está. Cada persona tiene una manera propia de organizar su mundo afectivo dependiendo de su carácter y de su historia personal.
3. **Diversos afectos:** atendiendo a su intensidad, duración y repercusión corporal podemos distinguir entre los siguientes afectos:

- **Los estados de ánimo:** son duraderos y ligados a los ciclos de la vida. Es el talente propio de cada persona, y así decimos que una persona es optimista o pesimista, emotiva o no...
- **Las emociones:** son experiencias afectivas intensas, pasajeras, bruscas y agudas, con una gran repercusión en el cuerpo: nos sube o baja la tensión, lloramos, nos ponemos pálidos...
- **Los sentimientos:** son más complicados y estables, menos intensos que las emociones y con menos síntomas corporales. Si las emociones son modos de sentirse afectado por el mundo exterior, los sentimientos son el modo como nos proyectamos en él. Por eso podemos estar enfadados con una persona (emoción) al tiempo que la queremos (sentimiento)





**ACTIVIDAD Nº 1: "¿QUÉ TE PASA?" (Dinámica)**

**Duración aproximada:** 25'

**Material necesario:** canción fotocopiada para cada uno **Anexo 7** pág. 110

**1. Escuchamos la canción:**

*¿Qué te pasa?*

*Todos me dicen "¿qué te pasa?"  
y yo no sé qué contestar.*

*Todos se piensan que estoy triste  
desde que tú te fuiste de casa  
y me preguntan qué te pasa  
y yo no sé qué contestar.*

*Tengo el blues de la mañana  
y tres relojes que se atrasan,  
tengo un amigo que no sabe soñar  
y una guitarra que no puedo afinar.*

*Tengo una casa sin ventanas  
y una tristeza enamorada,  
tengo un disfraz pero no es carnaval  
y esta locura que no puedo parar.*

*Todos me dicen "¿qué te pasa?"  
y yo no sé qué contestar.*



## 2. Trabajo personal:

Después de escuchar la canción, se dejarán unos minutos para que cada persona de manera individual reflexione sobre lo que se dice en la canción y con qué parte de la letra se siente identificada o no y por qué.

Se harán grupos de tres o cuatro personas y se comunicarán sus reflexiones.

Breve puesta en común en gran grupo.

Al tratarse de una actividad inicial, no es necesario profundizar mucho en la misma (salvo que la puesta en común requiera una mayor profundización lo que queda a criterio del animador). No obstante destacará la dificultad que tienen ellos (y las personas en general) para descubrir el mundo de nuestros sentimientos, no sabemos qué nos pasa, no sabemos qué sentimos.

Por ello, a continuación les invita a realizar la siguiente dinámica:



**ACTIVIDAD Nº 2: “EL DICCIONARIO DE LOS SENTIMIENTOS” (Dinámica)**

**Duración aproximada:** 25’

**Material necesario:** Power point. **Anexo 8** pág. 111

1. Para entrar en el mundo de la afectividad con buen pie, aprende a ponerle nombre a las cosas y amplía tu abanico de afectos. Mira con atención el siguiente power y anota los sentimientos con los que te sientes más identificado, aquellos que te han llamado más la atención y aquellos con los que no te sientes identificado.
2. Lo ponemos en común en pequeños grupos y buscamos otros sentimientos que no hayan aparecido en el power y tratamos de definirlos.
3. Puesta en común en gran grupo.

El animador moderará la puesta en común y preguntará a cada grupo sobre aquellos aspectos que considere oportuno. Lo importante es que los chicos descubran el amplio mundo de los sentimientos. (Otros sentimientos que no han aparecido en el power y que pueden definir los chicos son aburrimiento, admiración, alegría, antipatía, arrepentimiento, asombro, compasión, confianza, desesperación, enamoramiento, esperanza, fastidio, odio, pena, placer, rencor, resignación, simpatía...)



## SESIÓN 2

Los contenidos que vienen a continuación se pueden desarrollar en diálogo con los chicos.

### ACTIVIDAD Nº 1: "LOS PROCESOS EMOCIONALES" (Dinámica)

*Duración aproximada: 25'*

**Material necesario:** ----- Anexo 9 pág. 112

1. En grupos de 3 ó 4 personas se contestan las siguientes preguntas:

- ¿Qué sentimientos expresa un bebé? Poned algunos ejemplos.
- Cuando el niño ya no es bebé ¿cómo llama la atención de los padres? ¿Cuál debe ser la actitud de los padres ante las llamadas de atención de los niños? Poned algunos ejemplos.
- ¿Los niños deben tener unas conductas correctas impuestas por sus padres o por el contrario todas las pautas de conducta han de ser dialogadas entre padres e hijos?



2. Puesta en común en gran grupo

**El animador moderará la puesta en común teniendo en cuenta los siguientes contenidos.**

### **CÓMO FUNCIONAN LOS PROCESOS EMOCIONALES**

1. **Procesos emocionales básicos:** en la primera infancia, todo se reduce a sentir comodidad o incomodidad, placer o displacer. Cuando está a gusto el bebé reposa o sonrío; cuando algo le molesta, llora. Es su manera de llamar la atención de sus padres para que supriman el estímulo que le causa malestar.

Pero cuando el niño crece aprende a matizar y distinguirá cuatro sensaciones básicas: peligro, daño, pérdida o satisfacción. A estas sensaciones básicas se asocian cuatro emociones básicas y sus correspondientes respuestas instintivas. Estas sensaciones y sus conductas asociadas, no son malas en sí mismas, pretenden asegurar la supervivencia de la persona, si el niño no corre cuando siente miedo, malo. Son comunes a los animales y naturales...

2. **Conductas socializadas:** no siempre es posible actuar instintivamente, porque el comportamiento puede ser perjudicial para uno mismo o para los demás. Conviene pues aprenden conductas aprobadas socialmente que permitan dar salida al caudal afectivo que nos llega.
3. **Canalizar los sentimientos:** este aprendizaje se lleva a cabo en la familia. Cuando mamá regaña al niño que pega a su hermanito, estamos inhibiendo la expresión de sentimientos o de sus respuestas instintivas. Hay que tener cuidado, porque una educación sana de los sentimientos no consiste en la represión de los mismos, sino en su canalización a través de comportamientos que vayan en beneficio del niño y de los demás.
4. **Interiorizar las conductas:** no basta con proponer conductas aceptadas socialmente, sino que hay que enseñar a valorar el porqué de las mismas. Sólo así el aprendizaje será interiorizado y permitirá un desarrollo autónomo del mismo, más allá de cualquier imposición. Es el momento de asumir valores como la tolerancia, el respeto, la sencillez, la comunicación asertiva, el reconocimiento...



**ACTIVIDAD Nº 2: “EL CUADRO DE LOS PROCESOS MENTALES” (Dinámica)**

**Duración aproximada:** 20´

**Material necesario:** -----

A continuación y partiendo de lo hablado, se invita a los muchachos a rellenar el siguiente cuadro (pueden trabajarlo individualmente o en grupos pequeños).

**Anexo 10** pág. 113

1. Debéis completar el cuadro con las siguientes palabras o frases:

Aceptar los límites ajenos	Miedo
Aceptar los límites de la vida	Pedir al otro que cambie
Aceptar nuestros límites	Pedir consuelo
Agresión	Pedir protección
Alegría	Pérdida
Daño	Satisfacción
Explosión	Tristeza
Huida	

Sensación básica	Emoción básica	Respuesta instintiva	Respuesta socializada	Aprendizaje social
Peligro				
	RABIA			
		Aislamiento		
			Compartir	Reconocer el valor de las cosas

2. Debatirlo en grupos pequeños hasta que lleguéis a un acuerdo.

3. Ponerlo en común en grupo grande hasta llegar a un acuerdo para hacer un único cuadro.

Sensación básica	Emoción básica	Respuesta instintiva	Respuesta socializada	Aprendizaje social
Peligro	MIEDO	Huida	Pedir protección	Aceptar nuestros límites
Daño	RABIA	Agresión	Pedir al otro que cambie	Aceptar los límites ajenos
Perdida	TRISTEZA	Aislamiento	Pedir consuelo	Aceptar los límites de la vida
satisfacción	ALEGRÍA	Explosión	Compartir	Reconocer el valor de las cosas



## SESIÓN 3

### LA MADUREZ EMOCIONAL:

Una persona es emocionalmente madura cuando:

- Toma conciencia de las propias emociones y las acepta todas ellas como positivas en sí mismas. La represión por “sentir” lleva a desviaciones afectivas.
- Experimenta un amplio conjunto de emociones sin limitarse a una gama estrecha de emociones primarias.
- Distingue entre sentir una emoción y expresarla o actuarla. No podemos imponernos una emoción, pero sí podemos elegir cómo darle salida en la conducta (puedo soltar la rabia pegando a un cojín y no a la persona que provocó en mi esa emoción).
- Es consciente de sus sentimientos y emociones y trata de canalizar aquellos que no son positivos buscando si el origen de los mismos es real o imaginario (“la mayor parte de nuestros males provienen de nosotros mismos”, “las mayores fuentes de infelicidad provienen de nosotros mismos”...)

**Distorsiones afectivas:** dependiendo de los mensajes sociales, puede ocurrir que nos neguemos la posibilidad de sentir determinadas emociones o responder con comportamientos que consideramos negativos lo que provoca algunas distorsiones emocionales. Las más importantes son:

- **No tener conciencia de las emociones,** lo que conlleva a vivir sólo en la acción o sólo en las ideas. Es necesario combinar las dos facetas. Hay personas que no paran y se dedican a multiplicarse hacia los demás, si las paras y les preguntas por sí mismas, no saben contestar; se mueven para cubrir un hueco emocional. Otras, por el contrario, llenan la cabeza de conocimientos e ideas; piensan que sentir es peligroso porque no se controla.



- **No tener conciencia de algunas emociones básicas,** entonces la emotividad se desvía hacia otra emoción permitida, que queda desproporcionada o hacia otra que no tiene relación lógica con la situación. Si se niega el espacio a la tristeza (tienes que ser fuerte) puede convertirse en rabia que los demás no entienden. Es importante estar atentos para poder entender qué se oculta detrás de un sentimiento desproporcionado.
- **No saber expresar algunas emociones.** A veces no sabemos expresar algunas emociones, aunque se tenga conciencia de ellas. Oramos así por miedo al rechazo, como deseo inconsciente de manipulación del otro... Y entre otras emociones es fundamental aprender a llorar, porque las lágrimas liberan la tristeza, purifican el corazón...
- **Descontrol de las emociones.** Las emociones distorsionadas pueden terminar descontrolándose, llegando a situaciones muy complejas: la depresión (que es un sentimiento desproporcionado de tristeza), los miedos descontrolados, la rabia, las manías... En ocasiones tratamos de manipular al otro con alguna intención: llamar su atención y conseguir su consuelo o hacerle sentir culpable por mi sentimiento negativo.
- **Exigir a los demás que rellenen nuestras carencias.** Muchas veces no somos capaces de conocer nuestros sentimientos o emociones y queremos convertir al otro en aquello que no somos o no tenemos, lo que genera que nuestras relaciones, a todos los niveles, familia, amigos, pareja, trabajo, no sean sanas.

### ACTIVIDAD Nº 1: "EL TERMÓMETRO DE LOS SENTIMIENTOS" (Dinámica)

**Duración aproximada:** 30'

**Material necesario:** fotocopia del termómetro [Anexo 11](#) pág. 114

1. Este es un termómetro de los sentimientos. En cada uno puedes elegir entre 1 y 5. Escribe una X según tu comportamiento habitual se acerque más a uno u otro de los extremos.

	1	2	3	4	5	
Pocas veces sé qué me pasa o cómo me siento						La mayoría de las ocasiones sé cómo me siento y las razones de ello
Con mi familia no soy capaz de expresar mis sentimientos porque creo que no me entienden						Siempre soy sincera en mis sentimientos con mi familia
Con mi pareja pocas veces expreso cómo me siento						Siempre soy sincero en mis sentimientos con mi pareja
Con mis amigos pocas veces me expreso como me siento						Siempre soy sincero en mis sentimientos con mis amigos
Cuando discuto o he tenido algún problema con alguien pienso que el que me la hace me la paga.						Cuando discuto o he tenido algún problema me pongo en el lugar del otro y trato de hablar y solucionar el tema.
Cuando tengo algún problema en seguida me enfado, me derrumbo, me pongo nervioso, me encierro en mi mismo.						Cuando tengo algún problema trato de no ponerme nervioso, analizar la situación y no ver más allá de lo que hay.
No hablo de mí con nadie, sólo de temas neutrales como la música, el tiempo, el colegio...						Suelo tener con frecuencia conversaciones profundas con amigos o familiares sobre mis cosas
En ocasiones no transmito lo que siento porque no sé qué van a opinar de mi y tengo miedo que me rechacen						Suelo ser sincero al expresar mis sentimientos.
Me siento muy defraudado cuando los demás no se comportan como yo espero						Sé que cada persona tiene una manera de actuar y no tiene por qué coincidir con lo que yo pienso
Tengo muchos miedos irracionales que no sé controlar						Trato de controlar aquellas situaciones que me provocan miedo.
Me da vergüenza llorar delante de los demás						Siempre que necesito llorar lo hago.
No dedico tiempo a encontrarme conmigo mismo ni a conocerme						Dedico tiempo a tratar de conocerme
Hago demasiadas cosas que no sé por qué las hago						Todas las cosas que hago tienen una razón de ser.

## 2. Compartid en gran grupo las aportaciones de cada uno.

**ACTIVIDAD Nº 2: “QUIEN CANTA SUS MIEDOS ESPANTA” (Dinámica)**

**Duración aproximada:** 20’

**Material necesario:** fotocopia del **Anexo 12** pág. 115

1. Cada situación de la vida tiene su música, recuerda escenas de películas!!! Por eso cuando tenemos miedo solemos ponernos a silbar o tatarrear una canción. Es un buen remedio. En otras ocasiones, sin embargo, la música se convierte en un regodeo que no nos permite salir de la borrachera afectiva. Busca una canción para recuperar la serenidad en cada una de estas ocasiones:

- Si me siento en peligro físico...
- Después de una ruptura sentimental...
- Cuando sales de una bronca...
- Cuando estás triste...
- Ante el miedo al futuro...
- Cuando estás enamorado...
- Cuando te sientes feliz...
- Cuando estás preocupado...



## SESIÓN 4

Aprender a perdonarse y a perdonar es uno de los caminos más profundos para superar todas nuestras distorsiones emocionales.

### ACTIVIDAD Nº 1: “EL HIJO PRÓDIGO” (Dinámica)

**Duración aproximada:** 30’

**Material necesario:** fotocopia de la parábola **Anexo 13** pág. 116

*Dijo además: —Un hombre tenía dos hijos.*

*El menor de ellos dijo a su padre: “Padre, dame la parte de la herencia que me corresponde.” Y él les repartió los bienes.*

*No muchos días después, habiendo juntado todo, el hijo menor se fue a una región lejana, y allí desperdició sus bienes viviendo perdidamente.*

*Cuando lo hubo malgastado todo, vino una gran hambre en aquella región, y él comenzó a pasar necesidad.*

*Entonces fue y se allegó a uno de los ciudadanos de aquella región, el cual le envió a su campo para apacentar los cerdos.*

*Y él deseaba saciarse con las algarrobas que comían los cerdos, y nadie se las daba.*

*Entonces volviendo en sí, dijo: “¡Cuántos jornaleros en la casa de mi padre tienen abundancia de pan, y yo aquí perezco de hambre!*

*Me levantaré, iré a mi padre y le diré: Padre, he pecado contra el cielo y ante ti.*

*Ya no soy digno de ser llamado tu hijo; hazme como a uno de tus jornaleros.”*

*Se levantó y fue a su padre. Cuando todavía estaba lejos, su padre le vio y tuvo compasión. Corrió y se echó sobre su cuello, y le besó.*

*El hijo le dijo: “Padre, he pecado contra el cielo y ante ti, y ya no soy digno de ser llamado tu hijo.”*

*Pero su padre dijo a sus siervos: “Sacad de inmediato el mejor vestido y vestidle, y poned un anillo en su mano y calzado en sus pies.*

*Traed el ternero engordado y matadlo. Comamos y regocijémonos, porque este mi hijo estaba muerto y ha vuelto a vivir; estaba perdido y ha sido hallado.” Y comenzaron a regocijarse.*

*Su hijo mayor estaba en el campo. Cuando vino, se acercó a la casa y oyó la música y las danzas.*

*Después de llamar a uno de los criados, le preguntó qué era aquello.*

*Éste le dijo: “Tu hermano ha venido, y tu padre ha mandado matar el ternero engordado, por haberle recibido sano y salvo.”*

*Entonces él se enojó y no quería entrar. Salió, pues, su padre y le rogaba que entrase.*

*Pero respondiendo él dijo a su padre: “He aquí, tantos años te sirvo, y jamás he desobedecido tu **mandamiento**; y nunca me has dado un cabrito para regocijarme con mis amigos.*

*Pero cuando vino éste tu hijo que ha consumido tus bienes con prostitutas, has matado para él el ternero engordado.”*

*Entonces su padre le dijo: “Hijo, tú siempre estás conmigo, y todas mis cosas son tuyas.*

*Pero era necesario alegrarnos y regocijarnos, porque este tu hermano estaba muerto y ha vuelto a vivir; estaba perdido y ha sido hallado.”*

1. En grupos de cuatro preparad la representación de esta parábola (si son muchos chicos se pueden hacer dos grupos y que entre todos preparen la representación).
2. Representar la parábola.
3. Debatid las siguientes cuestiones:
  - ¿Cuáles son los sentimientos que manifiestan el padre, el hermano mayor y el menor? ¿Hay algún sentimiento distorsionado? ¿Con los sentimientos de qué personaje te sientes identificado y por qué?



**ACTIVIDAD Nº 2: "EN MANOS DE DIOS" (Oración)**

Sería conveniente tener ambientada la capilla, con velas, música suave, cojines... La persona que motive la oración ha de hacerlo con una voz serena, suave, despacio, sin prisa... con mucha tranquilidad

**Relájate...** Cierra los ojos... Imagina unas manos poderosas...

- Siente en tu interior las heridas, los miedos, todo lo negativo que no te deja vivir en paz... *(silencio)*
- Con confianza deposítalas en las manos de Dios... *(silencio)*
- Siente cómo en sus manos pesan de otra manera, no hacen tanto daño... *(silencio)*

**Puedes aprender mucho** de tus defectos y debilidades...

- Son una ocasión para abandonarte en las manos de Dios, aceptar tus propios límites y reconciliarte con los demás... *(silencio)*
- "Donde abundó el pecado, sobreabundó la gracia"... *(silencio)*
- La tiniebla se convierte en luz, el dolor en serenidad y la lucha en paz... *(silencio)*

**Repite alguna de estas frases bíblicas...**

- Alma mía, recobra tu calma, que el Señor te ha tratado bien... *(silencio)*
- Dios es más grande que nuestra conciencia... *(silencio)*
- El amor no se irrita, ni lleva cuentas del mal... *(silencio)*
- Dice Jesús: "Yo tampoco te condeno. Puedes irte y no vuelvas a pecar... *(silencio)*
- En nombre de Cristo, os suplicamos que os dejéis reconciliar con Dios... *(silencio)*

**Pide en el interior de tu corazón al Señor...** que tu corazón no sea una piedra, que se alegre y sufra con los demás. Pide al Señor que arranque tu corazón de piedra y te dé un corazón de carne *(silencio)*.

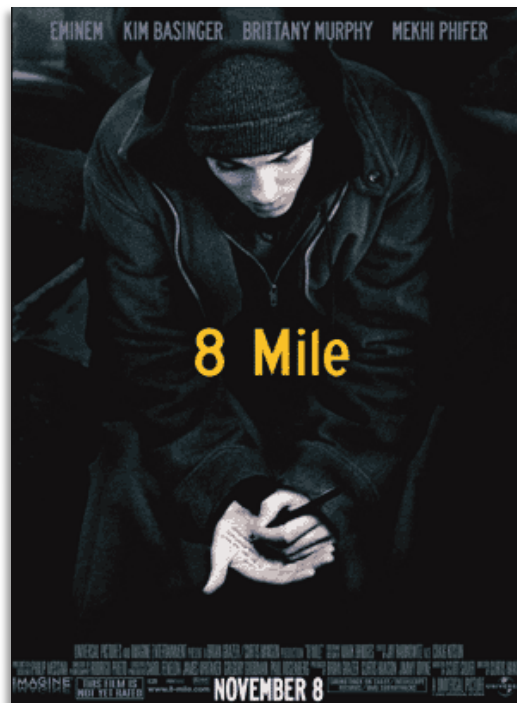
Proyección del power point. **Anexo 14** pág. 118



## SESIÓN 5

### ACTIVIDAD Nº 1: PROYECCIÓN DE LA PELÍCULA "8 MILLAS"

Anexo 15 pág. 119



## TEMA 4: -CUERPO VIVENCIADO-

*“Hagamos al ser humano a nuestra imagen, como semejanza nuestra”  
(Gn 1, 26)*

### ■ JUSTIFICACIÓN

La primera dimensión de la persona es el cuerpo. Vivimos en una cultura que, a la vez, sobredimensiona y olvida su corporeidad. Por un lado existe un culto al cuerpo y a la belleza exterior, y por otro, adquirimos hábitos poco sanos de vida. Una y otra postura adolecen de un grave error: olvidan escuchar su propio cuerpo y aprender de él.

La dimensión corporal es muy importante y rica y a través de ella desarrollamos tres aspectos de ella:

1. Por el cuerpo (los sentidos), nos instalamos en y vivimos en el mundo presente, que según los maestros es el primer principio de sabiduría para alcanzar la madurez.
2. Somos cuerpo, no tenemos un cuerpo, por eso asumimos la difícil tarea de identificarnos con él.
3. El cuerpo, finalmente, suele reflejar todos nuestros estados interiores, tanto positivos como negativos. Conviene entonces aprender a tenerlo en cuenta porque nos habla de lo que pasa por dentro a niveles más profundos.

### ■ OBJETIVOS:

1. Descubrir y conocer nuestro cuerpo tanto en su apariencia como en su lógica interna, de sus posibilidades y sus límites para reconocernos en él, desde una perspectiva física y espiritual.
2. Aceptar y querer nuestro cuerpo desde el realismo para poder ser tal y como somos, para ser feliz conmigo mismo y con los demás.



3. Interiorizar la importancia del interior de la persona y no de solo de su apariencia externa.
4. Iniciar la búsqueda uno mismo, buscando a Dios en nuestro interior y exterior.
5. Interiorizar la importancia de cuidar nuestro cuerpo e identificar la salud física como una necesidad, para nuestro bienestar (*Mens sana in corpore sano*)
6. Descubrir la necesidad de la armonía corporal y cómo conseguirla.

#### ■ CONTENIDOS:

- El cuerpo y sus partes.
- La aceptación del cuerpo
- El cuerpo y la mente como elementos íntimamente ligados.
- La apariencia física. Los prejuicios físicos.
- La salud y la enfermedad en relación con nuestro cuerpo.
- El cuerpo como un regalo de Dios.
- La imagen corporal.



**ACTIVIDAD Nº 1: “EL VUELO DEL ÁGUILA”**

Todos de pie con espacio suficiente alrededor, vamos a interiorizar nuestro cuerpo.

Con música de relajación vamos a realizar los siguientes movimientos:

***Primer movimiento***

*Inspiración:* Rodillas levemente inclinadas y estiramos los brazos lentamente inclinados hacia abajo con las puntas de los dedos mirando hacia el suelo.

*Expiración:* doblamos los brazos lentamente y los ponemos sobre el pecho con las palmas de la mano hacia dentro.

***Segundo Movimiento***

*Inspiración:* Brazos extendidos hacia los laterales con las manos caídas:

*Expiración:* los brazos se elevan lentamente hasta por encima de la cabeza.

***Tercer movimiento:***

*Inspiración:* Se elevan todo lo que se pueda los brazos con energía por delante del cuerpo

*Expiración:* Dejamos caer muy lentamente los brazos por fuera con las palmas hacia abajo

Se repiten las series seguidas varias veces.

**ACTIVIDAD Nº 2: "LA SILUETA"****Anexo 16** pág. 129

Dibuja una silueta del cuerpo humano que ocupe toda una hoja. (No importa la calidad del dibujo, no es necesario realizar un dibujo perfecto)

Esta silueta solo la vas a ver tú, y nadie más por lo que reflexiona bien sobre lo siguiente:

- Señala con un "+" o un "-" cada una de las partes del cuerpo según te gusten más o menos, según estés más o menos contento con ellas.
- Puedes poner muchos "++++++" o "-----" según el grado de aceptación de esa parte de tu cuerpo.
- No te autocensures, sé realista valórate de verdad, y analiza todas las partes de tu cuerpo ojos orejas, pecho piernas, manos....

**Piensa:**

¿Qué he descubierto de mi cuerpo?

¿Me gusta más o menos de lo que yo pensaba?

¿Hay algo que cambiaría? ¿Cómo lo haría? ¿De verdad es necesario?



**ACTIVIDAD Nº 3: “NOS SALUDAMOS CON LAS PARTES DEL CUERPO”**

Invitamos a la clase a formar dos círculos (uno dentro del otro) con igual número de personas y pide que número de personas y pide que se miren frente a frente. Es recomendable tener una música de fondo.

Pide que se presenten con la mano y digan su nombre, qué hace, qué le gusta y qué no le gusta.

Inmediatamente el animador da la señal para que se rueden los círculos cada uno en sentido contrario, de tal forma que le toque otra persona en frente.

El animador pide que se saluden dándose un abrazo y pregunten a la otra persona las mismas preguntas que hicieron antes, después vuelven a girar de nuevo y esta vez se saludan con los pies, posteriormente con los codos, los hombros, etc.



**ACTIVIDAD Nº 4: “UNA IMAGEN VALE MÁS QUE MIL PALABRAS”**

**Anexo 17** pág. 131

Solo ves cuerpos, pero son mucho más que cuerpos... Detrás de las miradas, gestos, movimientos, posturas descubres que hay personas, ¿Te atreves a mirar al interior de las personas?

Fíjate bien en estas dos imágenes, ¿qué te transmiten?



Ahora mira la foto del multimillonario Bill Gates ¿qué te transmite?

Ahora lee la siguiente noticia que apareció en prensa:

*El presidente de Microsoft, Bill Gates, se encuentra de visita privada en Vietnam junto con su esposa Melinda. La pareja llegó el domingo a bordo de su avión privado y su agenda en Vietnam probablemente esté relacionada con las actividades de la fundación benéfica que lleva el nombre del matrimonio y que financia varios proyectos de prevención del sida y salud reproductiva.*

**Reflexiona:**

¿Sigues pensando lo mismo? ¿Está todo en el exterior?



**ACTIVIDAD Nº 5: "INVESTIGA"****Anexo 18** pág. 133

Investiga qué enfermedades físicas y psíquicas pueden provocar algunas cosas cotidianas que hacemos con nuestro cuerpo como son por ejemplo; dormir poco, beber alcohol, fumar, no hacer deporte, comer mucho, no comer verduras y fruta, las drogas...

***Reflexiona:***

¿Merece la pena el placer momentáneo de todos estos actos y sus consecuencias a largo plazo?

¿Ésta es la vida que yo quiero para mí?

¿Realmente mi cuerpo es un regalo que yo quiero cuidar así? ¿Por qué?



**ACTIVIDAD Nº 6: "CELEBRACIÓN"**

Dibujamos una silueta grande que lleve por título "*Somos nuestro cuerpo*" y que utilizaremos para la oración. Y hacemos frases dando gracias por las partes de nosotros que más nos gustan.

**Lectura Gn 1, 26-31**

*Entonces dijo Dios: Hagamos al hombre a nuestra imagen, conforme a nuestra semejanza; y señoree en los peces del mar, en las aves de los cielos, en las bestias, en toda la tierra, y en todo animal que se arrastra sobre la tierra.*

*Y creó Dios al hombre a su imagen, a imagen de Dios lo creó; varón y hembra los creó.*

*Y los bendijo Dios, y les dijo: Fructificad y multiplicaos; llenad la tierra, y sojuzgadla, y señoread en los peces del mar, en las aves de los cielos, y en todas las bestias que se mueven sobre la tierra.*

*Y dijo Dios: He aquí que os he dado toda planta que da semilla, que está sobre toda la tierra, y todo árbol en que hay fruto y que da semilla; os serán para comer.*

*Y a toda bestia de la tierra, y a todas las aves de los cielos, y a todo lo que se arrastra sobre la tierra, en que hay vida, toda planta verde les será para comer. Y fue así.*

*Y vio Dios todo lo que había hecho, y he aquí que era bueno en gran manera. Y fue la tarde y la mañana el día sexto.*

**Acción de gracias**

Pegamos en la silueta frases de acción de gracias por aquello que más nos gusta de nosotros.

### Oración

Padre nuestro, estamos orgullosos  
y agradecidos por ser hijos e hijas tuyos.  
Te alabamos, te bendecimos,  
y te damos gracias,  
por el cuerpo que nos has dado,  
y la vida que nos permite disfrutar de él..  
Has hablado a nuestro corazón,  
y hemos escuchado tu voz.  
Has aparecido en nuestras vidas y te hemos podido ver.  
Ayúdanos a responder a tu amor  
y a ser cada día mejores personas. **Amén.**





## TEMA 5: -EL MISTERIO DE LA IDENTIDAD-

### ■ OBJETIVOS

1. Descubrir qué rasgos dan hoy identidad a las personas que nos rodean.
2. Tomar conciencia de que cada uno somos “un yo” que se desarrolla y permanece a lo largo de nuestra vida, un ser original, único e irrepetible.
3. Constatar aquellos rasgos que definen nuestra personalidad, las características que configuran nuestra identidad y que vamos descubriendo en contacto con los demás.
4. Descubrir y profundizar en la identidad de Jesucristo como modelo de humanidad y como modelo para nuestra vida cristiana.
5. Seguir profundizando en los rasgos que configuran la identidad del P. Coll y destacar aquellos que nos sirven de modelo.

### ■ CONTENIDOS

#### Identidad humana

1. Para empezar... ¿QUÉ DA IDENTIDAD HOY a las personas?

*Dinámica:* Tú huella de identidad

2. Mi IDENTIDAD: en lo profundo del corazón mi yo permanece.

*Proyección:* Persigue tus sueños...

*Dinámica:* Con el niño que fui

3. Tengo PERSONALIDAD, soy PERSONA.

*Proyección:* Si quieres saber de ti. ¿Quién eres?...

4. EN CAMINO voy descubriendo quién soy

*Dinámica:* El caminante.

### Identidad cristiana

1. QUIÉN ES Jesús.

*Dinámica:* (canción) Jesús, ¿quién eres tú?

2. Y TÚ, ¿QUIÉN ERES?

*Reflexión* a partir del texto evangélico: Mc 8,27-29



### Identidad carismática

3. QUIÉN ES S. Francisco Coll y qué aporta a nuestra vida.



## SESIÓN 1

### 1. PARA EMPEZAR...

Hace unos años emitían un programa televisivo llamado **Identity**. Se trataba de un concurso en el que una persona ponía en juego su intuición, su memoria y sus dotes de observación para descubrir, a partir de cómo iban vestidas, o qué gesto expresaba su rostro o su postura corporal, la Identidad de una serie de personajes de la vida actual, cotidiana.

En un tablero se expresaban las personalidades a identificar y, durante un par de minutos, la cámara enfocaba a las personas –de carne y hueso- para que el concursante las observara...

El concursante decide y apuesta tras la primera impresión ¿quién es tal persona a partir de lo que ve?...

Es fácil identificar a alguien como modelo o como deportista si nos fijamos en cómo cuida su imagen. Creemos que todos los ejecutivos tienen mirada seria y maletín. Parece que los maestros de infantil conservan gestos de niño...

Pero cada uno de estos personajes... ¿son aquello que hacen?, ¿su identidad se manifiesta en su mirada, sus gestos, su imagen... o hay algo más? Realmente por mucha intuición que tengamos, por mucha capacidad de observación que despleguemos eso de la identidad es algo serio, es un misterio.

#### **Responder a:**

¿Quién es tal deportista o tal actor?

¿Quién es para sus padres?

¿Quién es para sus fans? Es fácil... sale a diario en los medios de comunicación.

*Pero contestar a:*

¿Quién es él para sí mismo?, ¿cuál es su identidad más profunda?, ya es otra historia.

Hoy no vamos a plantearnos quién eres tú para tus padres, o para tus compañeros de clase, o quién eres tú para tus amigos... seguro que se te ocurre rápidamente alguna respuesta. La pregunta es: **¿Quién eres tú para ti?**

**¿Cuál es tu identidad, esa marca interior que te hace único/a e irrepetible?**

## 2. ¿QUÉ DA IDENTIDAD HOY, A LAS PERSONAS?

- Nos identifican **nuestras raíces**... ese chaval es asturiano, esa es andaluza, aquel catalán, esta otra vasca... Rápidamente asumimos algunas ideas sobre qué aportan estas raíces... aunque no necesariamente sea así.
- Nos da identidad **nuestra familia**. Que puede marcar mucho. Pero no cabe duda de que los jóvenes se configuran en buena medida en función de lo que van viendo, viviendo, aprendiendo en casa.
- Nos da identidad **nuestro estatus**. Es verdad. El dinero, para muchas personas, hace que las gentes se muevan en unos u otros ámbitos. Y no estoy hablando de un clasismo o exclusivismo selectivo y elitista (no necesariamente). Aunque hoy en día, a través de los medios de comunicación, hay muchas referencias comunes, también es cierto que hay muchos aspectos que marcan diferencia, y en muchos casos vienen asociados a la situación económica...
- También **nuestras pertenencias** (no lo que poseemos, sino a qué pertenecemos). Hay jóvenes que son fans de tal deportista o equipo deportivo (y lo hacen muy visible); o que son fans de tal o cual conjunto musical o de tal o cual actor; que quieren pertenecer a una pandilla concreta...
- Nos da identidad, en una sociedad que presume de ser aconfesional, en un contexto de pluralismo religioso, **aquello en lo que creemos**, si es que somos capaces de manifestarlo, claro.
- Nos da identidad...

¿Qué te da identidad a ti?

¿Qué ven otros, y qué ves tú cuando te miras?

Como joven, ¿dónde has centrado tu identidad?



**ACTIVIDAD Nº 1: TU HUELLA DE IDENTIDAD (Dinámica)**

**Duración aproximada:** 30'

**Material necesario:** Anexo 19 pág. 135



- ✓ Fotocopia hoja “*Huella de identidad*” para cada uno de los participantes. (hoja plegada).
- ✓ Bolígrafo.
- ✓ Tampón para estampar la huella digital

**Desarrollo:**

A partir de estos rasgos que dan hoy identidad a las personas, estampa en una hoja tu propia huella de identidad (única e irreplicable). Al lado de tu dedo, ve dando nombre a cada una de las “señales” que te configuran, forman parte de ti:

- Soy y me siento asturiano, madrileño, aragonés en tal y cual actitud.
- Percibo que como mi padre/ madre tengo este rasgo.
- En casa he adquirido tal o cual comportamiento que ya forma parte de mí.
- No volveré a hacer caso a... no me dejaré llevar porque no soy así.
- No me entiendo sin mi pasión por...
- Soy merengue o culé hasta la médula (indica tu equipo deportivo, pandilla, actor favorito, aquel que representa lo que te gustaría llegar a ser).
- No me entiendo sin la fe, desde siempre he creído...
- Otros... ¿cuáles?



## SESIÓN 2

### 1. EN LO PROFUNDO DEL CORAZÓN MI YO PERMANECE

#### EL CENTRO

Yo soy cuerpo, corazón y cabeza, un conjunto armónico de las tres, donde ninguna ocupa un espacio desproporcionado.

Pero más allá de todas ellas, yo sigo siendo el mismo: cambio de forma de ser, de manera de pensar o sentir, de apariencia o aspecto, pero *mi Yo* permanece: no cambio de identidad. En mi centro, Yo soy ese que cambia.

Toma conciencia de esa continuidad...

- ✓ ¿Cuáles han sido los momentos más importantes de cambio en tu vida?
- ✓ ¿En qué cambiaste? ¿Cuerpo, sentimientos, ideas...?
- ✓ Sin embargo, ¿tienes alguna duda de ser tú la misma persona?

#### EL NOMBRE

Todos somos distintos, irrepetibles y únicos. Cada persona tiene su propia identidad.

Esta identidad se refleja en la importancia del nombre.

Cuando formamos parte de un colectivo, nos duele que no se aprendan nuestro nombre, o usen un apodo.

El nombre ha sido muy importante en la tradición bíblica, porque Dios ha llamado siempre a las personas por su nombre, como signo de un reconocimiento y un amor incondicional.

**Hay quien te llama por tu nombre oficial, el nombre que tus padres eligieron para ti, hay quien te llama por tu apodo, aquel que tus amigos han hecho famoso y hay quien te llama de modo especial, aquel nombre que habita en lo más íntimo de ti y que te identifica como alguien único.**

### **EL ABRAZO**

Encuentro de un yo con un tú.

Yo no puedo tener una relación estrecha con algo o con alguien que no sea como yo (un perro, una piedra, una silla).

Cuando me encuentro con un Tú, me siento satisfecho, porque hacia él puedo tender un puente de comunicación, de cariño, de entrega.

Puedo expresarme y sentirme escuchado; puedo sentirme querido, perdonado, amado sin condiciones, de la misma manera que puedo hacerlo con él.

### **EL CORAZÓN**

En el Yo se albergan nuestros deseos y valores más profundos: es en el Yo donde buscamos la libertad, la belleza, la verdad...

Tenemos la certeza de que al margen de estos valores, la vida humana se degrada y que no todo es lo mismo.

Desde la tradición cristiana, el corazón es, además el símbolo del espacio del espíritu, donde somos un misterio que trasciende lo mundano, donde somos divinos y albergamos y nos encontramos con Dios. Por eso el corazón es fuente de energía...

**Respira... Sabes que dentro de ti hay algo muy grande...**

**Lleva la mano al pecho y siente la fuente del ser con toda su fuerza dentro de ti... en el corazón.**

## EL NIÑO

Nuestros años de infancia, si hemos tenido la fortuna de vivirla con ciertas condiciones, han sido el tiempo en el que hemos aprendido a gozar de la vida con naturalidad, donde no hemos tenido dobleces ni heridas que nos carguen de prejuicios...

La persona que anhelo ser está escondida en esos años de la infancia.

El niño es, por eso, el espacio de la gratuidad, de la espontaneidad, del juego, de la creatividad.

Todas estas realidades improductivas son, en cambio, necesarias para la realización personal y, por tanto, para nuestra propia felicidad.

**Dedica tiempo a refrescar tu infancia.**

**Cárgate de imágenes, lugares, personas, olores...**

**Tu niño/a se lo merece; dale espacio y siente cómo fue esa época de tu vida.**





## 2. PROYECCIÓN del fragmento: "PERSIGUE TUS SUEÑOS" De la Película: "En busca de la Felicidad" (EE.UU., 2006)

Anexo 20 pág. 136

*Cuando somos niños todo nos ilusiona, todo nos parece posible, soñamos tantos ideales. Ojalá hayas tenido, como este niño, alguien que te diga que, tu identidad aunque está constituida por una serie de rasgos y capacidades que has heredado de tus padres, es algo que tú vas moldeando con tu esfuerzo, si quieres algo, lucha por conseguirlo. ¡Ni te imaginas lo que eres capaz de llegar a ser!*



**TEXTO:**

### **Diálogo entre padre (Chris) y (Christopher)**

Christopher: *Mira papá, un profesional...*

Chris: *No sé, verás, seguramente llegarás a ser igual que yo, se hereda lo bueno y lo malo y yo estaba por debajo de la media, de modo que acabarás en ese nivel más o menos, así que destacarás en muchas cosas, aunque en esta no, no te quiero ver aquí fuera lanzando este balón, ¿vale?*

Christopher: *¡Vale!*

Chris: *Venga, tira...*

*Eh! Nunca dejes que nadie te diga que no puedes hacer algo, ni siquiera yo. ¿Vale?*

Christopher: *¡Vale!*



Chris: *Si tienes un sueño, tienes que protegerlo. Las personas que no son capaces de hacer algo te dirán que tú tampoco puedes. Si quieres algo ve por ello y punto.*

**COMENTARIO SOBRE EL FRAGMENTO:**

- ✓ ¿Qué te ha parecido?
- ✓ ¿Qué aprende el pequeño Christopher sobre cómo es gracias a lo que ha recibido por su herencia genética?
- ✓ ¿Qué aprende el niño de sí mismo gracias a las palabras de su padre?



**ACTIVIDAD Nº 1: CON EL NIÑO QUE FUI.... (Dinámica)**

Relájate y cuando estés sereno/a imagina la escena:

- Estoy sentado en un banco, en un parque, a la sombra de un árbol... es primavera y voy vestido con ropa ligera, no hace frío...
- Veo a lo lejos un grupo de niños que juegan... sus gritos de satisfacción llegan hasta mí... Disfruto de la escena, aunque no distingo muy bien qué hacen ni pueda reconocer a los niños...
- El juego acaba... Un niño o una niña se acercan hacia mí... No distingo quién puede ser...
- Al estar más cerca descubro que soy YO... hace unos años. Caigo en la cuenta de que esa ropa, esa manera de andar, de mirar ¡es la mía! Es como si hubiera hecho un viaje en el tiempo y pudiera verme otra vez... ¿Qué siento?
- Por un momento veo que el niño/a se sienta junto a mí en el banco. Entablo una conversación con el niño que fui... ¿de qué hablamos? ¿Qué piensa él de mi vida, de lo que he hecho con lo que me dejó?

Después de charlar un rato se acerca y me da un abrazo, yo acojo al niño que fui con todo mi cariño...

**CARTA AL NIÑO QUE FUI Anexo 21** pág. 137

Coge papel, boli y coloca frente a ti una foto de cuando eras un niño/a.

Toma el tiempo que necesites y sé sincero contigo mismo. Aprovecha para verte desde los ojos del niño que fuiste.

Escribe desde tus sueños de niño a la persona que eres ahora.



Querid@ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## SESIÓN 3

### 1. TENGO PERSONALIDAD, SOY PERSONA

#### TENGO PERSONALIDAD

Cuando decimos que tenemos o carecemos de personalidad, nos referimos a nuestra capacidad para tomar decisiones al margen de las presiones externas. Lo contrario a tener personalidad sería ser influenciable.

Técnicamente, por **personalidad** se entiende el conjunto de rasgos característicos de un individuo que lo distingue de los demás. La personalidad reúne dos aspectos:

- El *temperamento*, de carácter hereditario.
- El *carácter*, socialmente adquirido.

A lo largo de la historia, los distintos perfiles de comportamiento han dado clasificaciones distintas de personalidad.

- ✓ ¿Te conoces bien?
- ✓ ¿Sueles interesarte por los test de personalidad, como los que aparecen en algunos libros y revistas?
- ✓ ¿Cuáles son los rasgos más característicos de tu forma de ser?

## SOY PERSONA

Cuando no sabemos cómo somos o no entendemos nuestro comportamiento, nos gusta encontrar modelos o tipos con los que podemos identificar.

Es cierto que no somos los primeros seres humanos de la historia. Además, los procesos que vivo son parecidos a los de otros muchos.

Por eso me alegro al encontrar que mi comportamiento se parece a lo descrito por otras personas aparecidas antes que yo.

Pero estas descripciones son un mero instrumento para comprenderme y nada más.

Yo soy mucho más que todo eso que está ahí escrito. Reducirme a un conjunto de rasgos es una manera de cosificación: soy parecido a otros muchos individuos.

Tengo personalidad, pero soy persona; y ser persona es tener una historia única e irrepetible.



2. PROYECCIÓN del fragmento: "Si quieres saber de ti..."  
De la Película: El indomable Will Hunting (Gus Van Sant)

Anexo 22 pág. 138



**TEXTO:**

(Recuerda las palabras dirigidas a Will):

*Eres huérfano ¿verdad?*

*¿Crees que sé lo dura que es tu vida, cómo te sientes, quién eres... porque he leído Oliver Twist?*

***¡Un libro basta para definirte!** Personalmente eso me importa una mierda porque sabes que no puedo aprender nada de ti, ni leer nada de ti en un maldito libro... **pero si quieres saber de ti, de quién eres,** estaré fascinado, a eso me apunto pero no quieres hacerlo, tienes miedo, te aterroriza decir lo que sientes.*

*¡Tú mueves, chaval!*

**COMENTARIO SOBRE EL FRAGMENTO:**

- ✓ ¿Qué te llama la atención de este diálogo?
- ✓ ¿Qué te sugiere sobre tu propia identidad?
- ✓ ¿Son necesarios los otros para conocernos a nosotros mismos? ¿qué nos aportan / descubren?





**ACTIVIDAD N° 1: "EL CAMINANTE" (Dinámica)**

**No descubrimos nuestra identidad en un momento, sino a lo largo del camino.**



*Iba de pueblo en pueblo, de aldea en aldea. Hacía años que no tenía morada fija y andaba por la vida ligero de equipaje. Una mochila con pocas cosas: una muda, una toalla, una Biblia, las obras completas de Machado y poco más. Era todo su equipamiento. No necesitaba más.*

*Marchando por cierto pasaje solitario, se tropezó con un río de aguas transparentes y profundas. Decidido a proseguir se camino, se desnudó y metió todo en su mochila. Luego lanzó sus pertenencias al otro lado de la corriente.*

*Cuando iba a zambullirse noto un extraño peso en el corazón. Lo chequeó pacientemente y descubrió en él orgullo, sentimientos de superioridad, insolidaridad, desconfianza... Fue arrojando todo aquello al agua y se despidió de ellos.*

*Cuando, desnudo y mojado, alcanzó la otra orilla, se sintió por primera vez en su vida verdaderamente libre. Ahora sí que podía proseguir su camino descubriendo quién era y viendo en cada persona a un hermano.*

Antonio González Paz

**Identifícate con el caminante y cruza el río...**

- ✓ Pon nombre a todo aquello que hay en corazón que no te deja ser libre, andar sin peso, aquello que muchas veces no te deja ser tú mismo.
- ✓ Tú tienes algunas actitudes egoístas, autosuficientes... pero tú no eres eso, eres mucho más que eso, aunque muchas veces sólo escuches quejas por tal o cual actitud...

Intenta, como nuestro caminante, despojarte de todo ese lastre, relájate un momento y mentalmente arroja todo aquello que te impide ser lo que quieres ser.



**ACTIVIDAD Nº 2: "JESÚS ¿QUIÉN ERES TÚ" (Dinámica)**

**Duración aproximada:** 25´

**Material necesario:** canción fotocopiada para cada uno.

**Anexo 23** pág. 141

- Escuchamos la canción:

**JESÚS, ¿QUIÉN ERES TÚ?**

Jesús, ¿quién eres tú?  
tan pobre al nacer, que mueres en cruz.  
Tú das paz al ladrón  
inquietas al fiel, prodigas perdón.

Tú, siendo creador  
me quieres a mí que soy pecador.  
Tú, dueño y Señor  
me pides a mí salvar la creación

*(Se repite todo)*

Jesús, ¿quién eres tú?

- Después de escuchar la canción, dejamos unos minutos para que cada persona reflexione sobre quién es Jesús según la letra.
- ¿Qué rasgos destacarías de Él?



**ACTIVIDAD Nº 3: "Y TÚ ¿QUIÉN ERES?..." (Dinámica)**

**Duración aproximada:** 45´

**Material necesario:** Fotocopia del texto bíblico y de las preguntas para el diálogo. **Anexo 24** pág. 142

**Escuchamos el evangelio de Marcos:**

*Jesús salió con sus discípulos hacia las aldeas de Cesarea de Filipo y por el camino les preguntó:*

- *¿Quién dice la gente que soy yo?*

*Ellos le contestaron:*

*Unos, que Juan el Bautista; otros, que Elías; y otros, que uno de los profetas.*

*El siguió preguntándoles:*

- *Y vosotros, ¿quién decís que soy yo?*

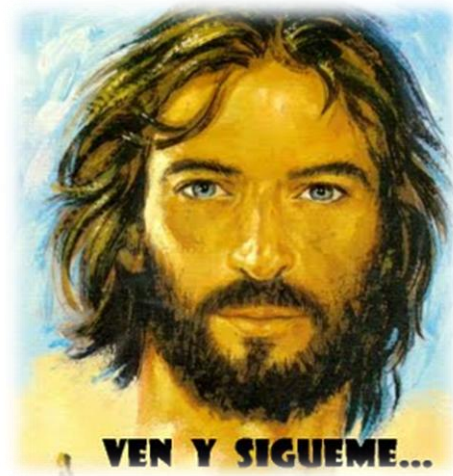
*Pedro le respondió:*

- *Tú eres el Mesías. (Mc 8, 27-29)*

## Comentario

Es fácil saber o etiquetar quién es el otro. A los discípulos no les es difícil atribuirle identidades importantes a Jesús, la verdad profunda que en ellos se esconde es que Jesús es el modelo de hombre. Pero Jesús también pregunta, **“Y tú, ¿dices que soy el modelo de tu vida?”**

Jesús, antes de afrontar los grandes momentos de su vida, siempre se retira a orar. Así es como nos lo presenta el Evangelio. Pero esta vez el gran momento no será una conmovedora curación, ni un prodigioso milagro, sino una pregunta.



El diálogo ahora se convierte en el vehículo de la revelación, pero, frente a lo que nos pueda parecer en un primer momento, lo que aquí **se está revelando no es sólo la identidad de Jesús como el Hijo de Dios, sino nuestra propia identidad como cristianos.**

Es fácil saber o etiquetar quién es el otro. A los discípulos no les es difícil atribuirle identidades importantes a Jesús, aunque éstas no sean ciertas. Es Pedro el que acierta cuando el Maestro pregunta “Y vosotros, ¿quién decís que soy yo?”. Pedro le declara el Mesías, es decir el Ungido de Dios, el Salvador. Para nosotros todos estos títulos nos suenan iguales y vacíos a fuerza de repetirlos, pero la verdad profunda que en ellos se esconde es que **Jesús es el modelo de hombre**, es la Persona que ha enviado el Padre para que contemplemos y amemos lo más profundo y verdadero de nuestra naturaleza. **Jesús es nuestro modelo de humanidad** y como tal lo proclama Pedro. Hasta aquí todo puede ser fácil.

Pero Jesús, sin preguntar explícitamente, culmina este momento central de su vida con otra pregunta: **“Y tú, ¿quién eres?”** o quizás podríamos precisar diciendo “Y tú, ¿dices que soy el modelo de tu vida?” Cristo deja muy claro quienes son los que le siguen, quienes son los que siguen sus pasos: “El que quiera seguirme, que se niegue a sí mismo, cargue con su cruz cada día y se venga conmigo”. Aquí el Evangelio nos está hablando de la medida y prueba de la vida cristiana.

La vocación cristiana no es algo ilusorio o fantasioso lleno de castillos en el aire espirituales, sino un ejercicio de realismo esperanzado, un ejercicio de saber llevar nuestras cruces de cada día (mi debilidad, mis oscuridades) no con resignación sino con sentido cristiano, viendo tras ellas el poder salvador de Dios que a todo le da vida.

Jesús se ha dejado interpelar por sus discípulos, pero en realidad nos está preguntando silenciosamente a cada uno de nosotros. Frente a Él nos surge la pregunta de si realmente le seguimos o simplemente le nombramos, si realmente lo proclamamos como nuestra Verdad o tan sólo lo etiquetamos. Cristo nos pregunta quiénes somos, y si decimos que somos cristianos nos deja bien claro el camino que nos espera, pero también la recompensa que nos promete.

#### Para el diálogo...

- ✓ A los discípulos no les resulta difícil atribuirle identidades importantes a Jesús. Para nosotros estos títulos nos resultan vacíos, pero ¿quién diríamos que es hoy Jesús?
- ✓ Crees que, como dice el texto, Jesús es nuestro modelo de humanidad. ¿Es modelo para tu vida, es modelo de identidad? ¿Qué te aporta?
- ✓ Comenta este fragmento: *“Frente a Él nos surge la pregunta de si realmente le seguimos o simplemente le nombramos, si realmente lo proclamamos como nuestra Verdad o tan sólo lo etiquetamos. Cristo nos pregunta quiénes somos, y si decimos que somos cristianos nos deja bien claro el camino que nos espera, pero también la recompensa que nos promete”.*



### 3. ¿QUIÉN ES EL P. COLL?

Anexo 25 pág. 144



Desde que participamos en los grupos de reflexión o desde que entramos en el Centro de Dominicás de la Anunciata hemos oído hablar de su fundador, el P. Coll, S. Francisco Coll. Cada año celebramos su fiesta y repasamos su historia, hoy no vamos a detenernos en la trayectoria de su vida, sino más bien en aquellas **características que configuran su identidad.**

Distinguimos su identidad humana y su identidad cristiana y dominicana:

#### **IDENTIDAD HUMANA:**

- Era de naturaleza sana y robusta.
- De carácter tenaz y decidido.
- Inquieto, emprendedor, creativo.
- Era muy sociable, comunicativo y abierto a todos.
- Bondadoso, compasivo y de talante pacífico.
- De trato suave y amable.
- Alegre y con sentido del humor.
- Generoso y desprendido de las cosas.
- Comparte su casa, su vida y la misión con los demás.
- Humilde, prudente y sencillo.
- Paciente y sufrido.
- Veraz y franco en el hablar.
- Responsable en su quehacer, estudio, trabajo, compromisos.
- Coherente, vive lo que predica.
- Inclinado a la piedad, profundamente religioso.

**IDENTIDAD CRISTIANA Y DOMINICANA:**

- Hombre de fe. Centra su vida en Dios.
- Consagra su vida al servicio de Dios en la Orden de Predicadores.
- Hombre de esperanza. Alienta en todos la esperanza de la vida eterna.
- Hombre de caridad ardiente. Ama a Dios por encima de todo. Vive la compasión y misericordia con los demás, especialmente con los pobres.
- Hombre de oración y contemplación-apostólica.
- Apóstol intrépido y audaz, infatigable en la predicación, atento a las necesidades de los hombres y mujeres de su época.
- Destaca por su amor a María y su divulgación de la devoción del Rosario.
- Hombre libre y disponible para la misión itinerante.
- Radicalmente pobre.
- Hombre fuerte. Fiel a su ideal, con la fortaleza del Espíritu, persevera en las dificultades.
- Tiene por modelo de vida apostólica a Santo Domingo de Guzmán.
- Gasta su vida al servicio de los demás.
- Vive su enfermedad y su ceguera con admirable aceptación y busca siempre hacer aquello que agrada más a Dios.

**Para la reflexión**

Lee atentamente cada una de las características de la Identidad del P. Coll y responde a:

- ✓ ¿Cuáles de los rasgos humanos del P. Coll forman parte de tu identidad?
- ✓ ¿Qué características te gustaría desarrollar, imitar de Francisco?
- ✓ El P. Coll fue adquiriendo su propia identidad cristiana y dominicana, ¿qué rasgos te parecen más importante para vivir como creyente hoy? ¿Qué puedes hacer para adquirirlos?

**Comentamos...**

También se podría leer y comentar el siguiente texto que expresa claramente **rasgos de su identidad y de la profunda conciencia que tenía de sí mismo:**

*Lo que más impresiona al acercarse a la vida del P. Coll es su afán evangelizador. En un momento histórico muy difícil, en el que las convulsiones sociales y las leyes persecutorias contra la Iglesia le hacen abandonar su convento y vivir permanentemente fuera de él, el padre Coll, colocándose por encima de inspiraciones humanas, sociológicas o políticas, se consagra enteramente a una asombrosa tarea de predicación.*

*En sus incontables correrías apostólicas por toda Cataluña a través de memorables misiones populares y otras formas de predicación, el padre Coll es transmisor de fe, sembrador de esperanza, predicador de amor, de paz, de reconciliación entre quienes las pasiones, la guerra y el odio mantenían divididos. Verdadero hombre de Dios, vive en plenitud su identidad sacerdotal y religiosa, hecha fuente de inspiración en toda su tarea.*

*A quien no siempre comprende los motivos de ciertas actitudes suyas, responde con un convencido "porque soy religioso". Esa profunda conciencia de sí mismo, es la que orienta su labor incesante.*





#### 4. CELEBRACIÓN FINAL

Un par de opciones:

- A. Leer el **salmo 138**, interiorizarlo (que libremente se vaya repitiendo aquella frase que más nos haya llegado, que hoy resuene en nosotros).

**Anexo 26** pág. 146



**Salmo de interiorización (Sl. 138)**

Señor, tú me llegas hasta el fondo y me conoces por dentro.  
Lo sé: me conoces cuando no paro o cuando no sé que hacer,  
mis ilusiones y mis deseos los entiendes como si fueran tuyos;  
en mi camino has puesto tu huella,  
en mi descanso te has sentado a mi lado;  
todos mis proyectos los has tocado palmo a palmo.  
Tú oyes el corazón del hombre sumido en el silencio,  
cuando aún no tiene palabras para abrirse a ti.

Es increíble: me tienes agarrado totalmente,  
me cubres con tu palma y me siento tuyo.  
Como grano de arena en el desierto,  
como gota de agua perdida en el mar,  
así me encuentro ante ti.  
Dios mío, quiero abrir mis brazos y abarcarte,  
quiero llegar hasta tu orilla y nunca toco tu tierra.

Me digo y no sé responderme: ¿A dónde iré  
que no sienta el calor de tu aliento?  
Me digo: ¿A dónde escaparé  
que no me encuentre con tu mirada?

Cuando escalo mi vida y me supero, allí estás Tú;  
cuando me canso en el camino y me siento barro,  
allí, perdido en mi dolor, te encuentro a ti.  
Cuando mis alas se hacen libertad sin fronteras  
y toco el despertar de algo nuevo;  
cuando surco los mares de mis sueños  
y pierdo la arena pegadiza de mis playas,  
allí está tu mano, y tus ojos y tu boca...  
allí, como Amigo fiel, de nuevo estás Tú.

Si digo cansado: que la tiniebla me cubra de negro  
como un paraguas viejo y roto;  
si digo desanimado; que el día se haga noche sobre mí  
y me envuelva en su manta robándome el camino,  
ni la tiniebla, Señor, es oscura para ti,  
y la noche, Señor, es clara como el día.

Tú eres como manantial de donde brota el río,  
como raíz de donde arranca el árbol.  
Tu vida se ha hecho vida en mis entrañas,  
me has dado el origen y quieres que camine  
hacia la meta que no es otra sino Tú.  
Soy tuyo: sólo tu amor da respuesta a mi pregunta.  
Me amabas ya cuando me tejiste en el seno de mi madre.  
Te doy gracias porque me has llamado a ser feliz.

Señor, me conoces hasta el fondo de mi alma,  
nada se te esconde de cuanto soy en lo más profundo.  
Yo me pregunto si el sentido de mi vida puede darse  
si le faltas Tú.

Señor, aunque mi árbol se quede sin hojas,  
aunque la poda lo deje desnudo y solo,  
aunque el frío lo apriete hasta hacerle llorar,  
Señor, en mi árbol mi hoja serás siempre Tú.

Dios mío, sondéame para conocer mi corazón,  
ponme a prueba para conocer mis sentimientos,  
mira si mi camino se desvía o se hace camino muerto.  
Guíame por el Camino nuevo que has abierto entre los hombres.  
Quiero hacer de él un proyecto para mi vida,  
y paso a paso, desde lo hondo de mi ser, vivir para ti.

**B. SIEMPRE HAS ESTADO AHÍ, EN MI VIDA... SÉ QUIEN ERES****Ambientación**

Creo conocerte Jesús, he oído y pronunciado tu nombre tantas veces, sé lo que hiciste, cuáles fueron tus palabras, que caminos anduviste, a que gente ayudaste, he leído en los libros y evangelios sobre ti...y, sin embargo, qué lejos te siento, qué entretenida anda mi vida entre las cosas, que ocupados mis oídos entre el ruido que viene de fuera...

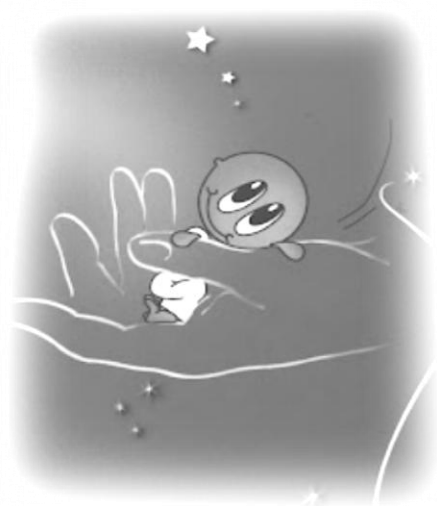
Presencia misteriosa que me habitas, deja que descanse junto a ti este rato, llevando al corazón esa palabra, esa imagen, esa mirada tuya.



## Texto

**SIEMPRE HAS ESTADO en mi vida, Señor.** Desde niño. Es bueno mirar un poco atrás, y evocar tu presencia. En los rostros familiares... en los amigos queridos... en los amores que han marcado mi historia... Estuviste en las caídas acompañándome, recogéndome, sanándome. En los momentos más alegres me enseñaste a reír, a agradecer y a acoger la vida... He crecido bajo tu sombra. Tu palabra me ha llegado en muchos momentos, algunas veces lejana, pero otras atravesando mi vida. Tú me has ido enseñando, Señor...y si miro atrás veo que siempre estabas tú.

**Y AQUÍ SIGUES HOY, Señor.** Sigues en mi vida cotidiana. En el trabajo. En la rutina y en la sorpresa. Sigues en los trabajos que llenan los días. A veces te me escondes o soy yo que te pierdo. Otras veces estás muy presente y me envuelve tu evangelio. Te me acercas en ojos de niño, en sueños de preso, en brazos de amigo o en hambre de pobre. Te sigo fallando, pero tú no te cansas. Eres paciente y fiel. Mi corazón sigue latiendo con el tuyo, porque en el fondo no hay otro latido que valga. Siempre estás tú.



**Y SÉ QUE SEGUIRÁS MAÑANA.** Enseñándome caminos que quieren ser recorridos. Poniéndome retos para vivir, y rincones donde reposar. Seguirás saliéndome al encuentro en tantas gentes que aún no conozco. Y serás de nuevo pasión y casa, tormenta y brisa, caricia y lágrima. Serás proyecto y llegada. Ayúdame, Señor, a aprovechar la vida, vivirla en tu plenitud, ir conociéndome y conociéndote cada día un poco más, para amarte y seguirte. Día a día. Toda la vida. Siempre un poco más a fondo, un poco más humano, un poco más tuyo...



**ANEXOS**

**BACHILLERATO**

## ANEXO 1

### 1. DATOS PERSONALES

Nombre.....Apellidos.....

Acostumbran a llamarme.....Nací el.....de.....de.....Edad.....

Vivo en la c/..... n.º.....de.....Tfno.....

Mi padre se llama.....Profesión.....

Mi madre se llama.....Profesión.....

*Estos son los datos de mis hermanos:*

Nombre	Edad	Estudios	Centro

*Hasta este momento, he estudiado en*

Colegio	Población	Cursos

¿HAS PARTICIPADO ANTERIORMENTE EN GRUPOS DE FE?

SI

NO

## 2. DATOS MÉDICOS

## 3. INTEGRACIÓN. *Cómo es mi relación con mis:*

	Muy buena	Buena	Regular	Mala
<b>Padres</b>				
<b>Compañeros</b>				
<b>Hermanos</b>				
<b>Amigos</b>				

## 4. AFICIONES

Mi deporte favorito.....

Mis aficiones favoritas.....

Mis diversiones favoritas.....



**5. CREO QUE SOY**

	NADA	POCO	MUCHO	EXCESIVO
<b>Abierto</b>				
<b>Tímido</b>				
<b>Agresivo</b>				
<b>Dominante</b>				
<b>Obediente</b>				
<b>Impulsivo</b>				
<b>Inquieto</b>				
<b>Silencioso</b>				
<b>Optimista</b>				
<b>Generoso</b>				
<b>Constante</b>				
<b>Egoísta</b>				
<b>Imaginativo</b>				
<b>Creativo</b>				

**6. MI FAMILIA**

	Madre	Padre	Hermanos	Abuelos	Tíos	Amigos
Me siento más unido afectivamente con...						

De mi familia también deseo indicar.....  
 .....  
 .....  
 .....

**7. EN MIS ESTUDIOS Y EN MIS INQUIETUDES**

En mis tareas la persona que más me ayuda es.....  
 Las áreas que más me gustan son.....  
 Destaco en.....

**7.1.- Actitud ante el estudio** (poner una X en la casilla que indique tu actitud)

<i>Estudio porque...</i>	Me obligan	No tengo otra cosa que hacer			Me gusta	
<b>El estudio</b>	Me cuesta	Me aburre	Me entretiene		Me gusta	
<b>Al colegio vengo</b>	Forzado	Contento				
<b>Lo que estudio</b>	Me aburre	Me entretiene	Me gusta			
<b>Estudio para</b>	Aprender	Aprobar	Evitarme problemas			
<b>Estudio</b>	Lo justo para aprobar			Todo lo que puedo		

**7.2.-En los trabajos de grupo** (poner una X en la casilla que indique tu actitud)

Trabajo como los demás		Menos que los demás		Más que los demás	
------------------------	--	---------------------	--	-------------------	--

**8. ¿POR QUÉ QUIERO PARTICIPAR EN LOS GRUPOS ANUNCIATA, DE PROFUNDIZACIÓN HUMANA Y CRISTIANA?**



## ANEXO 2

***¿Qué espero de los COMPAÑEROS DEL GRUPO? (Señalo las cinco más importantes)***

**DESEO QUE MIS COMPAÑEROS:**

1. Respeten y traten con educación a todas las personas del GRUPO
2. Se comporten con educación y respeto hacia los compañeros
3. Sean capaces de reconocer sus equivocaciones y pedir perdón
4. Defiendan sus ideas y propuestas de forma razonada
5. Se comporten en ausencia de los monitores como si estuvieran presentes
6. Hablen con respeto hacia los demás usando un vocabulario adecuado
7. Pregunten y contesten respetando el turno de palabra
8. Eviten los gritos, las peleas y la violencia
9. Sean responsables en el uso racional de las cosas
10. Sean solidarios con los demás
11. Respeten y conserven limpios todos los espacios donde se reúna el grupo
12. Muestren un comportamiento con los demás como el que desean que se tenga con ellos
13. Procuren no molestar a los demás en su trabajo
14. Eviten reírse de los demás y las bromas pesadas que distraigan la atención
15. Traten con respeto a los monitores

**ESTOY DISPUESTO A APORTAR AL GRUPO...**

**1.-**

**2.-**

**3.-**

**4.-**

**¿CUÁLES SON TUS DUDAS, INQUIETUDES, SOBRE LA VIDA, LA FE O EL SER HUMANO, QUE TE GUSTARÍA TRATAR CON TUS COMPAÑEROS Y MONITORES?**



## ANEXO 3

Elige las TRES expresiones, de cada una de las dos relaciones (Aspectos personales y aspectos académicos), que mejor expresan tus deseos en relación al profesorado de este curso. Señala las expresiones rodeando los números con un círculo.

### 1. ASPECTOS PERSONALES Y DE FE

***Deseo que mis monitores o profesores me enseñen o me ayuden a:***

1. Prepararme para actuar con honradez a lo largo de mi vida.
2. Comportarme amablemente con mi familia, con mis amigos y con mis compañeros.
3. Descubrir, desarrollar, ejercitar mis cualidades y habilidades personales.
4. Disfrutar con las cosas que poseo y no ambicionar innecesariamente las que no tengo.
5. Eliminar sentimientos de inferioridad.
6. Desarrollar actitudes, hábitos y comportamientos que favorezcan la salud.
7. Encauzar y dominar mis emociones y sentimientos.
8. Actuar según un criterio propio.
9. Saber aprovechar los errores, las situaciones difíciles y los problemas que se me presenten en relación con los estudios y en mi vida.
10. Sentirme importante como alumno y como persona.
11. Ser respetuoso con los demás y ganar ese mismo respeto hacia mí. Pensar por mí mismo y evitar la manipulación.
12. Superar la timidez y la inseguridad.
13. Sentirme valorado por mis compañeros y profesores.
14. Ser solidario con los demás.
15. Desarrollar la sensibilidad y la responsabilidad hacia la naturaleza.
16. Superar las dificultades en la relación con los demás.

17. Tener amor propio y confianza en mí mismo.
18. Desarrollar sentimientos positivos hacia los demás y hacia mí mismo.
19. Valorar y respetar las ideas de los demás.
20. Ser respetuoso ante los contenidos de reflexión humana y de Fe.
21. Pensar por mí mismo y buscar respuestas para mi vida.
22. Colaborar en la preparación de las actividades y celebraciones.
23. Desarrollar la sensibilidad hacia la figura de Jesús de Nazaret.
24. Superar las dificultades en la relación con Jesús, ayudado por mis monitores.
25. Confiar en mi capacidad para profundizar en los temas propuestos.
26. Desarrollar sentimientos positivos hacia la Vida y el Evangelio.
27. Valorar la vida de Jesús como camino a seguir.

## 2. ASPECTOS ACADÉMICOS

### *Espero de mis monitores o profesores que:*

1. Fijen con nosotros las fechas de las reuniones del grupo.
2. Empleen el mismo lenguaje con los alumnos que el que esperan que utilicemos nosotros con ellos.
3. Eviten, en las explicaciones y evaluaciones, el sarcasmo, la ironía y las situaciones en las que queda en ridículo el alumno.
4. Se esfuercen por ser claros en la explicación de los contenidos.
5. Concreten cómo quieren que hagamos las cosas.
6. Manifiesten claramente qué les gusta que hagamos.
7. Enseñen a estudiar el área que imparten.
8. Sean ejemplo en su modo de presentarse y de comportarse.
9. Sean tan exigentes con nosotros como consigo mismos.
10. Dialoguen e inspiren confianza.
11. Califiquen con sentido de justicia.
12. Valoren el esfuerzo realizado.

**Añadir algunos deseos que no están en las expresiones anteriores y que a ti te gustaría manifestar**

**¿Qué estoy dispuesto a aportar yo?**

- En relación al trato
  
- En relación al trabajo

**En relación a proponer pistas de temas, a nivel humano o de Fe, sobre los que me gustaría profundizar.**

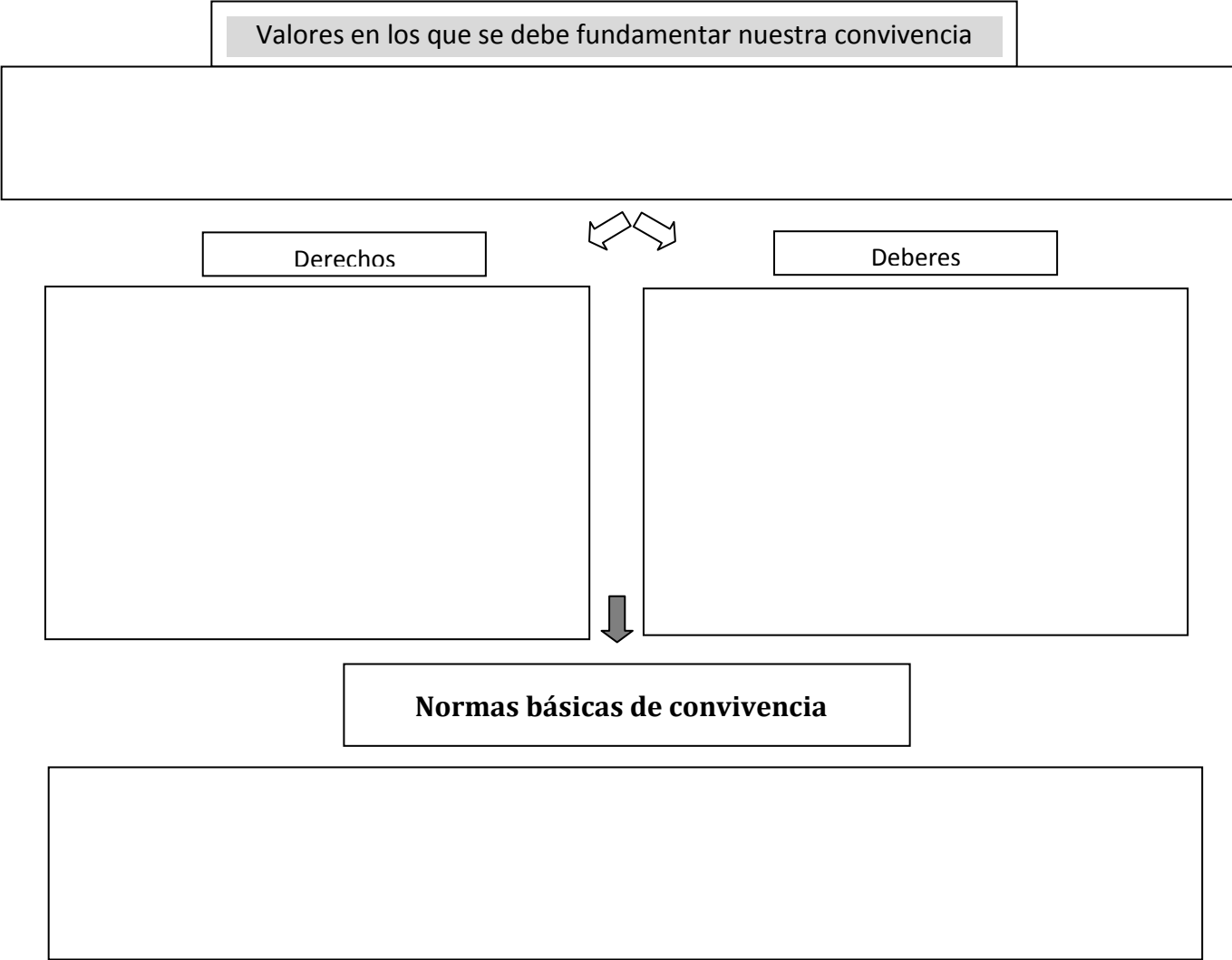




## ANEXO 4

1. De manera **individual** cada uno de vosotros va a:
  - Determinar los ***principios o valores*** en los que se debe fundamentar la convivencia en este curso que empieza.
  - ¿Qué exiges tú a los demás (***derechos***) y a qué estás dispuesto tú (***deberes***) para que todos, como compañeros, estéis a gusto en el GRUPO?
  - Establece unas **normas de comportamiento**, pocas pero muy claras, para que vuestra aventura termine con un rotundo éxito.





3. **En pequeño grupo** (3/4 alumnos), discutir y llegar a acuerdos sobre los puntos anteriores.
5. **Trabajo con todo el grupo.** Poned en común el trabajo realizado en los grupos e intentad llegar a acuerdos sobre los puntos anteriores.



## ANEXO 5

**Marcos 1,16-20:** «Mientras caminaba junto al mar de Galilea, vio a Simón y a Andrés, hermano de Simón, echando las redes en el mar, porque eran pescadores. Y Jesús les dijo: ‘Síguenme, y yo haré que sean pescadores de hombres’. Y dejando al instante las redes, le siguieron. Yendo un poco más adelante vio a Santiago, el hijo de Zebedeo, y a su hermano Juan, los cuales estaban también en la barca, remendando las redes. Y al instante los llamó; y ellos, dejando a su padre Zebedeo en la barca con los jornaleros, se fueron tras Él.»



**CANCIÓN: PERSONAS** *(El Canto del Loco)*

Miro ahora a mi alrededor  
veo miles de vidas que no se cómo son  
cada uno su historia, cada unos su Rol  
**SOMOS SOLO PERSONAS !!!**

Unos que viven mejor  
porque usan el afecto como el primer valor  
otros que andan a golpes con su corazón  
y no cuidan su vida!!

Solo quiero regalar  
un trocito de mi verdad  
Solo quiero entregar  
todo lo que he pasado, lo que llevo guardado en mí!!!

Somos un trozo de vida  
la parte más viva del gran universo  
y también lo peor  
virtud y caída  
verdad y mentira  
con capacidad de dar amor  
eso es lo que quedara

Somos un trozo de amor  
como un saco de llanto, de risa y temor  
Somos muchas películas, distinto guion  
somos solo personas!!!  
Unos que quieren ser dios  
otros viven contentos siendo lo que son  
otros luchan su trozo, otros lloran su horror  
que somos solo personas

Solo quiero regalar  
un trocito de mi verdad  
Solo quiero entregar  
todo lo que he pasado, lo que llevo guardado en mí!!

Somos un trozo de vida  
la parte más viva del gran universo  
y también lo peor  
virtud y caída  
verdad y mentira  
con capacidad de dar amor  
eso es lo que quedara



## ANEXO 6

### HISTORIA DE MARLENE

*"Los personajes son: Marlene, un barquero, un eremita, Pedro y Pablo. Marlene, Pedro y Pablo son amigos de infancia. Se conocen desde hace mucho. Pablo se quiso casar con Marlene, pero ella le rehusó alegando que estaba enamorada de Pedro.*

*Cierto día Marlene decide visitar a Pedro, que vive al otro lado del río. Al llegar al río, Marlene pide a un barquero que la pase al otro lado y el barquero le dice que él se dedica a eso, que es su forma de vida y el pan de cada día y que, por tanto, tiene que pagar por ello. Marlene no tiene ni una perra, y le explica al barquero su situación, su gran deseo de verse con Pedro; le ruega, por favor, que la pase al otro lado. El barquero acepta si ella pasa la noche con él. Marlene duda y decide ir a consultar a un ermitaño que está por allí; le cuenta todo y le pide su consejo. El ermitaño le dice que la comprende muy bien, pero que en ese momento no puede darle consejo alguno, ni siquiera dialogar con ella sobre el asunto; la invita a decidir por su cuenta.*

*Marlene vuelve al río, acepta lo que pide el barquero, atraviesa el río, va a casa de Pedro y pasa con él 3 días muy felices.*

*La mañana del cuarto día, Pedro recibe un telegrama en el que se le oferta un trabajo muy bien remunerado en el extranjero: es lo que él había ansiado desde siempre. Da la noticia a Marlene y la abandona en aquel mismo momento.*

*Marlene cae en profunda tristeza y decide darse un paseo. Se encuentra con Pablo y le cuenta la razón de su tristeza. Al cabo de un rato, Marlene le dice a Pablo: "recuerdas que hace tiempo me dijiste que querías casarte conmigo; yo te rechacé porque no me sentía enamorada de ti; pero ahora pienso que sí lo estoy y quiero casarme contigo". Pablo le responde: "Es demasiado tarde. No me interesa ya. No quiero restos del otro".*

Mi orden de preferencia es:

1º-----

2º-----

3º-----

4º-----

5º-----





## ANEXO 7

### ¿Qué te pasa?

Todos me dicen "¿qué te pasa?"  
y yo no sé qué contestar.

Todos se piensan que estoy triste  
desde que tú te fuiste de casa  
y me preguntan qué te pasa  
y yo no sé qué contestar.

Tengo el blues de la mañana  
y tres relojes que se atrasan,  
tengo un amigo que no sabe soñar  
y una guitarra que no puedo afinar.

Tengo una casa sin ventanas  
y una tristeza enamorada,  
tengo un disfraz pero no es carnaval  
y esta locura que no puedo parar.

Todos me dicen "¿qué te pasa?"  
y yo no sé qué contestar.



## ANEXO 8

POWER POINT: **LOS SENTIMIENTOS**



## ANEXO 9

1. En grupos de 3 ó 4 personas se contestan las siguientes preguntas:
  - ¿Qué sentimientos expresa un bebé? Poned algunos ejemplos.
  - Cuando el niño ya no es bebé ¿cómo llama la atención de los padres? ¿Cuál debe ser la actitud de los padres ante las llamadas de atención de los niños? Poned algunos ejemplos.
  - ¿Los niños deben tener unas conductas correctas impuestas por sus padres o por el contrario todas las pautas de conducta han de ser dialogadas entre padres e hijos?
2. Puesta en común en gran grupo



## ANEXO 10

1. Debéis completar el cuadro con las siguientes palabras o frases:

Aceptar los límites ajenos

Miedo

Aceptar los límites de la vida

Pedir al otro que cambie

Sensación básica	Emoción básica	Respuesta instintiva	Respuesta socializada	Aprendizaje social
Peligro				
	RABIA			
		Aislamiento		
			Compartir	Reconocer el valor de las cosas

stros límites

Agresión

Alegría

Daño

Explosión

Huida

Pedir consuelo

Pedir protección

Pérdida

Satisfacción

Triste

2. Debatirlo en grupos pequeños hasta que lleguéis a un acuerdo.

3. Ponerlo en común en grupo grande hasta llegar a un acuerdo para hacer un único cuadro.



## ANEXO 11

	1	2	3	4	5	
Pocas veces sé qué me pasa o cómo me siento						La mayoría de las ocasiones sé cómo me siento y las razones de ello
Con mi familia no soy capaz de expresar mis sentimientos porque creo que no me entienden						Siempre soy sincera en mis sentimientos con mi familia
Con mi pareja pocas veces expreso cómo me siento						Siempre soy sincero en mis sentimientos con mi pareja
Con mis amigos pocas veces me expreso como me siento						Siempre soy sincero en mis sentimientos con mis amigos
Cuando discuto o he tenido algún problema con alguien pienso que el me la hace me la paga.						Cuando discuto o he tenido algún problema me pongo en el lugar del otro y trato de hablar y solucionar el tema.
Cuando tengo algún problema en seguida me enfado, me derrumbo, me pongo nervioso, me encierro en mi mismo.						Cuando tengo algún problema trato de no ponerme nervioso, analizar la situación y no ver más allá de lo que hay.
No hablo de mí con nadie, sólo de temas neutrales como la música, el tiempo, el colegio...						Suelo tener con frecuencia conversaciones profundas con amigos o familiares sobre mis cosas
En ocasiones no transmito lo que siento porque no sé qué van a opinar de mí y tengo miedo que me rechacen						Suelo ser sincero al expresar mis sentimientos.
Me siento muy defraudado cuando los demás no se comportan como yo espero						Sé que cada persona tiene una manera de actuar y no tiene por qué coincidir con lo que yo pienso
Tengo muchos miedos irracionales que no sé controlar						Trato de controlar aquellas situaciones que me provocan miedo.
Me da vergüenza llorar delante de los demás						Siempre que necesito llorar lo hago.
No dedico tiempo a encontrarme conmigo mismo ni a conocerme						Dedico tiempo a tratar de conocerme
Hago demasiadas cosas que no sé por qué las hago						Todas las cosas que hago tienen una razón de ser.



## ANEXO 12

1. Cada situación de la vida tiene su música, recuerda escenas de películas!!!!. Por eso cuando tenemos miedo solemos ponernos a silbar o tatarrear una canción. Es un buen remedio. En otras ocasiones, sin embargo, la música se convierte en un regodeo que no nos permite salir de la borrachera afectiva.

Busca una canción para recuperar la serenidad en cada una de estas ocasiones:

- Si me siento en peligro físico...
- Después de una ruptura sentimental...
- Cuando sales de una bronca...
- Cuando estás triste...
- Ante el miedo al futuro...
- Cuando estás enamorado...
- Cuando te sientes feliz...
- Cuando estás preocupado...



## ANEXO 13

*"Dijo además: —Un hombre tenía dos hijos.*

*El menor de ellos dijo a su padre: "Padre, dame la parte de la herencia que me corresponde." Y él les repartió los bienes.*

*No muchos días después, habiendo juntado todo, el hijo menor se fue a una región lejana, y allí desperdició sus bienes viviendo perdidamente.*

*Cuando lo hubo malgastado todo, vino una gran hambre en aquella región, y él comenzó a pasar necesidad.*

*Entonces fue y se allegó a uno de los ciudadanos de aquella región, el cual le envió a su campo para apacentar los cerdos.*

*Y él deseaba saciarse con las algarrobas que comían los cerdos, y nadie se las daba.*

*Entonces volviendo en sí, dijo: "¡Cuántos jornaleros en la casa de mi padre tienen abundancia de pan, y yo aquí perezco de hambre!*

*Me levantaré, iré a mi padre y le diré: Padre, he pecado contra el cielo y ante ti.*

*Ya no soy digno de ser llamado tu hijo; hazme como a uno de tus jornaleros."*

*Se levantó y fue a su padre. Cuando todavía estaba lejos, su padre le vio y tuvo compasión. Corrió y se echó sobre su cuello, y le besó.*

*El hijo le dijo: "Padre, he pecado contra el cielo y ante ti, y ya no soy digno de ser llamado tu hijo."*



*Pero su padre dijo a sus siervos: "Sacad de inmediato el mejor vestido y vestidle, y poned un anillo en su mano y calzado en sus pies.*

*Traed el ternero engordado y matadlo. Comamos y regocijémonos, porque este mi hijo estaba muerto y ha vuelto a vivir; estaba perdido y ha sido hallado." Y comenzaron a regocijarse.*

*Su hijo mayor estaba en el campo. Cuando vino, se acercó a la casa y oyó la música y las danzas.*

*Después de llamar a uno de los criados, le preguntó qué era aquello.*

*Este le dijo: "Tu hermano ha venido, y tu padre ha mandado matar el ternero engordado, por haberle recibido sano y salvo."*

*Entonces él se enojó y no quería entrar. Salió, pues, su padre y le rogaba que entrase.*

*Pero respondiendo él dijo a su padre: "He aquí, tantos años te sirvo, y jamás he desobedecido tu mandamiento; y nunca me has dado un cabrito para regocijarme con mis amigos.*

*Pero cuando vino éste tu hijo que ha consumido tus bienes con prostitutas, has matado para él el ternero engordado."*

*Entonces su padre le dijo: "Hijo, tú siempre estás conmigo, y todas mis cosas son tuyas.*

*Pero era necesario alegrarnos y regocijarnos, porque este tu hermano estaba muerto y ha vuelto a vivir; estaba perdido y ha sido hallado."*





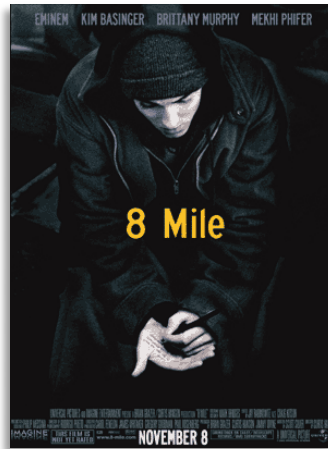
## ANEXO 14

POWER POINT: **IMPOSIBLE**



## ANEXO 15

## CULTURA HIP-HOP



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## 8 MILE ROAD: ...ATRAVESAR LOS LÍMITES

8 MILLAS

**Dirección:** Curtis Hanson.

**País:** USA.

**Año:** 2002.

**Duración:** 110 min.

**Interpretación:** Eminem (*Jimmy "Rabbit" Smith*), Kim Basinger (*Stephanie Smith*), Brittany Murphy (*Alex*), Mekhi Phifer (*Future*), Chloe Greenfield (*Lily*)

**Guión:** Scott Silver.

**Música:** Eminem.

**Fotografía:** Rodrigo Prieto.

Sinopsis:

Detroit, 1995: capital del crimen. Un imperio caído. Sus mejores barrios han entrado en decadencia, los blancos se han marchado al evaporarse las oportunidades y el optimismo que una vez hicieron de ésta una urbe bulliciosa y próspera. La brillante promesa de potencia industrial de Detroit se ha transformado en un hervidero de conflictos económicos y raciales después de que la ciudad sufriera una de las peores rachas de disturbios callejeros de la historia de Norteamérica. La calle **8 Mile Road**, que recorre el perímetro de la ciudad, marca ahora la frontera entre lo urbano y lo suburbano, entre lo negro y lo blanco. Para chicos como Jimmy "Rabbit" Smith Jr., el **hip hop** es lo único que les separa del abismo.

*8 millas es una historia sobre esos límites que definen nuestras vidas, y la lucha de un hombre joven para encontrar la fuerza y el coraje necesarios y poder atravesarlos.*



En ausencia de sus padres, Jimmy y sus amigos forman una familia: el carismático y seguro de sí mismo Future, el soñador y optimista Sol, el futuro activista DJ Iz y el lento pero seguro Cheddar Bob. Jimmy y su “equipo” (los *Three One Third*) viven con la esperanza de conseguir su gran golpe de suerte, mientras trabajan en

**No importa dónde vivimos. No importa quiénes somos. Todos estamos limitados por fronteras. Algunas son reales; otras imaginarias. Muchos de nosotros estamos contentos de vivir dentro de esos límites. Otros están obligados a hacerlo. Pero algunos necesitan romperlos, atravesarlos, incluso si lo que hay al otro lado es desconocido y temible.**

*8 millas* es una historia sobre esos límites que definen nuestras vidas, y la lucha de un hombre joven para encontrar la fuerza y el coraje necesarios y poder atravesarlos.

empleos sin futuro y navegan por los campos de minas de sus turbulentas relaciones personales. Como dice Jimmy sin andarse con rodeos: “*Estamos sin una puta pela y vivimos en casa con nuestras mamás*”. Por la noche, alimentan sus sueños en los clubs de hip hop de Detroit, en donde los mejores raperos de la ciudad se enfrentan en duelos verbales con rimas ofensivas para conseguir el respeto de sus colegas. En el poco poético mundo de *Three One Third*, la rima se utiliza como un arma mortífera, las palabras hieren y la victoria es de aquel que tiene el ingenio más rápido.

### Referencias:

- Dirige Curtis Hanson, ganador del Oscar con *L.A. Confidential* (1987), cuya filmografía se completa con *Ir a perderlo... y perderse* (1982), *Falso Testigo* (1987), *Malas influencias* (1989), *La mano que mece la cuna* (1992), *Río salvaje* (1994) y *Jóvenes prodigiosos* (2000).
- En la película debuta como actor el cantante de rap Eminem, que ha provocado polémicas con las letras de sus canciones, conseguido varios discos de platino y que, al igual que el personaje al que interpreta, es de Detroit.
- Le acompaña en el reparto Kim Basinger, que ya trabajó con Hanson en *L.A. Confidential*, lo que le proporcionó el Oscar y el Globo de Oro.
- En alguna ocasión ha trascendido que la película se inspira en la vida del propio Eminem.
- La banda sonora es de Eminem, en colaboración con Dr. Dre, lo que le proporcionó el Oscar a la mejor canción original, *Lose yourself*, de Luis Resto (música) y Eminem (letra), y una candidatura al Globo de Oro a la mejor canción.
- Fue candidata a los Premios del Cine Europeo a la mejor película internacional.
- El rodaje se inició el 18 de octubre de 2001 en Detroit y finalizó a finales de enero de 2002 con un presupuesto que ascendió a 50 millones de dólares.



En Detroit hay una larga tradición de creatividad bajo presión, y muchas veces se ha manifestado a través de la música: el sonido de la Tamla Motown, que dominó la música popular de los años 60, la maestría de Aretha Franklin, el llamado sonido Detroit de rockeros como Mitch Ryder, Bob Seger o el grupo MC5... la música de la ciudad ha tenido siempre unas raíces obreras y ha expresado sin filtros la verdad sobre las realidades de la vida. Y la música hip hop de Detroit no es ninguna excepción a esta tradición.

En los bajos fondos de Detroit la supervivencia es dura y para muchos el hip hop sirve de base emocional para seguir adelante. El rap es una música improvisada y rápida, al mismo tiempo reflexiva y reflejo de la realidad; requiere dominio del lenguaje, control de los matices, sentido de la observación y autenticidad emocional. Para chicos como Jimmy Smith Jr. (Eminem), el hip hop es lo único que les separa del abismo.

**ALGUNAS CUESTIONES PARA  
EL DIÁLOGO EN EL AULA:**

1. Describe las *condiciones sociales* del barrio de Detroit donde viven los personajes.
2. Qué le pide Rabbit a *la vida*, qué camino quiere marcarse a sí mismo.
3. Qué papel desempeña el *hip hop* en la vida de Rabbit.

Eminem, el protagonista de *Ocho millas*, conoce bien el mundo de los clubs de hip hop de Detroit:



*“Me acuerdo que cuando perdía uno de esos duelos, se me caía el mundo encima. Muchos me decían: “Has perdido. ¿Y qué? Vuelve a intentarlo”. Pero para mí aquello era como el fin del mundo. Es una competición,*

*es como un deporte en el que te fuera la vida. Desde fuera puede parecer algo tonto, pero para nosotros era todo nuestro mundo”.*

Jimmy, el protagonista de la película, tiene el talento necesario para ganar. Pero necesita encontrar una voz propia y volcar toda su ira en su música. Dice Eminem: “Jimmy es un chico de sangre caliente. Así es como era yo y creo que a veces lo sigo siendo. Su carácter emocional es lo que le pierde”. Pero Jimmy encuentra su voz y con ella la forma de salir de las fronteras que amenazan con asfixiarle.

Fascinado por el mundo del hip hop, el productor Brian Grazer llevaba mucho tiempo convencido del enorme potencial dramático de este tipo de música, que el cine no había sabido nunca explotar. Estaba decidido a encontrar un argumento que permitiera llevar a la pantalla la fuerza, la energía y la autenticidad del hip hop.

Dice Grazer: “Llevo más de veinte años interesándome por el hip hop. Escuché la música de Slick Rick, un excéntrico artista de hip hop que contaba en sus canciones historias perversas llenas de humor y de sinceridad. Eso me llevó a querer descubrir las raíces del hip hop, su funcionamiento, la relevancia que tienen las letras. Todo esto fue antes de que el hip hop se convirtiera en la base de una industria multimillonaria”.

Grazer sabía que para que una película sobre el rap funcionara, era esencial encontrar al artista adecuado. Y el destino quiso que Grazer se fijara en el brillante y polémico rapero Eminem justo cuando éste andaba buscando un proyecto adecuado para realizar su debut en el mundo del cine. Eminem y el productor Jimmy Iovine habían escuchado todo tipo de ofertas pero sin encontrar nada que les interesara, hasta que hablaron con Grazer. Dice Iovine: “Nosotros lo que hacíamos era lanzar la bola y Brian Grazer fue el primero que nos la devolvió”.

Cuenta Grazer: *“Hace años que empecé a interesarme por Eminem. Aún no era una estrella, pero yo le veía como alguien lleno de carisma que podía convertirse en una explosiva estrella cinematográfica. Le*



*citó en mi despacho y al principio no abrió la boca. Ni siquiera me miraba. Cuando habían pasado unos quince minutos empezó a reaccionar. Y cuando se puso a hablar, tenía una elocuencia y una inteligencia fantásticas”*

Una vez llegado a un acuerdo con Eminem, Grazer contrató de guionista a Scott Silver, quien había hecho una película independiente, Johns, llena de un realismo urbano similar al que el productor andaba buscando para *Ocho millas*. Observa Grazer: “No hace falta ser un fan del boxeo para apreciar Rocky o Toro salvaje; de igual modo que no hace falta ser un fan del hip hop para apreciar *Ocho millas*. Es una película que habla de la resistencia humana, de la tenacidad, de la capacidad de supervivencia”.

Según dice el director Curtis Hanson, este proyecto le permitía explorar un estrato de la cultura americana y hacer un retrato de un grupo de gente que lucha por encontrar un camino propio: “En esta película mostramos un mundo poco visitado por el cine o por los telediaros: una América empobrecida que se esfuerza por buscarse la vida de forma legal en medio de la desolación de los ghettos urbanos. Para los habitantes de Detroit la 8 Mile Road marca el límite de la ciudad, es una frontera.

Para Jimmy, el protagonista, lo que marca es la frontera psicológica que le separa de lo que quiere llegar a ser.

Si lo piensa uno bien, todos tenemos nuestras propias “ocho millas” en el horizonte...”

Los personajes y el argumento de *Ocho millas* son ficticios pero Eminem conoce bien el mundo de Jimmy Smith Jr. :

*“La 8 Mile separa la ciudad de los barrios suburbanos. Ser un rapero que se ha criado en el lado de Detroit, y no en el lado suburbano, te da credibilidad. Es algo muy importante. Si no escuchas hip hop, si todo eso te da igual, no te parecerá importante. Pero si estás metido dentro, cuenta mucho”.*



## EMINEM >> BIODISCOGRAFÍA

El verdadero nombre de Eminem (1975, Kansas, Missouri) es Marshall Bruce Mathers III. Su apodo, que surge de pronunciar *M&M*, se ha convertido en todo un símbolo para sus millones de fans.

Su infancia no fue precisamente un camino de rosas. Vivió con su madre, Debbie Mathers-Briggs, y nunca conoció a su padre, ya que éste desapareció cuando este insolente rapero tenía unos pocos meses. Hasta los 11 años su vida era un camino de ida y vuelta entre la casa de su madre y la de su abuela. Su destino cambió radicalmente cuando se fue a vivir junto a su madre a Detroit. Su carácter arisco e introvertido le dificultó hacer amigos en la escuela y decidió dejarla en noveno grado. Trabajó como mensajero y como cocinero, pero su obsesión, por suerte para los demás, era la música.

El nuevo trabajo de Eminem le ha convertido, si no lo era ya, en un fenómeno de masas que parece no pararse ante nada. El nuevo fenómeno de la música seguirá dando que hablar y no, como muchos pretenden hacer ver, por sus declaraciones altisonantes, sino por la innegable calidad de su música.

**1996.-** *Infinite*

**1997.-** *The Slim Shady EP*

**1999.-** *The Slim Shady LP*

**2000.-** *The Marshall Mathers LP Interscope*

**2001.-** *The Slim Shady Show Ground Zero*

**2002.-** *The Marshall Mathers LP Aftermath/Inte*

**2002.-** *Digital Biography Lake Shore*

**2002.-** *The Eminem Show*

## EL HIP HOP

***"...el hip hop es una cultura creada por la gente negra, es el término que utilizamos para definir nuestra forma de expresarnos, nuestra creatividad desde 1976 hasta ahora..."***

(Chuck D, líder de *Public Enemy*)

El propio Grandmaster Flash acerca del *rap* decía: *"...es poesía al ritmo de la música, no hay límites..."*, lo que enlaza directamente en la tradición de poetas radicales como Last Poets o Gill Scott Heron, donde se pueden encontrar las raíces de la técnica recitativa. El espíritu, el sentimiento de identidad con un colectivo, con unas pautas y unos comportamientos, en definitiva el estilo de vida de los que



mantienen vivo el *hip hop*, universalizado ahora mismo más allá de las fronteras de Estados Unidos, no ha variado en todos estos años.

Sí es verdad que cada vez se ha desnaturalizado debido a la progresiva asimilación de los medios de comunicación y del ciudadano de a pie. Pero aquí no estamos hablando de productos de fácil consumo por las masas, estamos hablando de los artistas que viven y entienden lo que significa ser alguien entre sus amigos, en su barrio, en su ciudad, a nivel nacional... Estamos hablando de hacerse respetar y de llegar a ser alguien y lanzarlo al mundo para que todos te conozcan y hacerlo de la única manera que tienes a tu alcance, tu ingenio, tu habilidad, y muy pocos medios técnicos.

Como es normal, la evolución en la manera de hacerlo, es decir, en la música, como en cualquier manifestación cultural, es uno de los objetivos que debiera perseguir todo artista. Si hablamos sobre tendencias que han evolucionado y diversificado en nuestros tiempos, probablemente el *hip hop* ha sido una de las manifestaciones que más cambios ha sufrido, inevitable por otro lado si pensamos en lo directo e inmediato de su propuesta, y su fácil accesibilidad.

A mediados de los años 70, en Estado Unidos, los jóvenes negros de los guetos de Nueva York empezaron a reunirse en fiestas amenizadas por un DJ, y en donde este personaje (que será fundamental en toda la evolución del movimiento) pinchaba ritmos acompasados y entrecortados con fragmentos de viejos clásicos del *soul* y del *funk*, de artistas como James Brown o George Clinton. La técnica de mezclar los fragmentos rítmicos de los discos de la época causaba furor en las fiestas improvisadas en plena calle.

El *hip hop* como manifestación cultural empieza a tomar forma: el *graffiti* en las paredes y en los vagones de metro, como manifestación artística, el *breakdance* creando un estilo a la hora de bailar en las pandillas, y un estilo musical denominado *rap* que se impondría como el auténtico lenguaje del *hip hop*.



## ANEXO 16

### LA SILUETA

Dibuja una silueta del cuerpo humano que ocupe toda una hoja.

Esta silueta solo la vas a ver tú, y nadie más por lo que reflexiona bien sobre lo siguiente

- Señala con un “+” o un “-“cada una de las partes del cuerpo según te gusten más o menos, según estés más o menos contento con ellas.
- Puedes poner muchos “++++++” o “-----“según el grado de aceptación de esa parte de tu cuerpo.
- No te autocensures, se realista valórate de verdad, y analiza todas las partes de tu cuerpo ojos orejas, pecho piernas, manos....

### Ahora Piensa

¿Qué he descubierto de mi cuerpo?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

¿Me gusta más o menos de lo que yo pensaba?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

¿Hay algo que cambiaría? ¿Cómo lo haría? ¿De verdad es necesario?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



ANEXO 17

**“Una imagen vale más que mil palabras”**

¿Te atreves a mirar al interior de las personas?

Fíjate bien en estas dos imágenes



¿Qué te transmiten?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Ahora mira la foto del multimillonario Bill Gates



¿Qué te transmite?

---

---

---

---

---

Lee la siguiente noticia que apareció en prensa:

*El presidente de Microsoft, Bill Gates, se encuentra de visita privada en Vietnam junto con su esposa Melinda. La pareja llegó el domingo a bordo de su avión privado y su agenda en Vietnam probablemente esté relacionada con las actividades de la fundación benéfica que lleva el nombre del matrimonio y que financia varios proyectos de prevención del sida y salud reproductiva.*

**Reflexiona:**

¿Sigues pensando lo mismo?, ¿Está todo en el exterior?

---

---

---

---



## ANEXO 18

### “INVESTIGA”

Investiga qué enfermedades físicas y psíquicas pueden provocar algunas cosas cotidianas que hacemos con nuestro cuerpo como son por ejemplo; dormir poco, beber alcohol, fumar, no hacer deporte, comer mucho, no comer verduras y fruta, las drogas...

¿Cuáles has encontrado?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### *Reflexiona*

¿Merece la pena el placer momentáneo de todos estos actos y sus consecuencias a largo plazo?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



¿Ésta es la vida que yo quiero para mí?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

¿Realmente mi cuerpo es un regalo que yo quiero cuidar así? ¿Por qué?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## ANEXO 19

Estampa aquí  
tu huella

Indica el nombre que más  
te identifica:

\_\_\_\_\_

## TU HUELLA DE IDENTIDAD

Después de estampar tu huella en el recuadro, en el interior de este folio ve dando nombre a cada una de las "señales" que te identifican:

- Soy y me siento Asturiano, Madrileño, Aragonés... en tal y cual actitud.
- Percibo que como mi padre/ madre tengo este rasgo.
- En casa he adquirido tal o cual comportamiento que ya forma parte de mi.
- No volveré a hacer caso a... no me dejaré llevar porque no soy así.
- No me entiendo sin mi pasión por...
- Soy merengue o culé hasta la médula (indica tu equipo deportivo, pandilla, actor favorito, aquel que representa lo que te gustaría llegar a ser).
- No me entiendo sin la fe, desde siempre he creído...
- Otros... ¿cuáles?



## ANEXO 20

### Diálogo entre padre (Chris) y (Christopher)



Christopher:

Mira papá, un profesional...

Chris:

No sé verás seguramente llegarás a ser igual que yo, se hereda lo bueno y lo malo y yo estaba por debajo de la media, de modo que acabarás en ese nivel más o menos, así que destacarás en muchas cosas, aunque en esta no, no te quiero ver aquí fuera lanzando este balón, ¿vale?

Christopher: ¡Vale!

Chris: Venga, tira...

Eh! Nunca dejes que nadie te diga que no puedes hacer algo, ni siquiera yo. ¿Vale?

Christopher: ¡Vale!

Chris:

Si tienes un sueño, tienes que protegerlo. Las personas que no son capaces de hacer algo te dirán que tú tampoco puedes. Si quieres algo ve por ello y punto.



## ANEXO 21

**CARTA AL NIÑO QUE FUI.**

Coge papel, boli y coloca frente a ti una foto de cuando eras un niño/a.

Toma el tiempo que necesites y sé sincero contigo mismo. Aprovecha para verte desde los ojos del niño que fuiste.

Escribe desde tus sueños de niño a la persona que eres ahora.



Querid@ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## ANEXO 22

**EL INDOMABLE WILL HUNTING (Gus Van Sant)****Comentario al fragmento:**

Psic. (Al profesor- tutor de Will) - El jueves a las 4 de la tarde que sea puntual.

Will Usted otra vez.

Psic. ¡Acompáñame!.

Will Y esto que es... ¿un toque de intimidad entre hombres? ¡esto es muy bonito! ¿Es que le van los cisnes...? Son como un fetiche, quiere que les dediquemos unas sesiones.

Psic. Estuve pensando en lo que me dijiste el otro día sobre mi pintura... me pasé casi toda la noche pensando y se me ocurrió una idea. Luego caí en un sueño plácido y no he vuelto a pensar en ti. ¿Sabes qué se me ocurrió?.

Will No.

Psic. Que eres un crío y que en realidad no tienes ni idea de lo que hablas.

Will ¡ya gracias!.

Psic. ¡Es normal! Nunca has salido de Boston.

Will No.

Psic. Si te pregunto algo sobre arte responderás con datos de todos los libros que se han escrito: Miguel Ángel

¡Lo sabes todo! Vida y obra, aspiraciones políticas, su amistad con el Papa, orientación sexual, lo que haces falta, pero tú no puedes decirme cómo huele la Capilla Sixtina. Nunca has estado allí y has contemplado ese hermoso techo. ¡No lo has visto!

Psic. Si te pregunto por las mujeres... supongo que me darás una lista de tus favoritas. Puede que hayas echado unos cuantos polvos, pero no puedes decirme que se siente cuando te despiertas junto a una mujer y te invade la felicidad...

¡Eres duro!

Psic. Si te pregunto por la guerra... probablemente citarás algo de Shakespeare: *“¡de nuevo en la brecha, amigos míos!”*. Pero no has estado en ninguna. Nunca has sostenido a tu mejor amigo entre tus brazos esperando tu ayuda mientras exhala el último suspiro.

Psic. Si te pregunto por el amor... citarás un soneto pero nunca has mirado a una mujer y te has sentido vulnerable. No te has visto reflejado en sus ojos. No has pensado que Dios ha puesto un ángel para ti en la tierra para que te rescate de los pozos del infierno. Ni que se siente al ser su ángel, al darle tu amor y darlo para siempre, pasando por todo... ¡por el cáncer!, no sabes lo que es dormir en un hospital durante dos meses cogiendo su mano porque los médicos vieron en tus ojos que el término del horario de visitas no iba contigo. ¡No sabes lo que significa perder a alguien porque sólo lo sabrás cuando ames a alguien más que a ti mismo!

Dudo que te hayas atrevido a amar de ese modo.

Psic. Te miro y no veo a un hombre inteligente y confiado, veo a un chaval creído y cagado de miedo. Eres un genio Will, jeso nadie lo niega!. Nadie puede comprender lo que pasa en tu interior. En cambio presumes de saberlo todo de mi porque viste un cuadro que pinté y rajaste mi puta vida de arriba abajo.

Eres huérfano ¿verdad?

¿Crees que sé lo dura que es tu vida, cómo te sientes, quién eres... porque he leído Oliver Twist?

¡Un libro basta para definirte!. Personalmente eso me importa una mierda porque sabes que no puedo aprender nada de ti, ni leer nada de ti en un maldito libro... pero si quieres saber de ti, de quién eres, estaré fascinado, a eso me apunto, pero no quieres hacerlo, tienes miedo, te aterroriza decir lo que sientes.

¡Tú mueves, chaval!.

#### **COMENTARIO PERSONAL:**

¿Qué te llama la atención?

¿Qué te sugiere?...



## ANEXO 23

## CANCIÓN: JESÚS, ¿QUIÉN ERES TÚ?



Jesús, ¿quién eres tú?  
tan pobre al nacer, que mueres en cruz.  
Tú das paz al ladrón  
inquietas al fiel, prodigas perdón.

Tu, siendo creador  
me quieres a mí que soy pecador.  
Tú, dueño y Señor  
me pides a mi salvar la creación

(Se repite todo)

Jesús, ¿quién eres tú?

- ✓ Después de escuchar la canción, dejamos unos minutos para que cada persona reflexione sobre quién es Jesús según la letra.
- ✓ ¿Qué rasgos destacarías de Él?





## ANEXO 24

### ¿QUIÉN DECÍS QUE SOY YO?



#### **Evangelio de Marcos:**

*Jesús salió con sus discípulos hacia las aldeas de Cesarea de Filipo y por el camino les pregunto:*

- *¿Quién dice la gente que soy yo?*

*Ellos le contestaron:*

*Unos, que Juan el Bautista; otros, que Elías; y otros, que uno de los profetas.*

*El siguió preguntándoles:*

- *Y vosotros, ¿quién decís que soy yo?*

*Pedro le respondió:*

- *Tú eres el Mesías. (Mc 8, 27-29)*

**Para el diálogo...**

- ✓ A los discípulos no les resulta difícil atribuirle identidades importantes a Jesús. Para nosotros estos títulos nos resultan vacíos, pero ¿quién diríamos que es hoy Jesús?
- ✓ Crees que, -como dice el comentario hecho por el animador-, Jesús es nuestro modelo de humanidad. ¿Es modelo para tu vida, es modelo de identidad? ¿Qué te aporta?
- ✓ Comenta este fragmento: *“Frente a Él nos surge la pregunta de si realmente le seguimos o simplemente le nombramos, si realmente lo proclamamos como nuestra Verdad o tan sólo lo etiquetamos. Cristo nos pregunta quiénes somos, y si decimos que somos cristianos nos deja bien claro el camino que nos espera, pero también la recompensa que nos promete”.*



## ANEXO 25

### ¿QUIÉN ES EL P. COLL?

Distinguimos su identidad humana y su identidad cristiana y dominicana:



#### IDENTIDAD HUMANA:

- Era de naturaleza sana y robusta.
- De carácter tenaz y decidido.
- Inquieto, emprendedor, creativo.
- Era muy sociable, comunicativo y abierto a todos.
- Bondadoso, compasivo y de talante pacífico.
- De trato suave y amable.
- Alegre y con sentido del humor.
- Generoso y desprendido de las cosas.
- Comparte su casa, su vida y la misión con los demás.
- Humilde, prudente y sencillo.
- Paciente y sufrido.
- Veraz y franco en el hablar.
- Responsable en su quehacer, estudio, trabajo, compromisos.
- Coherente, vive lo que predica.
- Inclinado a la piedad, profundamente religioso.
-

**IDENTIDAD CRISTIANA Y DOMINICANA:**

- Hombre de fe. Centra su vida en Dios.
- Consagra su vida al servicio de Dios en la Orden de Predicadores.
- Hombre de esperanza. Alienta en todos la esperanza de la vida eterna.
- Hombre de caridad ardiente. Ama a Dios por encima de todo. Vive la compasión y misericordia con los demás, especialmente con los pobres.
- Hombre de oración y contemplación-apostólica.
- Apóstol intrépido y audaz, infatigable en la predicación, atento a las necesidades de los hombres y mujeres de su época.
- Destaca por su amor a María y su divulgación de la devoción del Rosario.
- Hombre libre y disponible para la misión itinerante.
- Radicalmente pobre.
- Hombre fuerte. Fiel a su ideal, con la fortaleza del Espíritu, persevera en las dificultades.
- Tiene por modelo de vida apostólica a Santo Domingo de Guzmán.
- Gasta su vida al servicio de los demás.
- Vive su enfermedad y su ceguera con admirable aceptación y busca siempre hacer aquello que agrade más a Dios.

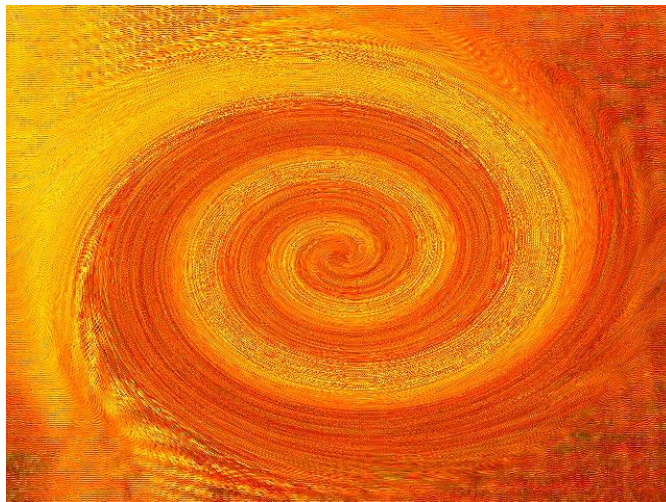
**Para la reflexión**

Lee atentamente cada una de las características de la Identidad del P. Coll y responde a:

- ✓ ¿Cuáles de los rasgos humanos del P. Coll forman parte de tu identidad?
- ✓ ¿Qué características te gustaría desarrollar, imitar de Francisco?
- ✓ El P. Coll fue adquiriendo su propia identidad cristiana y dominicana, ¿qué rasgos te parecen más importante para vivir como creyente hoy? ¿Qué puedes hacer para adquirirlos?



## ANEXO 26

**Salmo de interiorización (Sl. 138)**

Señor, tú me llegas hasta el fondo y me conoces por dentro.  
Lo sé: me conoces cuando no paro o cuando no sé qué hacer,  
mis ilusiones y mis deseos los entiendes como si fueran tuyos;  
en mi camino has puesto tu huella,  
en mi descanso te has sentado a mi lado;  
todos mis proyectos los has tocado palmo a palmo.  
Tú oyes el corazón del hombre sumido en el silencio,  
cuando aún no tiene palabras para abrirse a ti.

Es increíble: me tienes agarrado totalmente,  
me cubres con tu palma y me siento tuyo.  
Como grano de arena en el desierto,  
como gota de agua perdida en el mar,  
así me encuentro ante ti.  
Dios mío, quiero abrir mis brazos y abarcarte,  
quiero llegar hasta tu orilla y nunca toco tu tierra.

Me digo y no sé responderme: ¿A dónde iré  
que no sienta el calor de tu aliento?  
Me digo: ¿A dónde escaparé  
que no me encuentre con tu mirada?

Cuando escalo mi vida y me supero, allí estás Tú;  
cuando me canso en el camino y me siento barro,  
allí, perdido en mi dolor, te encuentro a ti.  
Cuando mis alas se hacen libertad sin fronteras  
y toco el despertar de algo nuevo;  
cuando surco los mares de mis sueños  
y pierdo la arena pegadiza de mis playas,  
allí está tu mano, y tus ojos y tu boca...  
allí, como Amigo fiel, de nuevo estás Tú.

Si digo cansado: que la tiniebla me cubra de negro  
como un paraguas viejo y roto;  
si digo desanimado; que el día se haga noche sobre mi  
y me envuelva en su manta robándome el camino,  
ni la tiniebla, Señor, es oscura para ti,  
y la noche, Señor, es clara como el día.

Tú eres como manantial de donde brota el río,  
como raíz de donde arranca el árbol.  
Tu vida se ha hecho vida en mis entrañas,  
me has dado el origen y quieres que camine  
hacia la meta que no es otra sino Tú.  
Soy tuyo: sólo tu amor da respuesta a mi pregunta.  
Me amabas ya cuando me tejiste en el seno de mi madre.  
Te doy gracias porque me has llamado a ser feliz.

Señor, me conoces hasta el fondo de mi alma,  
nada se te esconde de cuanto soy en lo más profundo.  
Yo me pregunto si el sentido de mi vida puede darse  
si le faltas Tú.

Señor, aunque mi árbol se quede sin hojas,  
aunque la poda lo deje desnudo y solo,  
aunque el frío lo apriete hasta hacerle llorar,  
Señor, en mi árbol mi hoja serás siempre Tú.

Dios mío, sondéame para conocer mi corazón,  
ponme a prueba para conocer mis sentimientos,  
mira si mi camino se desvía o se hace camino muerto.  
Guíame por el Camino nuevo que has abierto entre los hombres.  
Quiero hacer de él un proyecto para mi vida,  
y paso a paso, desde lo hondo de mi ser, vivir para ti.



## OTROS RECURSOS

### QUIÉN *(Luis Guitarra)*

**Duración aproximada:** 20´

**Material necesario:** canción fotocopiada para cada uno.

- Escuchamos la canción:

¿Quién escucha a quién cuando hay silencio?  
¿Quién empuja a quién, si uno no anda?  
¿Quién recibe más al darse un beso?  
¿Quién nos puede dar lo que nos falta?  
¿Quién enseña a quién a ser sincero?  
¿Quién se acerca a quién nos da la espalda?  
¿Quién cuida de aquello que no es nuestro?  
¿Quién devuelve a quién la confianza?

¿Quién libera a quién del sufrimiento?  
¿Quién acoge a quién en esta casa?  
¿Quién llena de luz cada momento?  
¿Quién le da sentido a la Palabra?  
¿Quién pinta de azul el Universo?  
¿Quién con su paciencia nos abraza?  
¿Quién quiere sumarse a lo pequeño?  
¿Quién mantiene intacta la Esperanza?

¿Quién está más próximo a lo eterno:  
el que pisa firme o el que no alcanza?  
¿Quién se adentra al barrio más incierto  
y tiende una mano a sus "crianzas"?  
¿Quién elige a quién de compañero?  
¿Quién sostiene a quién no tiene nada?  
¿Quién se siente unido a lo imperfecto?  
¿Quién no necesita de unas alas?  
¿Quién libera... ..intacta la Esperanza?

- Después de escuchar la canción, dejamos unos minutos para que cada persona reflexione sobre lo que se dice en la canción y con qué parte de la letra se siente identificada o no y por qué.





