

¡APROVECHANDO LAS REDES SOCIALES!

- Puedes crear un *Grupo* en la red social que deseen, con el nombre de la Etapa y el Lugar Huellas de procedencia. Por ejemplo: Huellas Azules II/El Nula
- Publica todas las actividades que realices como Huellas Azules II, la idea es usar el espacio para avisar, recordar y comunicar a todos lo que hacen. No olviden montar sus fotos y vídeos.
- Atención Asesor: Puedes aprovechar cada encuentro para que los chicos comenten las experiencias vividas a través de los compromisos realizados durante la semana.

Recursos Alternativos

A continuación se presentan algunos recursos que te sugerimos para el desarrollo de los encuentros Huellas. Se les denomina Alternativos porque pueden ser usados a conveniencia del Asesor, además, se incluyen ideas para desarrollar y propiciar el uso de las tecnologías dentro de nuestro grupo juvenil. Se dividen así mismo en Lecturas Complementarias, En las Redes Sociales, Dinámicas y Técnicas participativas, Vídeos y Canciones.

Lecturas Complementarias, son cuentos, artículos y otros textos que se refieran al tema central de la bitácora.

En las Redes Sociales, se proponen diferentes ideas para que los Huellista y Asesores puedan participar de la red social de manera activa presentando sus aportes a través de fotos, notas, discusiones, foros y la creación de aplicaciones interactivas.

Dinámicas y Técnicas participativas, para que los huellistas reflexionen, dialoguen y compartan las experiencias a partir de su propia realidad y mantengan interés en los temas propuestos.

Canciones y Vídeos, podrás tener una lista de canciones y vídeos disponibles que puedes usar además de los ya expuestos en el tema. Te especificamos los link (direcciones electrónicas) para que puedas ubicarlos directamente.

TEMA: EL GRUPO QUE QUEREMOS SER

Lecturas Complementarias

Mi Vieja Máquina de Escribir

ALC Gestión Empresarial

Hace ya algún tiempo escribí una pequeña historia que, a mi manera de entender, es el mejor ejemplo de lo que significa realmente trabajar en equipo y dice así:

Aunqum mi máquina dx xscribir xs antigua, funciona bastantx bixn, xxcxpto una dx sus txclas. Sin xmbargo, muchas vxcxs mx hubixra gustado qux funcionara pxrfxctamxntx. xs vxrdad qux cuarxnta y sxis txclas van bastantx bixn, pxro la única qux falla, sx nota considxrablmxntx. xn ocasionxs, mx parxcx qux nuxstra organización xs como mi máquina dx xscribir. xn xlla no toda la gxntx "clavx" trabaja como dxbx. Puxdxs pxnsar: "Buxno, yo sólo soy uno. No sx va a notar dxmasiado". Pxro, ya sabxs, para qux la organización sxa xficaz nxcxsita dx la participación activa dx todos sus mixmbros. La próxima vxz qux pixnsxs qux tu xsfuxrzo no xs nxcxsario, rxcuxrda mi vixja máquina dx xscribir y pixnsa: "soy una pxrsona clavx"

Hoy en día sigue plenamente vigente este ejemplo donde se demuestra que se puede lograr el objetivo, por que una persona entre 27 no fastidia todo el trabajo, pero el resultado final queda afectado, y perjudica al producto o servicio sin duda.

En el Facebook

Pisando Tierra:

Abriendo Horizontes:

Novedad:

Las Palabras No Bastan:

Vídeos

Lista de vídeos que puedes usar para este tema:

Título: Somos uno

Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=7Z1-z-u-7MI&NR=1>

Descripción: Publicidad realizada por F.C. Barcelona con varios comentarios de jugadores sobre la vida en equipo.

Título: Tu equipo – F.C. Barcelona

Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=uBdu25dVETE>

Descripción: Publicidad realizada por F.C. Barcelona con varios comentarios de jugadores sobre la vida en equipo.

Título: Actitud y Trabajo en Equipo

HUELLAS AZULES II

Enlace: http://www.youtube.com/watch?v=es53gj_AxLU&feature=related

Descripción: En una ciudad se cae un árbol en medio de la calle obstaculizando el paso, un niño que se dirigía a la escuela sale de su autobús dispuesto a irse caminando a clases, cuando empieza a llover y el decide mover el árbol solo.

Canciones

Dinámicas y Técnicas Participativas

Para este tema se recomiendan las siguientes dinámicas

1.- El Nudo Humano

OBJETIVOS	Permite analizar la labor asesora de un individuo frente al grupo. Sirve para analizar elementos de comunicación no verbal. Propicia la integración de los miembros de un equipo de trabajo.
MATERIALES	Ninguno.
LUGAR	Amplio Espacio: un salón suficientemente amplio e iluminado, en donde el grupo en su conjunto pueda desplazarse cómodamente.
TIEMPO	30 min.
INSTRUCCIONES	<p>I. El Facilitador pide uno o dos voluntarios, aunque puede designar a alguien específico si sus necesidades así se lo demandan.</p> <p>II. Le pide que salga o salgan del recinto donde se llevará a cabo el ejercicio.</p> <p>III. Al grupo que queda les pide se tomen de las mano haciendo un gran círculo.</p> <p>IV. Se les induce a pensar que esa forma del grupo es, de alguna manera, su estructura original; pero que los grupos, en su propia dinámica tienden a desarrollar hábitos que aglutinan y hacen variar la estructura original.</p> <p>V. Se les solicita hacer un nudo humano lo más intrincado que puedan, sin soltarse de las manos hasta que se les de la indicación.</p> <p>VI. Una condición importante es que los miembros del grupo que constituyen el nudo no podrán hablar mientras el asesor o asesores intenten deshacerlo.</p> <p>VII. Se invita a entrar a las personas o persona que se les hizo salir y se les plantea que ellos asumirán el rol de asesores y que su tarea consistirá en llevar a ese grupo a su estructura original, que éstas no pueden soltarse de las manos y a la vez no pueden proferir palabra alguna.</p> <p>VIII. Pasado un tiempo razonable, si no han podido deshacer el nudo los asesores, se le pide al grupo que retome su estructura original sin soltarse de las manos.</p> <p>IX. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.</p>

2.- Déjame Pasar

OBJETIVOS	Vivenciar situaciones, en donde existen objetivos personales en conflicto. Analizar cómo afectan las creencias y valores personales en un proceso de integración grupal.
MATERIALES	Ninguno.

HUELLAS AZULES II

LUGAR	Amplio Espacio: un salón amplio y bien iluminado. Acondicionado para que los participantes puedan desplazarse libremente.
TIEMPO	45 min.
GRUPO	Divididos en subgrupos compuestos por 2 participantes
INSTRUCCIONES	<p>I El Facilitador solicita a los participantes se numeren del 1 al 2 y formen parejas, cada pareja deberá colocarse frente a frente a una distancia de aproximadamente 30 centímetros.</p> <p>II. El Facilitador explica a los participantes que a una señal, el participante número 1 de cada pareja empujarán al número 2 diciéndole: Déjame pasar porque... (y le da una razón, por ejemplo: quiero hablar por teléfono)</p> <p>III. En ese punto se detiene, y es entonces el otro participante quien empuja diciendo lo mismo, pero presentando otra razón.</p> <p>IV. Continúan así por un rato.</p> <p>V. Luego cada participante reflexiona sobre la situación: en qué consiste el problema, que implica un enfrentamiento competitivo, qué otras alternativas pueden imaginar para lograr el objetivo propio pero sin pasar por encima del otro, etc.</p> <p>VI. El Facilitador guía un proceso, para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido a su vida.</p>

TEMA 2: UN GRUPO PARA UNA MISIÓN

VÍDEOS

Título: Por qué lo harías

Enlace: http://www.youtube.com/watch?v=CGi5yCTi_AY&feature=related

Descripción: vídeo vocacional de la compañía de Jesús, explica a través de preguntas ¿Por qué serías jesuita? O ¿Por qué serías voluntario? Se aplica al servicio y vocación.

Título: Dona tu tiempo

Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=nrnCd7a8se8&feature=related>

Descripción: Vídeo de la Cruz Roja para captar voluntarios, su consigna es Dona tu tiempo, hazte voluntario.

Título: 5 pasos para ser voluntario

Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=WfYZOr5ds8U&feature=related>

Descripción: Sólo se necesitan 5 pasos para considerar ser voluntario.

Título: Anuncio Cruz Roja – Año voluntario

Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=cqLtgIcLCVs&feature=related>

Descripción: vídeo que describe lo que hace un voluntario frente a las necesidades.

Título: Laicos

Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=4WID9zXImWg&NR=1>

Descripción: presentación del trabajo de los laicos en el mundo y su propósito. Sensibiliza el trabajo voluntario de los laicos comprometidos.

CANCIONES

- Alma Misionera – Hna. Glenda
- Heme aquí (envíame a mí) Jesús Adrian Romero
- Amando hasta el Extremo – Maite López
- A tu lado
- En todo amar y servir
- Me has seducido Señor – Kairoi

LECTURAS COMPLEMENTARIAS

Testimonio de Servicio Voluntario

Mi experiencia en el voluntariado profesional del SJR en Guasualito ha sido una de las más significativas y gratificantes de todas. Siempre estarán en mi memoria las sonrisas de sus niños y la hospitalidad su gente. Es increíble todo el potencial humano allí presente pues observas en cada mirada una esperanza y un porvenir que te permiten crecer personal y profesionalmente, pues te brinda la posibilidad de ir formando un proyecto de vida donde das lo mejor de ti mismo, al servir en las comunidades que más lo necesiten y la vez recibes muchas lecciones de vida.

En Guasualito tuve la oportunidad de trabajar con Merlys Mosquera y Alí Bolívar, organizando los expedientes y la base de datos de los solicitantes de refugio. Posteriormente, visité junto a otros voluntarios el sector el Veguero, donde realizamos actividades lúdicas y recreativas con los niños y adolescentes. Luego, coordiné un plan vacacional dirigido a la zona de los Laureles. Allí organizamos una serie de estrategias enmarcadas en la formación en valores tales como la solidaridad y la amistad, también realizamos diversos juegos y dinámicas grupales. Participaron más de cien niños de distintas edades, pero con un denominador común: el entusiasmo que irradiaban. Ellos nos contagiaban su ánimo y energía para seguir trabajando, sentimos motivación con frases tan sencillas como: “te esperamos mañana” o bien “¿cuándo vuelves para seguir jugando?”. Siempre recuerdo con mucho cariño a una niña de ese sector llamada Ana, quien el primer día nos acompañó en todos los juegos y al finalizar se despidió con un gran abrazo, nos presentó a sus padres y hasta nos mostró su casa. En todo momento contamos con todo el apoyo de la comunidad.

Es importante señalar que el SJR requiere de la presencia de más profesionales, es por ello que invito a todos aquellos que se sientan atraídos a vivir esta experiencia a que no lo piensen más y se sumen a esta tarea en la que pueden participar y potenciar muchos de los proyectos existentes y a su vez estar en contacto con una realidad que nos concierne a todos.

Nairobi Cabrera

Egresada de la UCAB en Educación, mención Ciencias Pedagógicas

Oración Vocacional: Predicar tu Nombre.

Señor Jesús, quédate conmigo, habita en mí y brillaré con tu luz. Así podré convertirme en luz para otros. Esa luz será sólo tuya, no mía. Serás Tú, no yo, el que ilumine el mundo, a través de mí.

Te serviré de instrumento para que tú ilumines a los demás. Seré la alabanza que Tú prefieres: lámpara encendida que disipe la tiniebla del mundo, para que conozcan tu gloria, tu verdad y tu voluntad

Transparéntate a través de mí, y que todos los que encuentre puedan sentir tu Presencia en mí. Que, mirándome, te vean sólo a Ti, Señor.

Déjame predicar tu Nombre sin palabras: con la fuerza de atracción de mi vida contigo, con el entusiasmo evidente de mi amistad contigo.

Tomado de Recursos Vocacionales SJ. Disponible en: <http://recursosvocacionales.webnode.com>

DINÁMICAS Y TÉCNICAS PARTICIPATIVAS

1.- Descubriendo mis necesidades y motivaciones

OBJETIVOS	Autodescubrir los motivos personales. Sensibiliza al participante en el uso asertivo de la seguridad personal a través de la autoevaluación.
MATERIALES	Hojas blancas, de rotafolio, lápices y plumones.
LUGAR	Aula Normal: Un salón amplio bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan estar cómodos.
TIEMPO	45 min.
INSTRUCCIONES	I. El instructor solicita a los participantes que identifiquen a nivel individual cuáles son los elementos o hechos que les proporcionan seguridad en la familia, el trabajo y la sociedad (cinco por lo menos en cada área), y que lo expresen por escrito en hojas tamaño carta. II. El siguiente paso es formar equipos de 4 o 5 personas pidiéndoles que lleguen a conclusiones subgrupales y que las anoten en hojas de rotafolio que al terminar se cuelgan de las paredes. III. El instructor pasa entonces a tabularlas según los conceptos de la pirámide de necesidades de Abraham Maslow, contabilizando y sacando porcentajes de cada uno de ellos. IV. Se propicia la reflexión y se trata de llegar a conclusiones. V. El instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

2.- Cómo podría ser diferente tu vida

OBJETIVOS	Facilitar a los participantes pensar más profundamente en algunos de sus deseos y aspiraciones y lo que están haciendo para lograrlos.
MATERIALES	Hojas de papel y lápiz para cada participante.
LUGAR	Aula Normal: un salón amplio y bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan escribir.
TIEMPO	30 a 45 min.
INSTRUCCIONES	<p>I. El Facilitador dice a lo participantes: "Su médico les ha informado que sólo les queda un año de vida y ustedes están convencidos de que el diagnóstico es correcto. Describan cómo cambiaría su vida esta noticia".</p> <p>II. Se da tiempo a que los participantes piensen y escriban sobre la pregunta anterior.</p> <p>III. El Facilitador les menciona lo siguiente: "Si ustedes desean cambiar su vida en esa dirección, ¿Qué los detiene para hacerlo ahora mismo?".</p> <p>IV. El Facilitador integra subgrupos de 4 personas y les pide que comenten sus respuestas a la pregunta anterior.</p> <p>V. En grupo se hacen comentarios sobre el ejercicio y como se sintieron.</p> <p>VI. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.</p>

TEMA 3: HAY DÓNDE VOY

VÍDEOS

Título: Proyecto de vida para el éxito.

Enlace: http://www.youtube.com/watch?v=KyCY8u_Jb5c&feature=related

Descripción: Orientación para iniciar el diseño de tu proyecto de vida.

Título: Ford Explorer Eddie Bauer – Publicidad . Venezuela 2008

Enlace: http://www.youtube.com/watch?v=Z4sL_yPEw48

Descripción: Palabras en el acto de graduación, el orador les da ánimo de los graduandos y le alienta a hacer su proyecto de vida.

Título: El Club de los poetas muertos (4): Saca lo que llevas dentro

Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=UmNKmoBrzf0&feature=related>

Descripción: Un profesor ayuda que sus alumnos saquen lo mejor que llevan dentro.

CANCIONES

Color Esperanza – Diego Torres
Héroe – Mariah Carey
No creo en el Jamás – Juanes
Que no me pierda – Diego Torres
Razones pa' vivir – Jesús Adrian Romero y Alex Campos
Vuela alto – Julio Iglesias

LECTURAS COMPLEMENTARIAS

Hablemos de vocación.

Cuando en nuestra vida cotidiana buscamos una opción preferencial, comúnmente los jóvenes nos encontramos con un inconveniente; ¡no sabemos para dónde orientar nuestra vida! Y comenzamos a vivir una de las crisis más fuertes de la vida, pues de esta decisión dependerá nuestro futuro, inmediato. Se nos ofrecen una gama de elementos que nos llevan a distinguir las facilidades que nos ofrece el mundo, y empezamos por recorrer planes de estudio, nos interesamos por algunas carreras especialmente por aquellas que nos ayuden a una realización humana; conforme la sociedad lo necesita; pero lo cierto es que muchas de ellas, al finalizarlas, nos dejan con una sensación de vacío; no nos llevan a la realización que esperábamos.

¿Por qué ocurre esto?, la respuesta es muy sencilla, el hombre busca, por naturaleza, su propia satisfacción; pero olvidamos que el hombre es un ser creyente, que está ligado a un ser supremo, a alguien a quien podemos llamar Dios, aquí no importa el credo, la condición social, o el nivel económico. Ese alguien nos llama a compartir con él la vida, pero si lo que nos preocupa es la realización humana, luego entonces ese alguien queda eliminado de nuestros proyectos, nos queremos realizar como profesionales, pero ¿Cómo nos podremos desarrollar humanamente, si estamos abandonando aún lado, un campo de la persona muy importante, como lo es el espiritual, lo que concierne a la fe?

Cuando nos arriesgamos a pensar, no solamente en lo económico, en la realización humana conforme el mundo lo quiere, si no también en mi felicidad, en mi realización como persona, en donde lo que importe no es tanto el obtener un bien material, sino el descubrir que por lo que he optado, me realiza a mí y a otros junto conmigo, que no sólo yo obtengo beneficios de mi opción, sino también otros resultan beneficiados, es ahí donde estamos entrando en el ámbito del servicio, en el ámbito de la donación de la persona misma, en el ámbito, ya no de una carrera, si no de una **Vocación**, exactamente esta es la parte donde nosotros le damos cavidad a ese alguien de quien hablamos hace un momento y lo invitamos a ser parte de nuestra realización, es aquí donde nos descubrimos como personas y los vacíos quedan saciados, la vocación nos ayuda a la realización personal desde la perspectiva de la fe.

Finalmente nos preguntamos ¿Qué es la vocación?, la vocación es un llamado de ese alguien (Dios) que nos invita a transformar nuestra vida, podríamos decir que es un diálogo con Dios, pero es un diálogo con una clave, el amor: podemos decir, pues, que también es un diálogo amoroso con Dios: este diálogo nos cuestiona, nos incita a dar una

respuesta; y esa respuesta debe estar dada en una situación y contexto histórico concreto, sí, en nuestra propia realidad Dios nos llama, nos pide participar en algo; y ese algo se constituirá en nuestra misión, la respuesta dada es parte de la misión que todos tenemos que dar, no como obligación sino acción de agradecimiento a ese diálogo con quien nos habla en clave de amor con nosotros.

Tomado de Vocaciones.org. Disponible en <http://www.vocaciones.org>

2.- El camino de la bellota hacia el roble

José entró al bar pegando un portazo. Acababa de salir de la oficina a las corridas para encontrarse con Carlos. Apenas se sentó le dijo:

- No aguanto más este trabajo, lo odio, no aguanto al jefe, no lo soporto. Es como si todo el mundo conspirara en mi contra. Además, con lo que gano no me alcanza para vivir, y ni siquiera tengo tiempo para mí.

Tomó una respiración profunda y siguió:

- Tiraría todo a la basura, quiero escapar de todo esto, tengo que dejar este empleo que me está matando, yo tendría que estar haciendo otra cosa, no se qué pero otra actividad. Esto se ha convertido en un infierno - y golpeó con el puño en la mesa, mientras se movía tratando de liberarse de algo invisible que lo sumergía. Finalmente se dejó caer vencido en la silla y dijo:

- Pero no puedo hacerlo, necesito ese dinero, necesito seguir trabajando.

- ¿Desde dónde hablas? - preguntó Carlos.

José tomó una respiración profunda, se serenó un poco y dijo:

- Discúlpame, la verdad es que te estoy hablando desde mi bronca y mi impotencia por no poder cambiar mi realidad.

- ¿No será, en cambio, que hablas desde algún lugar más profundo? Pues yo percibo en tus palabras, atrás de esa bronca e impotencia, las causas de tu mal y al encontrar las verdaderas causas podrás descubrir las soluciones a tus problemas. Es como si hablaras para ti, pero no pudieses escucharte.

- ¿Te parece? Yo creía que solamente estaba protestando un poco, desahogándome. En ese caso ayúdame a aclararme -y José se distendió un poco en su silla.

Carlos se inclinó hacia atrás y dijo:

- Pero, antes que entremos a analizar cómo quedaste atrapado en este trabajo y sin posibilidades de salir, sería importante que te des cuenta qué tienes que ver tu en esto - hizo una pausa y agregó- Porque es como si te estuvieses rebelando contra el mundo, en vez de mirar cuál es tu propia parte en el desorden del que te quejas. Aceptar la responsabilidad de lo que te está pasando.

José se irritó.

- ¿Qué, ahora la culpa la tengo yo? ¿No te das cuenta de que en este país no se puede hacer nada?. ¿No lees los periódicos? -luego revolviendo con la cuchara el café como buscando algo dijo en un tono lastimoso- La economía del país me deprime; yo, como muchas personas estamos mal porque el éxito no depende de nosotros, depende de cosas externas, de índole económica: los fantasmas del desempleo, de la recesión, entre otros muchos -y movió su mano delante de su cara como si quisiera alejar a estas negras figuras de su entorno. Luego agregó- Y entonces perdemos la esperanza, las ganas de hacer cosas.

- Aunque todavía no lo veas, sí tienes responsabilidad en lo que te pasa -insistió Carlos, y prosiguió- Pero vamos de a poco; cuéntame cómo es tu jornada.

Balbuceando José comenzó el relato.

HUELLAS AZULES II

- Y, yo me levanté a las 7 de la mañana, y estoy en la empresa de 8.00 a 17.00 horas, con una hora para almorzar, luego voy a casa, veo un poco de TV, ceno y cerca de las diez de la noche estoy tan agotado que me voy a dormir, para levantarme al día siguiente, cansado y de mal humor.
- ¿Y el fin de semana, cómo es? -preguntó Carlos.
- Los sábados y Domingos me levanto tarde, hago algunas compras, duermo la siesta, a veces juego un poco al fútbol, veo TV y estoy un rato en familia y ya, cuando me doy cuenta, el domingo se terminó y es otro lunes agobiante.
- ¿Y no podrías crear algunas horas para otro proyecto de vida, para hacer algo que realmente sea tu autorealización? - insinuó Carlos.
- ¿Autorealización?. ¿Qué es eso?.
- Sí, autorealización, hacer lo que realmente sea un proyecto de vida para ti. Salirte de la dualidad del ocio y del negocio.
- ¿De qué hablas?
- En la antigua roma se conocía la palabra "Ocio", con el significado que hoy le damos, también existía el Negocio, que se formaba con las palabras "neg ocio" y que significaba la negación del ocio, lo que hoy llamamos trabajar para ganar dinero. A partir de esa época avanzamos y quedamos atrapados en esa dualidad de Ocio o Negocio, una cosa u otra, en ese camino de vivir se olvidó la tercera opción: autorealización, quizás el sueño de juventud, hacer algo que sea ocio y negocio al mismo tiempo, algo que sea la síntesis de ambos. De modo tal que en la profesión que elijas ejercer, sientas que el deber es placer y el trabajo es un juego. Imagínate que tu apertura hacia la abundancia del universo la realices a través de esta síntesis. ¿No sería maravilloso?.
- Mira Carlos, ni tengo un proyecto de autorealización como dices, ni me voy a poner a pensar en eso, pues no tengo tiempo, y no me vengas con esas historias tuyas de que todos tenemos la misma cantidad de tiempo por semana ¿cuánto era que decías?. ¡Ah, sí!, 168 horas por semana, y eso que dices de que "esa cantidad de tiempo la tiene en igual cantidad el rico y el pobre", son cosas teóricas, no prácticas, de la vida real, de la de todos los días, de las que te dan de comer.

Carlos dijo mientras hacía con su birome unas cuentas en una servilleta:

- Tu afirmas que trabajas 8 horas por día, cinco días a la semana, o sea 40 horas semanales, y esa actividad la realizas en algo que no te gusta, en una función que te agota, te pone de mal humor. Cuarenta horas que son un castigo para ti... -Carlos hizo una pausa y luego preguntó- ¿Sabes por qué durante la segunda guerra mundial, en Londres ciertos empleados del estado mayor de las fuerzas armadas, trabajaron en jornadas de 14 a 17 horas diarias, 7 días a la semana, metidos en un sótano, sin luz natural, sin servicios sanitarios adecuados, durante más de tres años, o sea a razón de 98 y hasta 119 horas por semana?
- No, no lo sé, ni me lo imagino - dijo José refunfuñando.
- Pues esos empleados tenían en claro su objetivo: estaban luchando por ganar una guerra, por defender sus ideales de vida y a su familia -Carlos se movió hacia atrás, como queriendo relajar su cuerpo, e inquirió- ¿No sería distinta tu vida si empezases a luchar tu propia guerra y pusieses la energía que te está sobrando, en vez de ver televisión, en usarla en lo que realmente te gusta, como lo hacía el famoso pintor Picasso que, cuando quería descansar, se ponía justamente a pintar?. El tener un objetivo valioso hace a la diferencia y te da el motor para ocuparte de tu vida, hacerte cargo de tu ser, de tener poder sobre ti. No digo que dediques 119 hora, ni siquiera 98, pero te das cuenta qué lejos estás con esas 40 horas, como para decir que no tienes tiempo.
- Pero, -protestó José- ¿qué pretendes, que me convierta en un adicto al trabajo?.

HUELLAS AZULES II

- Es cierto, se habla de que el trabajo es una adicción que hay que evitar. Que si supera cierto tope, cierto límite en la cantidad de horas trabajadas, eres un adicto al trabajo. Pero yo no puedo pensar que dedicar la vida a cumplir el objetivo para el cual viniste a este planeta, o sea tu autorealización, sea una adicción, ni que se deba llamar trabajo. Es más, creo que Jesús tenía una actividad de día completo, siete días a la semana, y no sé de nadie que lo haya tildado de "adicto al trabajo" y que le hayan sugerido que trabajase menos y que se ocupase de otros intereses. Lo que no tienes, José, es el motivo suficiente para pasar esa barrera imaginaria que te has puesto respecto a tus tiempos. Si lo descubrieses, al mismo tiempo descubrirías el poder que hay en ti. Y el poder puede ser definido como la capacidad para transformar la realidad. Tú puedes transformar tu realidad, tú puedes salir de la trampa en la que te metiste, salir de este trabajo que te atrapa, esa es tu responsabilidad en todo esto.

- Pero yo tengo un nivel de gastos, un nivel de vida que no puedo bajar, yo vivo al día -dijo José a modo de disculpa.

- O sea que la excusa es que no puedes dejar el empleo, porque necesitas ese ingreso ¿no es cierto?

- No es una excusa -se defendió José, y agregó- pero, si espero unos años seguramente mi jefe se jubilaría, me darían su puesto, y yo tendría otro nivel de ingresos y entonces podría...

Carlos lo interrumpió:

- No te engañes, si no haces un cambio interior, no importa cuánto ganes, no importa cuánto esperes, no llegarás nunca a estar en paz contigo. No te das cuenta -prosiguió Carlos- que con el nivel de gastos que tienes actualmente, has invertido los roles de tu vida: En vez de hacer lo que te gusta, de autorealizarte y luego gastar en consecuencia, haz quedado atrapado en una estructura de gastos que te obliga a trabajar en lo que no te gusta.

Luego, haciendo como si recapacitase respecto a los argumentos que había escuchado de José, dijo calmadamente:

- En parte tienes razón, al día de hoy no puedes prescindir de ese trabajo ni del ingreso que te proporciona, por lo tanto no es necesario que cambies ya de empleo.

- No entiendo -dijo José- ¿qué me estás proponiendo?

- Pues que podrías tener dos actividades como fue el caso de Baruch Spinoza, uno de los grandes filósofos, que vivió allá por el siglo XVII, y que durante una época de su vida vivió ganándose el sustento diario con el ejercicio de su profesión de óptico y pulidor de lentes, y así pudo dedicarse libremente a sus meditaciones especulativas. Dedicando sólo cierta cantidad de horas a "trabajar". Eso sí, si eliges hacer como él, debes cambiar tu actitud respecto al empleo actual. Debes empezar a agradecer al universo la actual fuente de tus ingresos, agradecer lo que tienes para luego tener más. Darte cuenta que a través de la bronca con tu trabajo, o con tu jefe, o con todos, no vas a arreglar nada, solo consumir en pocos minutos la energía que deberías usar luego para tus verdaderos intereses -Carlos tomó un poco de café y continuó- Cuentan que Sócrates, durante una guerra, tuvo que participar en distintos combates. Él era un filósofo, pero en vez de quejarse, de protestar, o de esconderse durante la batalla, eligió luchar valientemente. Luego cuando regresó a su ciudad volvió a sus actividades, y sin quejarse de la experiencia que tuvo que vivir, siguió filosofando. O sea, dio lo mejor de sí, en cada situación de su vida. Pregúntate, entonces, mientras aún eliges estar en este empleo, si cumples con tus deberes, si das lo mejor de ti. Vamos ahora a otro tema: ¿qué trabajo o profesión quieres hacer?

José carraspeó un poco y dijo, dudando:

- Bueno, en realidad quiero cambiar de empleo, pero no sé realmente que trabajo querría hacer. Es que no estoy muy decidido respecto a lo que me gustaría hacer.

Carlos frunció el entrecejo y dijo con voz cortante:

- "Si no sabes donde quieres ir no importa qué camino tomes".
- Bueno -dijo José reaccionando- creo que quisiera ser Asesor de seguros, es una vida fácil y se gana bien.
- Entonces apliquemos, a este empleo el test del jubilado -replicó Carlos sonriendo.
- ¿Cómo es eso? -preguntó José intrigado.
- Es simple; tienes que imaginarte que estás trabajando de lo que elegiste, en este caso "asesor de seguros", ¿puedes imaginarlo?
- Si, me estoy viendo.
- Bueno ahora visualiza que te llegó la edad para jubilarte y que vas a percibir una jubilación muy importante que te permite vivir holgadamente, ¿te puedes ver?.
- Si.

Carlos esperó que José recreara bien esa imagen, y luego preguntó de golpe:

- ¿Qué haces: sigues trabajando o te conviertes en un jubilado?
 - Me convierto en un jubilado, por supuesto, -contestó de inmediato José, alegre con la visualización- y me dedico a disfrutar de la vida.
 - Entonces, -dijo Carlos secamente-, "el test" dice que no elegiste bien la profesión, pues cuando la eliges correctamente la ejerces con tanto amor, que aunque cobrases una gran jubilación, la seguirías haciendo de por vida, e incluso gratis. Yo no me imagino a Leonardo Da Vinci dejando "su profesión" para jubilarse y "disfrutar de la vida".
- Esto hizo que el sueño de José se disolviese en el aire y lo trajese de nuevo a la realidad.
- Otro problema tengo ahora -dijo quejándose de tanta tarea- Tengo que descubrir cuál es la profesión que soporta el "test del jubilado".

Luego lo pensó un poco y dijo:

- Pero, de todos modos, si hago este cambio de trabajo, cuando logre materializar mi objetivo tendré como cincuenta años.

Carlos tomó una respiración profunda, buscando tener paciencia y le dijo:

- Leí que, una vez a una persona de 35 años le propusieron hacer una carrera universitaria, y él pensó que tardaría no menos de 10 años en terminarla, y que entonces se recibiría recién a los 45 años, lo que la desanimó. La otra persona luego de escucharla le contestó: igual vas a tener algún día 45 años y la diferencia va a ser que tengas un título universitario o no. La persona hizo la carrera. Tu caso es similar, un día tendrás cincuenta años, y la diferencia estará entre seguir haciendo esta vida o hacer la que realmente quieres.

Una vez, a un boxeador, en una pelea muy importante, de una trompada, lo tiraron al piso del ring; en ese momento, él tuvo que elegir entre dos opciones, seguir tirado en el piso lamentándose del golpe, o levantarse y seguir peleando. Si sigues trabajando en lo que no te gusta, del modo en que lo haces, es como si creyeras que la vida te golpeó y te arrojó al piso, y entonces ante ti se presentan las dos opciones; o te quedas tirado mirando televisión y quejándote de tu empleo, o te levantas y luchas para autorealizarte. Un gran filósofo, dijo una vez que en una simple "bellota" estaba contenido "un roble".

Carlos hizo una nueva pausa, miró a José a los ojos y le dijo:

- Deja de ser una bellota que se marchita al ras del piso, descubre el roble que hay en ti, crece, hunde profundamente las raíces en la tierra, y luego dirígete naturalmente hacia arriba, en una actividad de tiempo completo, y entonces, sin esfuerzos, sentirás que tus ramas están cada vez más cerca del cielo.

Cuentan que lo más importante de esa charla de café terminó ahí. Cuentan que José estuvo sometiendo distintas profesiones y actividades al "test del jubilado". Cuentan que durante un tiempo siguió trabajando en la empresa, se lo veía distinto, alegre al trabajar. Cuentan que tenía mucha energía y que parecía que, por todo lo que hacía, disponía de

un día de 30 horas. Cuentan muchas cosas de José. Pero lo que más cuenta, es que cuentan que fue feliz.

Referencia:

Deon, Dino R. (1998). **Los cuentos de Dino**. Revista crecimiento interior N° 50, año 5. España.

DINÁMICAS Y TÉCNICAS PARTICIPATIVAS

1.- Mi proyecto de Vida

OBJETIVOS	- Facilitar a los participantes pensar más profundamente en algunos de sus deseos y aspiraciones y lo que están haciendo para lograrlos.
MATERIALES	Hoja de trabajo "Mi Proyecto de Vida" para cada participante. Un lápiz para cada participante.
LUGAR	Aula Normal: un salón amplio bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan escribir.
TIEMPO	45 min.
INSTRUCCIONES	I. El Facilitador distribuye a los participantes la hoja de trabajo "Mi Proyecto de Vida". II. El Facilitador solicita a los participantes que contesten la hoja de trabajo y les indica que sean concretos y que omitan enunciados demasiado generales o vagos. IV. Terminada la actividad anterior, el Facilitador invita a los participantes a que voluntariamente compartan sus proyectos con el grupo. V. El Facilitador guía un proceso, para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido a su vida

2.- La línea de la Vida.

OBJETIVOS	- Incrementar conciencia de las influencias sociales en la formación de actitudes, creencias, valores y percepciones. - Examinar el desarrollo y crecimiento personal en el contexto de la historia política, movimientos sociales y cultura popular. - Compartir diferentes valores y orientaciones.
MATERIALES	Una copia de la Hoja de Trabajo de la línea de la vida para cada participante. Un lápiz para cada participante. Un papel bond y un marcador.
LUGAR	Amplio Espacio: un salón suficientemente grande para permitir que los grupos puedan trabajar sin interferencia entre unos y otros.

TIEMPO 90 min.

INSTRUCCIONES

- I. El Facilitador explica los objetivos del ejercicio y les da una breve orientación acerca de la importancia del tema respecto a las influencias sociales en la formación de valores, creencias, actitudes y percepciones. Las siguientes ideas pueden ser exploradas:
 - Las personas parecen apearse a diferentes grados de importancia y significado, producto de la época en que les toco vivir y la cultura social de su comunidad.
 - Los valores personales, creencias, actitudes y percepciones son resultado en parte de las condiciones sociales y económicas dominantes.
- II. El Facilitador entrega a cada participante una hoja en blanco y les solicita que la dividan a la mitad. En la parte superior derecha de la hoja. Les solicita, que escriban como título de la columna: Medio ambiente social y en la parte izquierda "Vida Personal".
- III. El Facilitador les explica que individualmente tendrán que poner en la columna Medio - Ambiente Social los eventos que fueron importantes para ellos, durante los últimos cinco años. Los participantes pueden incluir temas como: política, guerra, avances tecnológicos, música popular, cine, libros, deportes, u otra cosa.
- IV. En la columna Vida Personal los participantes mencionarán importantes eventos en sus propias vidas o en las vidas de personas cercanas a ellos, en esos cinco años descritos. Ejemplos: incluyen nacimientos, muertes, casorios, divorcios, colegio, cambios de trabajo, crisis, viajes, amistades, realizaciones y lo que guste.
- V. Al terminar el trabajo individual, el Facilitador divide a los participantes en subgrupos de cuatro a seis miembros cada uno, para compartir la información de sus Hojas de Trabajo de línea de vida. (Los intercambios son más productivos cuando en cada grupo se incluyen personas de edades variadas). Los participantes son instruidos a compartir información acerca de:
 - Similitudes y diferencias en sus experiencias y su significado.
 - La manera en que Eventos Públicos fueron experimentados. Un ejemplo puede ser el impacto de la crisis económica en la fe de los participantes y el sistema político.
 - Como diferencias en antecedentes son vistos como contribución a diferentes valores, percepciones, etc.
- VI. El Facilitador ahora dirige una discusión con el grupo completo. El Facilitador presenta un ejemplo de la variedad de experiencias presentadas en el grupo. Como ejemplos se pueden presentar eventos públicos que tienen una importancia especial para los miembros del grupo, diferencias y experiencias entre participantes de varias edades, y aprendizajes acerca de los modos en los cuales diferencias y experiencias contribuyen a conflictos y malos entendidos basados en diferentes valores, creencias, percepciones y actitudes.
- VII. El Facilitador consolida los puntos hechos durante la discusión y ayuda a los participantes a formular generalizaciones acerca del impacto social de eventos en la formación de actitudes personales.
- VIII. Los integrantes son instruidos a conscientizar las implicaciones de sus aprendizajes a situaciones cotidianas.

IX. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida

HOJA DE TRABAJO LA LÍNEA DE LA VIDA			
EDAD	PERIODOS DE SIETE AÑOS	MEDIO AMBIENTE	VIDA PERSONAL
Nacimiento a 7 años	.	.	.
8 años a 14 años	.	.	.
15 años a 21 años	.	.	.
22 años a 28 años	.	.	.
29 años a 35 años	.	.	.
36 años a 42 años	.	.	.
43 años a 49 años	.	.	.
50 años a 56 años	.	.	.
57 años a 63 años	.	.	.
64 años a 70 años	.	.	.

TEMA 4: EL HUELLISTA QUE NECESITA EL PAÍS

VÍDEO

Título: ¿Tienes el valor? O ¿Te vale?

Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=DINnuawtf8A>

Descripción: Campaña de Televisa para tratar de difundir valores.

Título: Participación Ciudadana: clave para el desarrollo.

Enlace: http://www.youtube.com/watch?v=HDFUoWr_Fts&feature=related

Descripción: ALBOAN, la ong de cooperación al desarrollo de los jesuitas, lanza su primer audiovisual de formación para la solidaridad. El tema de hoy Participación Ciudadana. ¡Porque una sociedad organizada puede mejorar su futuro!

CANCIONES

Mi tierra - Juanes

Geografía - Oreja de Van Gogh

A Venezuela - Juan Carlos Lucena

Ya no estamos solos – Eros Ramazotti y Ricky Marti

Es tiempo de cambiar – Juanes

Sueño – Juanes

La historia de Juan – Juanes

Rosario Tijeras - Juanes

LECTURAS COMPLEMENTARIAS

Un Hombre de Éxito

Carlos Slim

En la Revista PODER, de noviembre del 2002, el Mexicano Carlos Slim, el hombre más rico de América Latina respondió una pregunta, acerca del significado del éxito. Parece conveniente revisar la respuesta de este connotado empresario, sobre este interesante tema, en esta época de reflexión y paz.

Yo creo que el éxito no está en lo económico. Una persona no es de éxito porque le va bien en los negocios o le va bien profesionalmente o saca 10 en la escuela. Creo que eso es lo que menos vale. Lo que vale es tener los pies en la tierra, la familia – el concepto de familia, los amigos; apreciar las cosas que tienen valor verdadero, no solo material, no físico necesariamente. Pienso que a este concepto bien le puedo añadir una reflexión que me regaló mi madre:

El éxito no tiene que ver con lo que mucha gente se imagina. No se debe a los títulos nobles y académicos que tienes, ni a la sangre heredada o la escuela donde estudiaste. No se debe a las dimensiones de tu casa o de cuantos carros quepan en tu garaje. No se trata de si eres jefe o subordinado; o si eres miembro prominente de clubes sociales. No tiene que ver con el poder que ejerces o si eres un buen administrador o hablas bonito, o si las luces te siguen cuando lo haces. No es la tecnología que empleas. No se debe a la

HUELLAS AZULES II

ropa que usas, ni a los grabados que mandas bordar en tu ropa, o si después de tu nombre pones las siglas deslumbrantes que definen tu estatus social. No se trata de si eres emprendedor, hablas varios idiomas, si eres atractivo, joven o viejo.

El éxito... se debe a cuánta gente te sonrío, a cuánta gente amas y cuántos admiran tu sinceridad y la sencillez de tu espíritu. Se trata de si te recuerdan cuando te vas. Se refiere a cuánta gente ayudas, a cuánta evitas dañar y si guardas o no rencor en tu corazón. Se trata de que en tus triunfos estén incluidos tus sueños; de si tus logros no hieren a tus semejantes. Es acerca de tu inclusión con otros, no de tu control sobre los demás.

Es sobre si usaste tu cabeza tanto como tu corazón, si fuiste egoísta o generoso, si amaste a la naturaleza y a los niños y te preocupaste de los ancianos. Es acerca de tu bondad, tu deseo de servir, tu capacidad de escuchar y tu valor sobre la conducta. No es acerca de cuantos te siguen si no de cuantos realmente te aman. No es acerca de transmitir, si no cuantos te creen si eres feliz o finges estarlo. Se trata del equilibrio de la justicia que conduce al bien tener y al bien estar. Se trata de su conciencia tranquila, tu dignidad invicta y tu deseo de ser más, no de tener más.

Tomado de Pirámide Digital. Disponible en:

<http://www.piramidedigital.com/Tips/motivacion/hombresdeexito.htm>

DINÁMICAS Y TÉCNICAS PARTICIPATIVAS

1.- La Comunidad ideal

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">- Reflexionar sobre la necesidad de una Investigación participativa previa y una adecuada interacción con un grupo y/o comunidad, para llegar a la planificación organizativa de la misma.- Identificar los tipos de información necesarios que nos permitan conocer más integralmente la realidad.
MATERIALES	30 tarjetas del mismo tamaño (10 verdes, 10 azules, 10 amarillas) Hojas de rotafolio. Marcadores.
LUGAR	Aula Normal: un salón amplio y bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan estar cómodos
TIEMPO	45 min.
INSTRUCCIONES	<p>I. Debe escribirse en las tarjetas la siguiente información:</p> <p>VERDES:</p> <ul style="list-style-type: none">- La comunidad está dominada por un terrateniente.- 35% son niños y 40% son jóvenes.- No hay servicio de salud en la comunidad.- Hay 5 cantinas.- Al oriente hay 3 ojos de agua, pero no hay servicio público.- El 80% de los adultos son analfabetos.- Se cultiva maíz en la región.- Somos cerca de 10,000 habitantes <p>AZULES:</p> <ul style="list-style-type: none">- Nuestra comunidad es fea.- Tenemos muchos problemas.- Los hombres son muy borrachos.- Somos muy ignorantes.- Somos muy poco participativos.- Hay muchos perezosos que no les gusta trabajar.- Las mujeres no trabajan.- Nuestra comunidad es pequeña. <p>AMARILLAS:</p> <ul style="list-style-type: none">- Hace 15 años mataron a 30 campesinos por líos de tierras.- Los primeros pobladores fueron indígenas.- Hace 5 años llegó la única maestra que tenemos.- Todos somos católicos.- Celebramos la fiesta de Santo domingo.- Las mujeres tenemos una pequeña cooperativa de telares.- Desde niños cultivamos la tierra.- Los viejos de la comunidad saben hablar todavía la lengua indígena. <p>II. Se debe seleccionar a un pequeño grupo de participantes, sin que el resto se de cuenta, para que jueguen el rol de la comunidad, entre ellos</p>

HUELLAS AZULES II

se distribuirán las tarjetas anteriormente elaboradas

III. En plenario, para iniciar, se pedirá la participación de 5 ó 7 voluntarios, a quienes se les indicará que ellos son un equipo promotor que llega a una determinada comunidad y que de lo que se trata es planificar esa Comunidad Ideal. Se les debe advertir que toda la información necesaria para dicho trabajo se encuentra ahí mismo en la asamblea. Puede dejársele al alcance el rotafolio y un marcador.

IV. Comúnmente el primer grupo de voluntarios diseña la comunidad sin ningún orden, a veces hasta la dibujan en el rotafolio a espaldas del grupo.

La coordinación deberá participar ingeniosamente, motivando a quienes juegan el rol de la comunidad, a que opinen sobre el trabajo del equipo promotor, o a que exijan su derecho a ser tomados en cuenta.

V. Se dará oportunidad de pasar a otro equipo de voluntarios en la medida en que se observe que se haya iniciado un proceso de interacción entre los promotores y la comunidad imaginaria.

VI. El desarrollo de la táctica se va dando a través de que cada grupo de voluntarios vaya superando los errores de los anteriores equipos; es decir, motive la participación de la comunidad y reconozca, más o menos, ordenadamente la información que ésta le proporciona.

VII. Se reflexionará el proceso, cuando se juzgue que exista una abierta relación entre el equipo promotor y la comunidad, ambos tratando de encontrar una planificación adecuada en las necesidades reales.

VIII. Para iniciar la reflexión debe permitirse la expresión vivencial de los participantes, luego tratar de reconstruir las etapas importantes de la técnica, es decir, las distintas acciones realizadas por los diferentes equipos promotores.

IX. El instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

2.- El Objetivo

OBJETIVOS	Ayudar a reconocer la necesidad de la unidad de los diferentes sectores sociales de una organización o comunidad (obrero, campesinos, intelectuales, etc.), y sus diferentes expresiones organizativas, en función de buscar un objetivo común.
MATERIALES	Mecate o cuerda gruesa de unos 10 metros de largo. Tres pañuelos para vendar los ojos. Seis mecates cortos y delgados de un metro cada uno para amarrar los pies. Cinco tablitas de madera de igual tamaño, algunos clavos medianos y un martillo, para poder representar al sector obrero. Un pedazo de cartulina (de igual tamaño que las tablas) y algunos marcadores, que simbolizen a los intelectuales.
LUGAR	Aula Normal: Un salón amplio y bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan estar cómodos.
TIEMPO	30 min.
INSTRUCCIONES	<p>I. Se solicitan 9 voluntarios (as) del grupo de participantes.</p> <p>II. Los voluntarios (as) se dividen en grupos pequeños de tres y cada uno de estos grupos se coloca en el vértice o ángulo de un triángulo imaginario, (que luego se hará con la cuerda) que está dentro del círculo del grupo grande de participantes. Los voluntarios deben mirar a ese grupo.</p> <p>III. A los 9 voluntarios de los tres grupos que forman el triángulo, se les circunda o rodea por la cintura con el mecate largo, conservando cada grupo su lugar correspondiente.</p> <p>IV. En el orden de izquierda a derecha, se procede a vendar los ojos al primero de cada grupo; después, al segundo se le amarran los pies y al tercero se le deja libre.</p> <p>V. Estando ya los grupos listos y en sus posiciones, el Facilitador se coloca al frente de uno de los grupos y tomando las frutas en sus manos, procede a mostrárselas a todos los participantes, diciendo: Este es <u>SU</u> OBJETIVO, evidenciando que está dirigiéndose a todos los voluntarios. (Enfatiza con la voz su objetivo, pero con la mímica, se dirige a todos; no sólo al grupo que tiene enfrente.)</p> <p>VI. Se dirige a los tres grupos, se los muestra y dice ESTE ES SU OBJETIVO (Enfatiza con la voz su objetivo, pero con la mímica, se dirige a todos; no solo al grupo que tiene enfrente). Nuevamente, sin decir más coloca a metro y medio de ese grupo las tablitas, los clavos y el martillo.</p> <p>Por último colocándose frente al grupo restante, muestra a todos la cartulina y los marcadores diciendo: Este es SU OBJETIVO. Y los coloca a metro y medio del grupo. Hace los mismos énfasis y ademanes.</p> <p>VII. Después, dirigiéndose a todos dice: Bien ahora se trata de que consigan EL OBJETIVO, no pueden hablar y tiene sólo 3 minutos. El</p>

juego termina cuando se logra **EL OBJETIVO**. Se enfatiza **el** y no hay que mencionar para nada que **se ganará** o cualquier otra expresión que invite a la competencia.

Los tres grupos deben actuar con libertad, pero debe procurarse evitar la violencia. La asamblea por su parte, debe guardar silencio y observar la dinámica.

Suele suceder (por la inercia competitiva y la estructura física del juego) que cada grupo particular, trata instintivamente de alcanzar lo que cree que es **SU OBJETIVO** (el que está enfrente), olvidándose que ese también fue señalado como objetivo de todos y que se ha hecho distinción entre **SU Y EL OBJETIVO**.

VIII. Pasado el tiempo (manejado con libertad por el Facilitador pero siendo breve), el Facilitador debe indicar que se pare el juego, y preguntar a los participantes y observadores si consideran que se ha logrado **EL OBJETIVO**. Lo más probable es que haya diversas opiniones, el coordinador podrá sugerir la incorporación de alguno de los que opinan que no, sustituyendo a quien querrá salir de los participantes, o continuar con el grupo inicial.

IX. Así se pasa a un segundo momento en que se vuelve a dar un límite de tiempo, pero ahora se les permite hablar a los participantes. Es probable que vuelvan a la misma situación competitiva, o bien, que busquen algún tipo de solución colectiva, como por ejemplo buscar uno a uno **los objetivos**, sin modificar las condicionantes existentes.

X. Pasado este segundo momento, el Facilitador vuelve a preguntar a la Asamblea si ya se ha logrado **EL OBJETIVO**. Si vuelve a haber contradicción o consenso de que no, se pasa a un tercer momento, donde se vuelve a dar un tiempo limitado. Se puede seguir incorporando e intercambiando participantes en estas etapas, siguiendo atentamente la dinámica del grupo.

XI. Cuando se considere que ya el grupo se ha estancado, o bien que ha logrado **EL OBJETIVO**, se inicia la reflexión. Como primer nivel de reflexión se les pide a los voluntarios que expresen los sentimientos que en ellos generó la dinámica. Se pueden analizar las actitudes y los roles de los individuos y grupos en el juego y su semejanza con la realidad y cómo actúan los grupos sociales, las organizaciones, los sectores.

A la par de lo anterior, puede irse reconstruyendo la dinámica para analizar el significado de las diferentes etapas o momentos, o de los símbolos utilizados (frutas, mecatres, clavos, etc.).

En el momento oportuno se pregunta nuevamente: **¿SE CUMPLIÓ EL OBJETIVO?** y se puede analizar qué se pudo haber hecho, por qué se cumplió o no, que faltó, etc.

El máximo nivel de alcance de **EL OBJETIVO**, se daría cuando el grupo logra en forma consciente el conseguir, sin competencia. Los Objetivos Parciales, liberarse de las limitaciones (cuerdas, vendas, etc.) y hacer uso colectivo de los símbolos, como comer la fruta, escribir algún mensaje producir algo con la madera y los clavos....

Entre otros puntos que pueden analizarse están los siguientes:

¿Qué obstáculos existen cuando los grupos de trabajo buscan una meta?, ¿cómo se superan?

¿Qué relación hay entre **EL OBJETIVO** buscado en la dinámica y el cumplimiento de los objetivos que persiguen nuestras organizaciones?

¿Que necesidad hay de **UNIDAD** y coordinación entre las diferentes organizaciones populares para lograr conseguir nuestro **OBJETIVO COMÚN**, es decir, construir conjuntamente una nueva sociedad?
¿Cómo lograr esta Unidad y esta Coordinación?
XII. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

TEMA 5: PREPARANDO LOS EJERCICIOS ESPIRITUALES

VÍDEOS

Título: Principio y fundamento de los ejercicios espirituales de San Ignacio

Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=HmActQJyKW4>

Descripción: Presentación de frases que explican el principio y fundamento de San Ignacio, explicando el fin por el cual somos creados y la visión del creador sobre el mundo. EE.EE 102.106.

Título: Espiritualidad Ignaciana

Enlace 1: <http://www.youtube.com/watch?v=qs-wR9oKT10>

Enlace 2: <http://www.youtube.com/watch?v=75geBmMiOOU>

Descripción: Vídeo sobre espiritualidad ignaciana.

CANCIONES

Puede ser – Oreja de Van Gogh y el canto del loco.

Tu Amor hace Eco en todo Mi Universo – Rojo

Lo que soy – Demi Lobato

Escucharte Hablar – Marcos Witt

Si conocieras como te amo – Hna. Glenda

Alfarero – Hna. Glenda

Me has seducido Señor – Kairoi

Háblame – Kairoi

Tú mirada – Marcos Witt

Más que palabras – Marcos Witt

LECTURAS COMPLEMENTARIAS

Conversación Con Dios

Autor desconocido

HOMBRE: Padre Nuestro que estás en los cielos

DIOS: Si... Aquí estoy..

HOMBRE: Por favor... no me interrumpa. ¡Estoy rezando!

DIOS: ¡Pero tú me llamaste!..

HOMBRE: ¿Llamé? No llamé a nadie. Estoy rezando.... Padre Nuestro que estás en los cielos...

DIOS: ¡¡¡Ah!!! Eres tú nuevamente.

HOMBRE: ¿Cómo?

DIOS: ¡Me llamaste! Tú dijiste: Padre Nuestro que estás en los Cielos. Estoy aquí.
¿En qué te puedo ayudar?

HOMBRE: Pero no quise decir eso. Estoy rezando. Rezo el Padrenuestro todos los días, me siento bien rezando así. Es como cumplir con un deber. Y no me siento bien hasta cumplirlo.

DIOS: Pero ¿cómo puedes decir Padre Nuestro sin pensar que todos son tus Hermanos, ¿Cómo puedes decir que estás en los cielos, si no sabes que el cielo es paz, que el cielo es amor a todos...?

HOMBRE: Es que realmente no había pensado en eso.

DIOS: Pero..... prosigue tu oración.

HOMBRE: Santificado sea tu nombre...

DIOS: ¡Espera ahí! ¿Qué quieres decir con eso?

HOMBRE: Quiero decir... quiero decir... lo que significa. ¿Cómo lo voy a saber? Es parte de la oración. ¡Sólo eso!

DIOS: Santificado significa digno de respeto, santo, sagrado.

HOMBRE: Ahora entendí. Pero nunca había pensado en el sentido de la palabra SANTIFICADO. 'Venga a nosotros tu reino, hágase tu voluntad, así en la tierra como en el cielo...'

DIOS: ¿Estás hablando en serio?

HOMBRE: ¡Claro! ¿Por qué no?

DIOS: ¿Y que haces tú para que eso suceda?

HOMBRE: ¿Cómo qué hago? ¡Nada! Es que es parte de la oración. Hablando de eso.... sería bueno que el Señor tuviera un control de todo lo que acontece en el cielo y en la tierra también.

DIOS: ¿Tengo control sobre ti?

HOMBRE: Bueno..... ¡Yo voy a la iglesia!

DIOS: ¡No fue eso lo que te pregunté! ¿Qué tal el modo en que tratas a tus hermanos, la forma en que gastas tu dinero, el mucho tiempo que das a la televisión, las propagandas por las que corres detrás, y el poco tiempo que me dedicas a Mi?

HOMBRE: Por favor, ¡Para de criticar!

DIOS: Disculpa. Pensé que estabas pidiendo que se haga mi voluntad. Si eso fuera a acontecer... ¿Qué hacer con aquellos que rezan y aceptan mi voluntad, el frío, el calor, la lluvia, la naturaleza, la comunidad....?

HOMBRE: Es cierto, tienes razón. Nunca acepto tu voluntad, pues reclamo por todo. Si mandas lluvia, pido sol... si mandas sol me quejo del calor, si mandas frío, continuo reclamando; pido salud, pero no cuido de ella, dejo de alimentarme o como mucho.

DIOS: Excelente que reconozcas todo eso. Vamos a trabajar juntos tú y yo. Vamos a tener victorias y derrotas. Me está gustando mucho tu nueva actitud.

HOMBRE: Oye Señor, preciso terminar ahora, esta oración está demorando mucho más de lo acostumbrado. Continúo...'el pan nuestro de cada día dánoslo hoy'...

DIOS: ¡Para ahí! ¿Me estás pidiendo pan material? No solo de pan vive el hombre sino también de Mi Palabra. Cuando Me pidas el pan, acuérdate de aquellos que no lo tienen. ¡Puedes pedirme lo que quieras, deja que me vea como un Padre amoroso! Estoy interesado en la última parte de tu oración, continúa...

HOMBRE: 'Perdona nuestras ofensas, como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden....'

DIOS: ¿Y tu hermano despreciado?

HOMBRE: ¿Ves? Oye Señor, él me criticó muchas veces y no era verdad lo que decía. Ahora no consigo perdonarlo. Necesito vengarme.

DIOS: Pero... ¿Y tu oración? ¿Qué quieres decir con tu oración? Tú me llamaste y estoy aquí, quiero que salgas de aquí transformado, me gusta que seas honesto.

Pero no es bueno cargar con el peso de la ira dentro de ti! ¿Entiendes?

HOMBRE: Entiendo que me sentiría mejor si me vengara.

DIOS: ¡No! Te vas a sentir peor. La venganza no es buena como parece.. Piensa en la tristeza que me causarías, piensa en tu tristeza ahora. Yo puedo cambiar todo para ti. Basta que tú lo quieras.

HOMBRE: ¿Puedes? ¿Pero cómo?

DIOS: Perdona a tu hermano, y Yo te perdonaré a ti y te aliviaré.

HOMBRE: Pero Señor... no puedo perdonarlo.

DIOS: ¡Entonces no me pidas perdón tampoco!

HOMBRE: ¡Estás acertado! Pero solo quería vengarme, quiero la paz Señor.. Está bien, está bien: perdono a todos, pero ¡ayúdame Señor! Muéstrame el camino a seguir.

DIOS: Esto que pides es maravilloso, estoy muy feliz contigo. Y tú... ¿cómo te estás sintiendo?

HOMBRE: ¡Bien, muy bien! A decir verdad, nunca me había sentido así. Es muy bueno hablar con Dios.

DIOS: Ahora terminemos la oración... prosigue...

HOMBRE: 'No nos dejes caer en la tentación y líbranos del mal...'

DIOS: Excelente, voy a hacer justamente eso, pero no te pongas en situaciones donde puedas ser tentado.

HOMBRE: Y ahora... ¿Qué quieres decir con eso?

DIOS: Deja de andar en compañía de personas que te llevan a participar de cosas sucias, secretas. Abandona la maldad, el odio. Todo eso te lleva al camino errado. No uses todo eso como salida de emergencia.

HOMBRE: ¡No te entiendo!

DIOS: ¡Claro que entiendes! Has hecho conmigo eso varias veces. Vas por el camino equivocado y luego corres a pedirme socorro.

HOMBRE: Tengo mucha vergüenza, perdóname Señor.

DIOS: ¡Claro que te perdono! Siempre perdono a quien está dispuesto a perdonar también. Pero cuando me vuelvas a llamar acuérdate de nuestra conversación, medita cada palabra que dices. Termina tu oración.

HOMBRE: ¿Terminar? Ah, sí, 'AMEN!'

DIOS: ¿Y qué quiere decir 'Amén'?

HOMBRE: No lo sé. Es el final de la oración.

DIOS: Debes decir AMEN cuando aceptas todo lo que quiero, cuando concuerdas con mi voluntad, cuando sigues mis mandamientos, porque AMEN quiere decir ASÍ SEA , estoy de acuerdo con todo lo que oré.

HOMBRE: Señor, gracias por enseñarme esta oración, y ahora gracias también por hacérmela entender.

DIOS: Yo amo a todos mis hijos, pero amo más a aquellos que quieren salir del error, a aquellos que quieren ser libres del pecado. ¡Te bendigo, y permanece en mi paz!

HOMBRE: ¡Gracias Señor! ¡Estoy muy feliz de saber que eres mi amigo!

DINÁMICAS Y TÉCNICAS PARTICIPATIVAS

1.- El Sabio de la Montaña

OBJETIVOS	Identificar y explorar los valores, creencias e intereses personales.
MATERIALES	30 tarjetas del mismo tamaño (10 verdes, 10 azules, 10 amarillas) Hojas de rotafolio. Marcadores.
LUGAR	Amplio Espacio: aula normal amplia e iluminada acondicionada con sillas cómodas y/o alfombra donde se puedan recostar los participantes.
TIEMPO	30 min.
INSTRUCCIONES	<p>I. El Facilitador solicita a los participantes que se sienten (o acuesten) en forma cómoda y relajada, con voz suave les invita a cerrar los ojos y conectarse cada uno con sigo mismo.</p> <p>II. El Facilitador, con voz baja y lenta, les solicita que presten atención a su respiración, que sean conscientes de que: Inhalan - exhalan, inhalan - exhalan.</p> <p>III. El Facilitador pide a los participantes que traten de relajarse. Que cuenten hasta 10 y al contar tomen todo el aire que puedan.</p> <p>IV. Les pide retener el aire y contar (con el aire retenido) hasta 10.</p> <p>V. El Facilitador indica a los participantes que exhalen el aire mientras cuentan hasta 10.</p> <p>VI. El Facilitador solicita a los participantes que repitan este ejercicio 5 veces.</p> <p>VII. Mientras los participantes repiten el ejercicio, el Facilitador susurra: "Relájense más, relájense, más y más relajados"</p> <p>VIII. El Facilitador invita a los participantes a realizar una excursión imaginaria a la montaña donde habita un sabio milenario a quien mucha gente consulta.</p> <p>IX. Les pide que imaginen estar a las faldas de la montaña y como inician su camino hasta llegar a lo alto, frente a la casa del sabio. Imaginen que el sabio sale a recibirlos y los invita a pasar a su vivienda; les enseña cómo vive y el secreto de su sabiduría, les da una palabra mágica y un talismán para desempeñar su tarea con placer. ¿Cómo es el sabio? ¿Cómo es su vivienda?</p> <p>X. El Facilitador indica a los participantes que se despidan y regresen lentamente a la situación actual.</p> <p>XI. El Facilitador pide a los participantes que abran los ojos.</p> <p>XII. El Facilitador y el grupo en sesión plenaria, comentan las experiencias de este viaje imaginario. Los participantes comentan que palabra mágica y que talismán se imaginaron cada uno y por qué los seleccionaron.</p> <p>XIII. El Facilitador invita a los participantes a reflexionar sobre el aprendizaje que les dejó este ejercicio.</p> <p>XIV. El Facilitador guía un proceso, para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido a su vida.</p>

2.- Collage de Reforzamiento

OBJETIVOS	Reafirmar el conocimiento del grupo con relación a un tema.
MATERIALES	Revistas y periódicos viejos para cada subgrupo, cartulinas u hojas de rotafolio para cada subgrupo, plumones, marcadores o crayones para cada subgrupo, pegamento para papel para cada subgrupo, tijeras para cada subgrupo.
LUGAR	Aula Normal: un salón amplio y bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan trabajar en subgrupos
GRUPO	Dividido en subgrupos de 4 a 5 participantes.
TIEMPO	30 min.
INSTRUCCIONES	<p>I. El instructor forma subgrupos y pide a los participantes que sobre el tema que se ha presentado en clase, presenten lo que aprendieron en forma de "Collage".</p> <p>II. Una vez elaborado el "collage", cada subgrupo lo presenta al plenario.</p> <p>III. Se le pide a los miembros de los otros subgrupos que hagan una interpretación de lo que les parece que da a entender el "collage". (Es importante el proceso de "descodificación" del collage por parte del plenario, porque permite ir introduciendo el tema y captar en toda su riqueza el contenido que se ha plasmado de forma simbólica).</p> <p>IV. Luego, el subgrupo que elaboró el "collage", explica en plenario la interpretación que ellos le dieron a cada símbolo.</p> <p>V. El instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.</p>

TEMA 6: NOVIAZGO Y FAMILIA

VÍDEOS

Título: Cuando me enamoro

Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=Ctj6vUuRjvY>

Descripción: Vídeo musical que explica los sentimientos que afloran en el noviazgo.

CANCIONES

- Se quiere se mata – Shakira
- Ana – Maná (caso de una chica embarazada)
- Vamos a Vivir – Isa TKM

LECTURAS COMPLEMENTARIAS

¿QUÉ ES EL AMOR?

Por: Antonio Pérez Esclarín

El pasado domingo, día 14 de febrero, celebramos el día del amor y la amistad, pero ¿cuál es el amor que celebramos? ¿Qué es para nosotros el amor? Hago estas preguntas porque estoy convencido de que si bien hoy todo el mundo habla de amor, nos estamos volviendo incapaces de amar. Este es el tema que desarrollo en mi último libro “Educar es enseñar a amar” (S. Pablo, 2009). Por ello, aquí sólo abordaré algunas cuestiones esenciales.

Con frecuencia, el supuesto amor no pasa de ser un mero gustar, un “caer bien”, una simple atracción, un sentimiento, un deseo de posesión. Por confundir al amor con una emoción o un simple sentimiento, muchas personas se enamoran y desenamoran con una gran facilidad, pues los sentimientos suben y bajan, aparecen y desaparecen, son volubles, inconstantes.

Pero si el amor no es nada de esto, ¿qué es entonces el amor? Intentaremos responder esta pregunta valiéndonos de la definición de Aristóteles en su Retórica: *Amar es querer el bien para el otro en cuanto otro.*

El amor es, en primer lugar, un acto de la voluntad. Implica decisión, elección, mucho coraje y capacidad de entrega y sacrificio para mantenerse firmes en esa decisión. Es un ejercicio supremo de la libertad. Un amor sin voluntad es un amor inmaduro, frívolo, superficial, trivial, un mero sentimiento que va y viene según soplen los vientos. Es el pseudoamor de la vida light, sin hondura, sin exigencia, sin compromiso, que va mariposeando de cuerpo en cuerpo sin adentrarse en el alma de las personas.

El amor, como todo lo que está vivo, o crece o muere. El amor vence a la muerte, pero la rutina y el descuido vencen al amor. De ahí la necesidad de alimentarlo todos los días con detalles, con gestos, con sonrisas, con atenciones, con palabras..., apartando todo lo que pueda debilitarlo o dañarlo. El fracaso de muchos matrimonios se debe a que no siguen alimentando al amor, no siguen enamorando cada día al ser querido, por eso lo dejan morir de inanición. .

Amar a una persona significa preocuparse y ocuparse por su bienestar, por su realización, por su felicidad. Quien ama quiere lo mejor para la persona que ama. ¿Cómo puede decirte alguien “te amo” y después maltratarte, engañarte, abusar de ti, humillarte y faltarte al respeto? Pero amar no es alcahuetear, consentir, sobreproteger, sino ayudar a la persona a crecer, a superarse, a ser mejor, más libre, con más capacidad de amar. El amor no es ni permisivo ni autoritario. La permisividad lleva al capricho, y el autoritarismo a la timidez o la agresividad. Por eso, el amor abraza, pero no retiene. No genera dependencia, sino que da alas a la libertad.

Amar es perseguir el bien del otro no por mí, sino por él. No es un amor interesado para obtener beneficios o ventajas. No es un “te quiero” porque así obtengo un carguito para mí o para mis hijos, o porque me otorgas seguridad, bienestar, prestigio, placer. El amor significa la afirmación, no la posesión o utilización del ser amado. El amor confiere a la persona amada la libertad de ser ella misma. No manipula, no se aprovecha, sino que está pendiente de buscar el bien del otro, aunque ello suponga esfuerzos y acarree sufrimientos. Si el amor afirma la existencia de la persona amada, busca también su crecimiento y

perfección. Por eso alienta y colabora para que viva mejor y sobre todo sea mejor, como camino para que llegue a ser él o ella, para que alcance su plenitud y su felicidad. Quien ama de verdad no sólo ayuda a ser mejor al otro, sino que se esfuerza cada día por ser más bueno para así poder ser un mejor regalo para la persona que ama. Más que regalar cosas, se regala él, regala lo mejor de sí mismo: su tiempo, su atención, su sonrisa, su escucha, su vida. Lo mejor que pueden hacer los novios por sus novias, los esposos por sus esposas, los padres por sus hijos, los amigos por sus amigos, los profesores por sus alumnos, es intentar cada día ser mejores.

DINÁMICAS Y TÉCNICAS PARTICIPATIVAS

1.- Erase una vez un hombre y una mujer.

OBJETIVOS	Experimentar la creatividad e inventiva trabajando en grupo. Diagnosticar relaciones de noviazgo.
MATERIALES	Diarios o revistas, para cada subgrupo, tijeras, una por subgrupo, pegamento, por subgrupo.
LUGAR	Espacio Adicional: un salón amplio y bien iluminado, acondicionado con mesas en donde los participantes puedan trabajar en subgrupos y un espacio amplio para que los subgrupos puedan representar una obra teatral.
GRUPO	Dividido en subgrupos de 4 a 5 participantes.
TIEMPO	45 min.
INSTRUCCIONES	<ol style="list-style-type: none">I. El Facilitador divide al grupo en subgrupos de 5 participantes. (En el caso de utilizar este ejercicio para parejas, cada pareja formará un subgrupo)II. El Facilitador les distribuye a los subgrupos el material (Revistas, tijera y pegamento).III. El Facilitador les indica que la tarea que deberán realizar es crear una historieta, auxiliados de las revistas, escogiendo imágenes de un hombre y una mujer.IV. Cada subgrupo recorta, de las revistas, varias imágenes o fotografías. Tratando de combinar todos los cuadros recortados para crear una historia de un hombre y una mujer.V. Al término el Facilitador solicita a los subgrupos que preparen una obra de teatro con base en la historia que crearon,VI. El Facilitador reúne al grupo en sesión plenaria y solicita a los subgrupos que presenten su obra de teatro.VII. Al finalizar las presentaciones, el Facilitador junto con el grupo comentan la experiencia vivida en el ejercicio.VIII. El Facilitador guía un proceso, para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido a su vida.

2.- Expreso mis sentimientos

OBJETIVOS	Experimentar la creatividad e inventiva trabajando en grupo. Diagnosticar relaciones de noviazgo.
MATERIALES	Hojas de papel y lápiz para cada participante.
LUGAR	Aula Normal: un salón amplio y bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan trabajar en subgrupos
GRUPO	Dividido en subgrupos de 4 a 5 participantes.
TIEMPO	45 min.
INSTRUCCIONES	<p>I. El Facilitador pide a los participantes que digan los sentimientos que experimentan con más frecuencia (Tormenta de Ideas). El los anota en hoja de rotafolio. Estos suelen ser: Alegría, odio, timidez, tristeza, satisfacción, resentimiento, amor, celos, coraje, etc.</p> <p>II. El Facilitador integra subgrupos de 5 personas y les indica que cada uno de los miembros deberá expresar a las otras personas tantos sentimientos como pueda (10 minutos).</p> <p>III. Al terminar de expresar los sentimientos todos los miembros del subgrupo se analizan cuáles son los sentimientos que mejor expresan y en cuales tienen mayor dificultad. También se les puede solicitar detectar la postura emocional de la persona con relación a cualquiera de los siguientes modelos: Asertividad: agresivo, asertivo y no asertivo. Análisis transaccional: Padre, Adulto y Niño.</p> <p>V. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.</p>

TEMA 7: HUELLAS DORADAS

VÍDEOS

Título: Laicos

Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=4WID9zXImWg>

Descripción: sensibilización del trabajo laical en el mundo.

Título: Por qué lo harías

Enlace: http://www.youtube.com/watch?v=CGi5yCTi_AY&feature=related

Descripción: presentación vocacional a través de frases motivadoras.

Título: Voluntariado Magis 2010-1

Enlace: http://www.youtube.com/watch?v=5WTKJrHGyKY&feature=player_embedded

Descripción: programa de Voluntariado Jesuita que busca fomentar la sensibilidad social y la participación activa de los jóvenes a través de diferentes proyectos de ayuda a

poblaciones en situación de riesgo; y que incentiva no sólo la acción, sino también la reflexión continua de la realidad atendida.

LECTURAS COMPLEMENTARIAS

El Magis en San Ignacio

A.M.G.D. Ad Maiorem Dei Gloriam (A Mayor Gloria de Dios) es el lema de los jesuitas y de los ignacianos-as. Resume bien la espiritualidad ignaciana y el sentido del magis.

Magis significa más, mejor, mayor, superior, no muchas cosas, sino mucho, profundidad. Quiere decir arrojo, meter mano a lo difícil; no lo ordinario, sino lo extraordinario; no lo bueno, sino lo mejor. Significa sobresalir, señalarse, llamar la atención, originalidad, creatividad. El magis nunca se identifica con la mediocridad. No es cuestión de hacer más cosas, sino de discernir cuidadosamente lo que más conviene para el servicio de Dios. Es hacer las cosas- tal vez menos- pero con más hondura.

Se ve claro lo que es el magis en el discernimiento ignaciano. Discernir no es escoger entre el bien y el mal (para eso están los mandamientos) sino entre lo bueno y lo mejor. Si recorremos los Ejercicios Espirituales nos encontramos con muchos trazos del magis. Al comenzar, en el Principio y Fundamento, al proponer el fin del hombre, declara que se desee y elija "lo que más conduce para el fin que somos criados (Ej. No. 23). El mismo criterio aparece en la elección, segunda semana(Ej.179).

Hay una palabra que se repite mucho en los Ejercicios y que va en la dirección del magis. Es "conocimiento interno". En la Primera Semana, en el tercer ejercicio, nos sugiere que pidamos "interno conocimiento de mis pecados". En toda la Segunda Semana, al contemplar la vida de Cristo, hay que pedir interno conocimiento del Señor que por mi se ha hecho hombre, para que más le ame y le siga". En la Contemplación para alcanzar el amor ,Cuarta Semana, pedimos "conocimiento interno de tanto bien recibido, para que yo, enteramente reconociendo, pueda en todo amar y servir a su divina majestad". Interno conocimiento quiere decir ir más allá: no un conocimiento puramente intelectual, sino uno que llegue al corazón, que sea experiencial, vivencial, incluyendo toda la persona.

Todos los escritos de San Ignacio-Diario Espiritual, Autobiografía, Ejercicios Espirituales, Constituciones, Cartas- están llenos de esa aura del magis. En la séptima parte de las constituciones, dedicada a los ministerios de la Compañía de Jesús, da estas normas. Se han de escoger obras apóstólicas donde se dé mayor servicio de Dios, donde el bien que se haga sea más universal, se trabaje allí donde mayor sea la necesidad, se escojan ministerios donde se produzca mayor fruto apostólico. Y que siempre todo se haga a Mayor Gloria de Dios.

Cuando habla de los candidatos que van a entrar a la Compañía de Jesús, dice que no se escojan muchos, que se escojan bien. Que sean pocos, pero que puedan hacer grandes cosas. Corre por ahí el rumor de que todos los jesuitas son inteligentes. No es verdad. San Ignacio se fijaba, más que en la inteligencia, en el deseo de progresar, en la pasión por aprender, en el deseo de aventurarse a grandes cosas, en la convicción que tenía al candidato. Y esa es una nota de la formación de los jesuitas: aprender a hacer

las cosas no porque está mandado, sino porque yo veo lo que debo hacer, porque estoy apasionado por la otra.

El magis es el que ha hecho de los jesuitas una orden de vanguardia en la Iglesia. Así se lo reconoció y lo formuló admirablemente Pablo VI: "Dondequiera que en la Iglesia, incluso en los campos más difíciles y de primera línea, en los cruces de las ideologías, en las trincheras sociales, ha habido o hay confrontaciones entre las exigencias urgentes del hombre y el mensaje cristiano, allí han estado o están los jesuitas". El magis es para todos los ignacianos porque la espiritualidad ignaciana es más amplia que la espiritualidad jesuita.

Podemos resumir lo que es el magis en esta historia de Anthony de Mello. Un escritor llega al monasterio para escribir un libro acerca del Maestro. La gente dice que usted es un gran maestro. ¿Es verdad? Podríamos decir que sí contesta modestamente. ¿Y que le hace ser un gran maestro? La habilidad para reconocer, contesta. Reconocer, ¿qué? La mariposa en una oruga, el águila en un huevo, al santo en un ser humano egoísta.

Tomado de Voluntariado Jesuita magis. Disponible en: <http://ceipasj.tripod.com/LEIYL.html>

DINÁMICAS Y TÉCNICAS PARTICIPATIVAS

1.- Carretillas

OBJETIVOS	Vivenciar el trabajo en equipo Analizar los efectos de la competencia (ganar-perder) en las actitudes y sentimientos
MATERIALES	-
LUGAR	Al Aire Libre: Un lugar lo suficientemente grande para que los participantes se muevan libremente o un jardín o patio.
GRUPO	Dividido en subgrupos de 4 a 5 participantes.
TIEMPO	60 min.
INSTRUCCIONES	I. El Facilitador divide a los participantes en subgrupos. II. El Facilitador indica a los subgrupos que seleccionen un nombre para identificarse y elaboren utilizando su creatividad una porra para su equipo. III. El Facilitador marca una meta a unos 5 metros de la línea de salida. IV. Los equipos presentan, en plenario, su nombre y porra. V. El Facilitador pide a los equipos que se formen en fila, perpendicularmente a la línea de salida. VI. El Facilitador explica a los equipos que competirán entre sí en una carrera de carretillas. Para lo cual, la primera persona de la fila será la carretilla y el segundo de la fila lo empujara. Las carretillas se colocaran en el piso boca abajo y se recargarán con las manos en el suelo; los que empujan se pararán detrás y los tomarán de los tobillos, levantándolos hasta una posición en la que pueda caminar con las manos cómodamente. Una vez listos y al darse la señal, se dirigirán rápidamente (las carretillas caminando sobre las manos y los que los

HUELLAS AZULES II

detienen sosteniéndolos por los tobillos) hacia la meta y regresarán a la salida.

VII. Cuando la pareja llegue a la salida el que empuja se convertirá en carretilla y el tercero de la fila de cada equipo lo empujará. Ganará el equipo que, después de que todos sus integrantes hayan sido carretillas, llegue primero a la meta.

VIII. En sesión plenaria el Facilitador provoca el análisis y reflexión de la vivencia; y dirige la discusión para que los participantes conscienticen y generalicen el aprendizaje obtenido.

IX. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida

2.- El Gallinero

OBJETIVOS	Vivenciar el trabajo en equipo Analizar los efectos de la competencia (ganar-perder) en las actitudes y sentimientos.
MATERIALES	-
LUGAR	Al Aire Libre: Un lugar lo suficientemente grande para que los participantes se muevan libremente o un patio o jardín.
GRUPO	Dividido en subgrupos de 4 a 5 participantes.
TIEMPO	60 min.
INSTRUCCIONES	<p>I. El Facilitador divide a los participantes en subgrupos que tengan el mismo número de integrantes.</p> <p>II. El Facilitador indica a los subgrupos que seleccionen un nombre para identificarse.</p> <p>III. El Facilitador marca en el piso un círculo de aproximadamente 3 metros de diámetro (espacio adecuado para 20 participantes).</p> <p>IV. El Facilitador pide a todos los participantes colocarse dentro del círculo y ponerse en cuclillas. Una vez que se encuentran en esta posición, les solicita que se tomen de los tobillos usando ambas manos. Explica a los participantes que estando en esta posición, y durante tres minutos, trataran de tirarse unos a otros utilizando sólo los hombros y la espalda. Quedará fuera del juego la persona que se suelte los tobillos, se salga del círculo o caiga. El equipo que tenga más integrantes "vivos" al término de los tres minutos será el ganador.</p> <p>V. En sesión plenaria el Facilitador provoca el análisis y reflexión de la vivencia; y dirige la discusión para que los participantes conscienticen y generalicen el aprendizaje obtenido.</p> <p>VI. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se</p>

puede aplicar lo aprendido en su vida.

VARIACIONES:

I. Este ejercicio se puede realizar sin integrar equipos y compitiendo en forma individual.

II. También es posible que compita un solo miembro del equipo y los ganadores se enfrenten entre sí para elegir un campeón.

TEMA 8: NACER DE NUEVO

VÍDEOS

Título: Te amo más que a mí misma vida

Enlace: http://www.youtube.com/watch?v=YFwhF725198&playnext_from=TL&videos=IIAD-Ne5zzU&feature=grec

Descripción: Vídeo Musical

Título: Soy Creyente

Enlace: <http://es.gloria.tv/?media=47356>

Descripción: Vídeo musical

Título: Déjame nacer de nuevo

Enlace: http://www.youtube.com/watch?v=ISgSHxF_PXM

Descripción: Vídeo Musical

CANCIONES

LECTURAS COMPLEMENTARIAS

Vocación de Servicio

Los Valores Humanos de la Vida

Servir implica ayudar a alguien de una forma espontánea, es decir adoptar una actitud permanente de colaboración hacia los demás. Una persona servicial supone que traslada esta actitud a todos los ámbitos de su vida: en su trabajo, con su familia, ayudando a otras personas en la calle, cosas que aparecen como insignificantes, pero que van haciendo la vida más ligera y reconfortante. Es posible que recordemos la experiencia de algún desconocido que apareció justo cuando necesitábamos ayuda, que luego después de ayudarnos, se perdió y no supimos nada más.

Las personas que son serviciales están continuamente atentas, observando y buscando la oportunidad para ayudar a alguien. Siempre aparecen de repente con una sonrisa y las manos por delante dispuestos a ayudar, en todo caso, recibir un favor hace nacer en nuestro interior un profundo agradecimiento.

La persona servicial, ha superado barreras que parecen infranqueables para las otras personas:

- El miedo a convertirse en el que “siempre hace todo”, en el cual, las otras personas, descargarán parte de sus obligaciones, aprovechándose de su buena predisposición. Ser

servicial no es ser débil, incapaz de levantar la voz para negarse, al contrario, por la rectitud de sus intenciones sabe distinguir entre la necesidad real y el capricho.

- Muchas veces nos molestamos porque nos solicitan cuando estamos haciendo nuestro trabajo, o relajados en nuestra casa (descansando, leyendo, jugando, etc).

En estos momentos pensamos ¡Qué molesto es levantarse a contestar el teléfono, atender a quien llama la puerta, ir a la otra oficina a recoger unos documentos... ¿Por qué “yo” si hay otros que también pueden hacerlo?

En este sentido, poder ser servicial implica superar estos pensamientos y actitudes, en otras palabras, quien supera la comodidad, ha entendido que en nuestra vida no todo está en el recibir, ni en dejar la solución y atención de los acontecimientos cotidianos, en manos de los demás.

- A veces se presta un servicio haciendo lo posible por hacer el menor esfuerzo, con desgano y buscando la manera de abandonarlo en la primera oportunidad. Allí se manifiesta la pereza, que también impide ser servicial. Es claro que somos capaces de superar la apatía si el favor es particularmente agradable o de alguna manera recibiremos alguna compensación. ¡Cuántas veces se ha visto a un joven protestar si se le pide lavar el automóvil...! pero cambia su actitud radicalmente, si existe la promesa de prestárselo para salir con sus amigos.

Cada vez que ayudamos a alguien, por pequeño que sea, nos proporciona esa fuerza para vencer la pereza, dando a quienes nos rodean, un tiempo para atender otros asuntos o simplemente, descansar de sus labores cotidianas.

La base para vivir este valor es la rectitud de nuestras intenciones, porque es evidente cuando las personas actúan por interés o conveniencia, llegando al extremo de exagerar en atenciones y cuidados a determinadas personas, por su posición social o profesional, al grado de convertirse en una verdadera molestia. Esta actitud tan desagradable no recibe el nombre de servicio, sino de “servilismo”.

Algunos servicios cotidianos están muy relacionados con nuestros deberes y obligaciones, sin embargo, siempre lo relegamos a los demás o no tomamos conciencia de la necesidad de nuestra intervención:

- Pocos padres de familia ayudan a sus hijos a hacer los deberes escolares, pues es la madre quien siempre está pendiente de esa cuestión. Darse tiempo para hacerlo, permite al cónyuge dedicarse a otras labores.

- Los hijos no ven la necesidad de colocar la ropa sucia en el lugar destinado, si es mamá o la empleada del hogar quien lo hace regularmente.

Algunos otros detalles de servicio que pasamos por alto, se refieren a la convivencia y a la relación de amistad:

- No hace falta preocuparse por preparar la cafetera en la oficina, pues (él o ella) lo hace todas las mañanas.

- En las reuniones de amigos, dejamos que (ellos, los de siempre) sean quienes ordenen y recojan todo lo utilizado, ya que siempre se adelantan a hacerlo.

Estas observaciones nos demuestran que no podemos ser indiferentes con las personas serviciales, todo lo que hacen en beneficio de los demás requiere un esfuerzo, el cual muchas veces, pasa desapercibido por la forma habitual con que realizan las cosas.

Ello supone que, como muchas otras cosas en la vida, adquirir y vivir un valor, requiere estar dispuestos y ser conscientes de nuestras acciones, orientadas hacia ese objetivo. Al respecto debemos realizar algunas consideraciones:

- Realizar esfuerzos por descubrir aquellos pequeños detalles de servicio en lo cotidiano y en lo común: ceder el paso a una persona, llevar esos documentos en vez de esperar que lo haga otro, ayudar en casa a juntar los platos y lavarlos, mantener ordenado el cuarto o mis objetos personales en el trabajo. Estas actitudes nos capacitan para hacer un mayor esfuerzo en lo sucesivo.

- Nunca prestamos atención, pero los demás hacen muchas cosas por nosotros sin que solicitemos su ayuda. Cada una de estas pequeñas situaciones pueden convertirse en un propósito y una acción personal.

- Debemos dejar de pensar que “siempre me lo piden a mí”. ¿Cuántas veces te niegas a servir?... seguramente muchas y frecuentemente. Existe un doble motivo para esta insistencia, primero: que nunca ayudas, y segundo: se espera un día poder contar contigo.

- Si algo se te pide no debes detenerte a considerar lo agradable o no de la tarea, por el contrario, sin perder más tiempo necesitas emprender la tarea que se te solicitó.

Todo esto nos lleva a una conclusión: esperar a recibir atenciones tiene poco mérito y cualquiera lo hace, para ser servicial hace falta iniciativa, capacidad de observación, generosidad y vivir la solidaridad con los demás, haciendo todo aquello que deseamos que hagan por nosotros, viendo en los demás a su otro yo.

Tomado de Los Valores Humanos de la Vida. Disponible en: <http://www.portalplanetasedna.com.ar/servicio.htm>

DINÁMICAS Y TÉCNICAS PARTICIPATIVAS

1.- Tú no eres una isla.

OBJETIVOS	Concientizar la importancia de la convivencia con los demás. Identificar los sentimientos que provoca el aislarse de un grupo.
MATERIALES	Fácil Adquisición Confeccionar un cartel o acetato con el pensamiento que aquí aparece. NO SOMOS ISLAS Todos estamos unidos por el amor, por el pensamiento, por la vida. A veces, es sólo un amor, un pensamiento y una vida que ofrecemos a los demás, sin recompensa alguna. Únicamente el egoísta puede decir que está solo. Solo... porque ha renunciado a amar y a ofrecerse a los otros. Solo... porque ha hecho de su vida una isla. Una copia a cada participante de la figura del formato. Papel y lápiz para cada participante.
LUGAR	Aula normal: un salón amplio y bien iluminado, acondicionado con butacas movibles para formar una media luna.
GRUPO	Dividido en subgrupos de 4 a 5 participantes.
TIEMPO	60 min.

INSTRUCCIONES

- I. El Facilitador invita al grupo a observar el cartel o acetato, y lo lee pausadamente.
- II. El Facilitador reparte la Hoja de trabajo I para que los participantes subrayen la frase que más les impacto y anoten también las razones.
- III. En sesión plenaria cada participante comenta la frase elegida y sus razones. Los demás participantes pueden intervenir haciendo preguntas o aportando algún comentario.
- IV. El Facilitador reparte a cada uno de los participantes la figura de la isla (Formato 2) y les pide que anoten sobre el personaje que ahí aparece, todo aquello que puede provocar a una persona aislarse de un grupo. Puede tratarse de problemas de la misma persona o bien, provocados por el mismo grupo. En la isla anotan todo aquello que en nuestra sociedad aísla a los hombres
- V. Cada persona completa su dibujo.
- VI. El grupo se organiza en equipos de cuatro a siete personas y comparte sus repuestas. Un secretario toma nota para comentarlas después todos juntos.
- VII. Estando todo el grupo: se dan a conocer las respuestas. Éstas se anotan en un dibujo ampliado o acetato de la isla.
- VIII. El Facilitador invita a los equipos para que preparen un discurso sobre la importancia de compartir. Lo titulan: "No somos islas"
- IX. Los equipos preparan el discurso. Después eligen la persona que lo leerá al resto del grupo.
- X. El grupo escucha los discursos. Puede ser acompañados con música de fondo.
- XI. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

**HOJA DE TRABAJO
TÚ NO ERES ISLA**

NO SOMOS ISLAS:

Todos estamos unidos por el amor, por el pensamiento, por la vida.

A veces, es sólo un amor, un pensamiento y una vida que ofrecemos a los demás, sin recompensa alguna.

Únicamente el egoísta puede decir que está solo.

Solo... porque ha renunciado a amar y a ofrecerse a los otros.

Solo... porque ha hecho de su vida una isla

Razones:

2.- Establecimiento de objetivos y planificación de acciones.

HUELLAS AZULES II

OBJETIVOS	Establecer un clima positivo y un espíritu de cooperación entre las personas que trabajarán juntas en un proyecto futuro; introducir el trabajo en equipo a la actividad de los grupos.
MATERIALES	Fácil Adquisición: rotatorios y marcadores para cada grupo. Una copia a cada participante de la figura del formato. Papel y lápiz para cada participante.
LUGAR	Amplio Espacio: un salón amplio bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan formar subgrupos.
GRUPO	Dividido en subgrupos de 4 a 5 participantes.
TIEMPO	60 min.
INSTRUCCIONES	<p>I. Divida al grupo en equipos de 4 a 6 personas cada uno. (Este agrupamiento se puede hacer de acuerdo con los departamentos de la empresa o sobre una estricta base aleatoria y de convivencia).</p> <p>II. Pida al grupo dedicar los primeros 10 minutos a crear una imagen mental colectiva, en forma oral, de cuál sería, de preferencia, su situación de trabajo dentro de un año (por ejemplo, "¿Cuál sería el resultado potencial de un punto de vista positivo?" Luego, pida al grupo que haga un esbozo de plan de acción en que enumeren los aspectos que están, directa o indirectamente bajo su control y que se deben alcanzar el año siguiente para lograr la imagen total.</p> <p>III. Ahora, haga que cada equipo presente un informe breve a todo el grupo.</p> <p>IV. Se les aplicarán las siguientes preguntas: ¿Qué tan factible es su plan total? ¿Habrán alcanzado esos objetivos deseados dentro de un año a partir de hoy? ¿Qué factores pueden impedir que usted alcance el éxito? (Falta de consenso entre el objetivo y el plan; falta de recursos; eventos.) ¿Con qué frecuencia hará usted una evaluación de sus adelantos rumbo al objetivo?</p> <p>V. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.</p>