

Exista  
la luz



Luz de la Paz de Belén | DICIEMBRE 2018 · Beleneko Bakearen Argia | ABENDUA 2018  
Llum de la Pau de Betlem | DESEMBRE 2018 · Luz da Paz de Belén | NADAL 2018  
Lluz de la Paz de Belén | AVIENTU 2018

Material  
Luz de la Paz de Belén 2018



# Exista la luz

Trabajaremos el Adviento en torno a la creación, dividiendo los 7 días de la misma, en 4 etapas que se corresponden con las semanas del Adviento:

*Firmamento - Tierra - Plantas y animales - El Hombre y la Mujer*

Cada semana tendrá una pregunta y los materiales deben ayudar a responderla, tras la reflexión correspondiente.

## PRIMERA SEMANA: FIRMAMENTO

Evangelio: Lc 21, 25-28. 34-36

En aquel tiempo, dijo Jesús a sus discípulos:

— «Habrán signos en el sol y la luna y las estrellas, y en la tierra angustia de las gentes, enloquecidas por el estruendo del mar y el oleaje. Los hombres quedaran sin aliento por el miedo y la ansiedad ante lo que se viene encima al mundo, pues los astros se tambalearán.

Entonces verán al Hijo del hombre venir en una nube, con gran poder y majestad.

Cuando empiece a suceder esto, levantaos, alzad la cabeza: se acerca vuestra liberación.

Tened cuidado: no se os embote la mente con el vicio, la bebida y los agobios de la vida, y se os eche encima de repente aquel día; porque caerá como un lazo sobre todos los habitantes de la tierra.

Estad siempre despiertos, pidiendo fuerza para escapar de todo lo que está por venir y manteneros en pie ante el Hijo del hombre.»

¿Qué cosas nos embotan la mente y nos impiden ver el firmamento y la llegada del Hijo de Dios?

## SEGUNDA SEMANA: TIERRA

Evangelio: Lc 3, 1-6

En el año quince del reinado del emperador Tiberio, siendo Poncio Pilato gobernador de Judea, y Herodes virrey de Galilea, y su hermano Felipe virrey de Iturea y Traconítide, y Lisanio virrey de Abilene, bajo el sumo sacerdocio de Anás y Caifás, vino la palabra de Dios sobre Juan, hijo de Zacarías, en el desierto. Y recorrió toda la comarca del Jordán, predicando un bautismo de conversión para perdón de los pecados, como está escrito en el libro de los oráculos del profeta Isaías:

«Una voz grita en el desierto: Preparad el camino del Señor, allanad sus senderos; elévense los valles, desciendan los montes y colinas; que lo torcido se enderece, lo escabroso se iguale. Y todos verán la salvación de Dios.»

¿Está mi corazón preparado para recibir al Señor: hay en mi camino cosas que enderezar, allanar, etc.?

### TERCERA SEMANA: PLANTAS Y ANIMALES

Evangelio: Lc 3, 10-18

“En aquel tiempo, la gente preguntaba a Juan:

—«¿Entonces, qué hacemos?»

Él contestó:

—«El que tenga dos túnicas, que se las reparta con el que no tiene; y el que tenga comida, haga lo mismo.»

Vinieron también a bautizarse unos publicanos y le preguntaron:

— «Maestro, ¿qué hacemos nosotros?»

Él les contestó:

— «No exijáis más de lo establecido.»

Unos militares le preguntaron:

— «¿Qué hacemos nosotros?»

Él les contestó:

— «No hagáis extorsión ni os aprovechéis de nadie, sino contentaos con la paga.»

El pueblo estaba en expectación, y todos se preguntaban si no sería Juan el Mesías; él tomó la palabra y dijo a todos:

— «Yo os bautizo con agua; pero viene el que puede más que yo, y no merezco desatarle la correa de sus sandalias. Él os bautizará con Espíritu Santo y fuego; tiene en la mano el bieldo para aventar su parva y reunir su trigo en el granero y quemar la paja en una hoguera que no se apaga.»

Añadiendo otras muchas cosas, exhortaba al pueblo y le anunciaba el Evangelio”.



¿Qué actitudes mías favorecen la ecología integral, la austeridad y el consumo responsable?  
¿Cuáles lo dificultan?

### CUARTA SEMANA: EL HOMBRE Y LA MUJER

Evangelio: Lc 1, 39-45

“En aquellos días, María se puso en camino y fue aprisa a la montaña, a un pueblo de Judá; entró en casa de Zacarías y saludó a Isabel. En cuanto Isabel oyó el saludo de María, saltó la criatura en su vientre. Se llenó Isabel del Espíritu Santo y dijo a voz en grito:

—«¡Bendita tú entre las mujeres, y bendito el fruto de tu vientre!

¿Quién soy yo para que me visite la madre de mi Señor? En cuanto tu saludo llegó a mis oídos, la criatura saltó de alegría en mi vientre. Dichosa tú, que has creído, porque lo que te ha dicho el Señor se cumplirá.»

Dios nos creó a su imagen y semejanza ¿Me siento cerca de Él? ¿Estoy “siempre a punto” como María?

# Material de Ramas



**Lema y reflexión**

EVANGELIO



ORACIÓN



CUENTO



ACTIVIDAD



CANCIÓN

**Franja de 6 a 8 años**

Firmamento Tierra	Lc 21, 25-28. 34-36	Gracias por tu regalo	Creando	Nuestro cielo	"Dios creó toda la tierra"
Plantas y animales	Lc 3, 1-6	Madre, dame tu mano	La paciencia	Mirada de Navidad	"El amor lo arregla todo"
Hombre y Mujer	Lc 3, 10-18	Jesús te necesito	Cuidar la naturaleza	Reciclar: Pinzas de madera de la ropa	"El planeta que hay que salvar"
	Lc 1, 39-45	Gracias Señor	Margarita	Hijos de Dios	"Todos somos iguales"

**Franja de 9 a 11 años**

Firmamento	Lc 21, 25-28. 34-36	Salmo 46	La manzana que quería ser estrella	Hijos de Dios	"Sol" de Macaco
Tierra	Lc 3, 1-6	Despiértame Señor	El zapatero preparado	Buenas y malas noticias	"Estoy Listo" de Casi Ángeles
Plantas y animales	Lc 3, 10-18	Gracias Señor por la naturaleza	El viejo árbol	Separación de basuras	"Ahora el planeta"
Hombre y Mujer	Lc 1, 39-45	Creo por Dios	El puzle	Somos importantes	"Somos uno" de Axel

**Franja de 12 a 14 años**

Firmamento	Lc 21, 25-28. 34-36	Confianza	Las nubes	Civilizaciones	"Dios de la creación" de Jose Luis Robledo
Tierra	Lc 3, 1-6	La fuerza del amor	¿Cuál es el camino?	La tela de araña	"Dios es mi PC" de Unai Quirós
Plantas y animales	Lc 3, 10-18	Cuidar la creación	Hay que pensar más allá	¿Con qué me visto?	"Madre tierra" de Macaco
Hombre y Mujer	Lc 1, 39-45	Bendícenos	El barro	Decir que sí	"La Fe de María" de Son by Four

**Franja de 15 a 17 años**

Firmamento	Lc 21, 25-28. 34-36	Que te vea venir	Comienzo del firmamento	Ver las estrellas	"All of the stars" de Ed Sheeran
Tierra	Lc 3, 1-6	¿De quién depende?	Una tierra para dominar	¿Guerra o paz?	"I lava you"
Plantas y animales	Lc 3, 10-18	Cántico de los tres jóvenes	Raíces del alma	Riqueza natural	"Volaré" de Russian Red (BSO Brave)
Hombre y Mujer	Lc 1, 39-45	Oración por la humanidad	La belleza de la persona unida a la naturaleza	A cada uno la suyo	"Girasoles" de Rozalén

**Franja de 18 años en adelante**

Firmamento	Lc 21, 25-28. 34-36	Ayúdame a priorizar	Piedras grandes y pequeñas	Repartir el tiempo	"Lo mejor de mi vida eres tu" de Ricky Martin
Tierra	Lc 3, 1-6	Abrir caminos	Los tres hermanos	¿Es fácil perdonar?	"El verdadero amor perdona" de Maná
Plantas y animales	Lc 3, 10-18	Gracias por tu regalo	Los monos bubuanos	Consumo responsable	"Abriendo caminos" de Diego Torres
Hombre y Mujer	Lc 1, 39-45	¡Estar listo, Señor!	Cristian	¿Excusas o razones?	"Odio por amor" de Juanes

6 a 8 años



## ¿Qué cosas nos embotan la mente y nos impiden ver el firmamento y la llegada del Hijo de Dios?



### "Gracias por tu regalo"

Dios padre bueno, que un día soñaste con la mágica luz que nos alumbra.  
 Gracias por tu regalo.  
 Dios, padre bueno, que un día soñaste con un cielo alto, pintado de azul y nube.  
 Gracias por tu regalo  
 Dios, padre bueno, que un día soñaste con el sol amigo, y la noche de estrellas y de luna.  
 Gracias por tu regalo



### "Creando"

Os voy a contar lo que me ha pasado hoy. Yo estaba tranquilo, pero un poco vacío. En realidad estaba en la nada y como no había nada, nada podía hacer. Pero como tengo alma de niño me inventé los colores y me puse a dibujar.

*Pero, si no había nada, ¿cómo dibujaste?* Seguro que os estaréis haciendo esa pregunta. Pues con mi imaginación. Para la imaginación de un niño no hay imposibles. Así que desde mi mente comencé a imaginar.

De mis manos nació una canica, una pelota verde azulada y lo primero que hice fue ponerle una parte arriba, que llené de chispas brillantes. Y se me fue el dedo y pinté una mancha amarilla a la que llamé sol, y otra plateada a la que llamé luna. La parte de abajo la llené de agua y tierra y así fue como creé el mundo.



### "Nuestro cielo"

Se recortan estrellas de diferentes tamaños, un gran sol y una gran luna. Cada niño debe escribir en el sol y en la luna las DOS cosas o personas para él más importantes y en las estrellas, según los tamaños, otras cosas importantes, pero menos que el sol y la luna y, luego, en un papel continuo se crea "el firmamento del grupo" pegando los astros y estrellas.



¿Qué cosas son importantes para todos? ¿Por qué lo son?



*Dios creó toda la tierra* - <https://www.youtube.com/watch?v=v1D00qypvuY>

Dios creó toda la tierra  
 Dios creó el cielo y el mar  
 Él lleno de aves el cielo  
 Y creo a todo animal  
 En el principio todo era oscuro  
 No había nada en la tierra  
 Con un soplo Dios le dio vida  
 A todo lo que hay en la creación  
 Creo los peces, los animales  
 También las plantas que adornan los valles  
 Y luego puso en medio al hombre  
 Para que goce de la creación

Dios creó toda la tierra  
 Dios creó el cielo y el mar  
 Él lleno de aves el cielo  
 Y creo a todo animal

**¿Está mi corazón preparado para recibir al Señor?  
¿Hay en mi camino cosas que enderezar, allanar, etc?**



**“Madre, dame tu mano”**

Madre, dame Tu mano y no me sueltas,  
Déjame apoyarme en Ti al caminar,  
Enséñame el camino que sólo me conduzca  
A Tu Hijo Jesús al que deseo imitar.



**“La paciencia”**

Había una vez una niña que se llamaba Adeli a la que le gustaba mucho hacer puzzles. Los tenía grandes, pequeños, con muchas piezas, con pocas. Todos los años, por su cumpleaños siempre le regalaban varios y nunca faltaban en su carta a los Reyes Magos. Los tenía todos en un armario del pasillo, al lado de su habitación...pero algo desordenados. Tenía tantos que ya ni recordaba quién se los había regalado ni nada.

Un día, Blaky, el travieso perro de la familia, subió a la planta de arriba de la casa y se puso a husmear, con tal mala suerte que se metió en el armario de los puzzles y sin darse cuenta tiró al suelo todas las cajas y las piezas inundaron por completo el suelo del pasillo.

Cuando Adeli llegó, era tal la cantidad de piezas que había por el suelo que era imposible llegar a su habitación. Desolada se puso a llorar. Su madre vino corriendo a consolarla y abrazándola le dijo: “Vamos a hacer una cosa, vamos a ir recogiendo las piezas y ordenándolas poco a poco, pero mientras, me tienes que ir diciendo algo bueno de cada puzzle y de la persona que te lo regaló”.

Así, madre e hija se pusieron manos a la obra y poco a poco fueron quitando piezas...Pero lo mejor fue la de cosas bonitas que fueron recordando, el montón de momentos felices y de anécdotas que se contaron mientras con calma iban despejando el camino hacia su habitación.



**“Mirada de Navidad”**

Entre todos los niños se adorna el aula con cosas, de Navidad o no, y una vez acabado se entrega a cada un antifaz de cartulina blanca que deben decorar con colores que decoren su mirada.



**¿Qué actitudes tenemos que cambiar para que tengamos ese color en la mirada? (Perdón, alegría, generosidad...)**



**“El amor lo arregla todo”** - [https://www.youtube.com/watch?v=dRks\\_KyCMYw](https://www.youtube.com/watch?v=dRks_KyCMYw)

No importa si dudo,  
no importa si caigo,  
no importa si fallo  
si quiero cambiar.

Voy bien cuando escucho,  
voy bien cuando abrazo,  
voy bien cuando ayudo  
si busco amar.

El amor lo cura todo,  
el amor perdona todo,  
el amor lo arregla todo  
y, pa caminar,  
la gasolina siempre es amar.



## ¿Qué actitudes más favorecen la ecología integral, la austeridad y el consumo responsable? ¿Cuáles lo dificultan?

### "Jesús te necesito"

Jesús, te necesito.  
 Necesito tu fuerza y tu ejemplo.  
 Quiero cuidar la naturaleza.  
 Quiero respetar el reglalo de la creación.  
 Quiero respetar las cosas y las personas.  
 Quiero gastar sólo lo necesario.  
 No quiero desperdiciar nada.  
 No quiero consumir a lo tonto.  
 Ayúdame.

### "Cuidar la naturaleza"

Gabriel iba siempre a hacer la compra con sus padres. Le gustaba pasear por los pasillos del supermercado y leer el nombre de todo lo que allí vendían. Primero pasaron por la pescadería. Allí, en grandes cajas llenas de hielo, muchísimos pescados esperaban ser cogidos para alimentar a las personas. La madre de Gabriel pidió varios pescados, los envolvieron en un papel y se los dieron.

Después pasaron por la carnicería. Grandes trozos de sonrosada carne cubrían el mostrador. Gabriel observó que nuevamente, envolvían la carne en papel y se la daban a sus padres.

Cuando pasaron por la frutería vio que todo estaba en bandejas envueltas con plástico y que allí no podía escoger ni oler la fruta como tanto le gustaba. Solamente había un pequeño puesto con pocas frutas. Las que estaban en las bandejas brillaban mucho más que las del puesto y casi parecían de juguete. Gabriel quiso coger varias bandejas (¡Eran tan bonitas!), pero sus padres le explicaron que al igual que el pescado o la carne no lo compraban en bandejas, la fruta no la iban a comprar así, porque utilizar tanto plástico y poliestireno (que así se llamaba el material de la bandeja) era muy perjudicial para la naturaleza.

Desde ese día Gabriel estuvo muy atento a cómo se utilizaba el plástico y enseñó a todos sus amigos a tener un buen comportamiento con la naturaleza

### "Reciclar"

- Pinzas de la ropa reconvertidas

Es muy común que las pinzas de la ropa se desmonten en dos partes y queden inservibles para tender, pero esto no significa que debemos dejarlas olvidadas o tirarlas a la basura. Os queremos enseñar una forma genial de convertirlas en material reciclado. En este artículo encontraréis los pasos sobre [cómo hacer un avión con una pinza](#) o [hacer una mariposa con pinzas de tender](#).





*"El planeta hay que salvar"* - <https://www.youtube.com/watch?v=RWjffHC7SiI>

Ahora vamos a cantar, con amor esta canción  
pues al mundo hay que salvar, de la contaminación.

Tu ayuda es valiosa, lo debes saber  
yo voy a decirte que debes hacer  
no debes siquiera, papeles tirar  
pues tirar basura es contaminar.

Con el agua hay que tener una atención especial  
y los lagos y los ríos, los tenemos que cuidar.

A salvar, el planeta hay que salvar. (2x)

No debemos de dejar, de cantar esta canción  
para el planeta salvar de la contaminación.

Los bosques son libres, podemos jugar  
sabemos que un árbol debemos cuidar  
no juegues con fuego, los puedes quemar  
arriesgas tu vida y de los demás.

Con el agua hay que tener una atención especial  
y los lagos y los ríos, los tenemos que cuidar.

Ahora vamos a cantar, con amor esta canción  
pues al mundo hay que salvar, de la contaminación.

Tu ayuda es valiosa, lo debes saber  
yo voy a decirte que debes hacer  
no debes siquiera, papeles tirar  
pues tirar basura es contaminar.

A salvar, el planeta hay que salvar. (4x)

**Dios nos creó a su imagen y semejanza. ¿Me siento cerca de Él?  
¿Estoy "siempre a punto" como María?**



*"Gracias Señor"*

Gracias Señor, por este día de mi vida.  
Por mis ojos que me permiten ver el cielo.  
Por mis oídos con los que escucho el canto de los pájaros.  
Por mis pies que me permiten caminar entre los árboles.  
Por mis manos con las que tomo las flores de la tierra.  
Por esta mente que me permite apreciar el maravilloso milagro de la naturaleza cada día.  
Por mi alma que se prostra ante tí y ve Tú maravillosa presencia en todas partes.  
Amén



*"Margarita"*

Margarita guardó su agenda, cerró la mochila, se puso el chaquetón y salió del colegio. En la puerta, esperaba su madre con su hermano pequeño, listos para llevarla a casa. Iba muy cansada. Ese día había sido muy difícil. A primera hora tuvo Lengua y la seño puso unos ejercicios muy complicados. Después el profe les entregó los nuevos proyectos para hacer. Menos mal que llegó el recreo y pudo jugar un rato con sus amigas. Cuando el recreo terminó tuvo un examen y llegó la última hora. La seño les mandó como tarea que escribieran una redacción sobre por qué se llamaban así.

Margarita se lo contó a su madre cuando subieron al coche y le dijo que sería una redacción muy fácil porque seguro que era porque a su madre le gustaba mucho esa flor.

Su madre comenzó a reírse y la miró disimuladamente por el espejo retrovisor del coche. "Te llamas Margarita por la Virgen María. Ahora, cuando lleguemos a casa y merendemos, te cuento la historia de tu nombre"- le dijo. Margarita se quedó pensativa, dándole vueltas al significado de su nombre, no entendía qué tenía la Virgen que ver con su nombre. Si fuera con Santa Margarita, lo podría entender, pero con la Virgen María....

Una vez que terminaron de merendar, su madre le contó la siguiente historia: "La Virgen María fue la primera en decirle que sí a Jesús, le dijo que sí a ser su madre, le dijo que sí a estar a su lado siempre, hasta en el momento de su muerte. María siempre estaba lista para lo que Dios quería de ella. Aunque tuviera dudas, siempre decía sí. La flor que se llama Margarita, tiene pétalos que la gente usa para preguntar cosas y decir sí o no mientras los sacan. La flor siempre va a decir Sí, como la Virgen. Cuando naciste quise que tuvieras esa fuerza de María, que sigas su ejemplo, por eso te llamas Margarita".



*"Hijos de Dios"*

Se pone un papel continuo con los nombres de los niños puestos en columnas y TODOS tienen que escribir una cosa buena de cada uno.



*Todos somos hijos de Dios y, aunque no somos iguales por dentro, todos estamos creados a imagen y semejanza de Dios.*



*"Todos somos iguales"* - [https://www.youtube.com/watch?v=HCSZPO8\\_B\\_M](https://www.youtube.com/watch?v=HCSZPO8_B_M)

Todos somos iguales  
Todos somos distintos  
Todos somos iguales  
Todos somos distintos

Me da igual que seas pequeño o grande  
De la piel no importa tu color  
No tiene importancia tu belleza  
Solamente la del interior  
Pues tu y yo, pues tu y yo

Queremos un mundo mejor  
Todos somos iguales  
Todos somos distintos  
Todos somos iguales  
Todos somos distintos

Me da igual en qué idioma me hables  
Si me hablas desde el corazón  
Si eres alto o bajo no me importa  
O tengas en el banco un millón  
Pues tu y yo, pues tu y yo  
Queremos un mundo mejor  
Pues tu y yo, pues tu y yo

Queremos un mundo mejor  
Todos somos iguales  
Todos somos distintos  
Todos somos iguales  
Todos somos distintos  
Todos somos iguales

9 a 11 años



## ¿Qué cosas nos embotan la mente y nos impiden ver el firmamento y la llegada del Hijo de Dios?



### “Salmo 148, 1-5”

Alabad al Señor en el cielo,  
alabad al Señor en lo alto.  
Alabadlo, todos sus ángeles;  
alabadlo, todos sus ejércitos.  
Alabadlo, sol y luna;  
alabadlo, estrellas lucientes.  
Alabadlo, espacios celestes  
y aguas que cuelgan en el cielo.  
Alaben el nombre del Señor,  
porque él lo mandó, y existieron



### “La manzana que quería ser estrella”

Había una vez una manzana que siempre había querido ser una estrella. Nunca quiso ser una manzana. Se pasaba los días pensando, ilusionada, cómo sería una vida brillando desde el cielo.

Cada mañana, sus compañeras manzanas la invitaban a conversar y a contar divertidas historias. Reiteradamente, ella rechazaba la invitación, obsesionada como estaba con el deseo de ser una estrella rutilante.

Un buen día, viendo a las aves ascender hacia el cielo, la manzana les preguntó:

– ¿Dónde duermen de día las estrellas?

Las aves, sonriendo, dijeron:

– No, querida manzana, las estrellas están en el cielo día y noche, pero la gran luz del sol no nos permite divisarlas. Pero ahí están, en el infinito cielo, siempre con luz.

A la pobre manzana se le avivaron los deseos de ser una estrella en el alto cielo, cargada de una luz inagotable.

Otro día la manzana le preguntó al viento, que movía con fuerza las ramas del manzano:

– Dime, viento, ¿las estrellas están fijas o se desplazan recorriendo todo el firmamento? Y si se desplazan, ¿quién las mueve?

– Las estrellas se desplazan recorriendo todo el firmamento y a una velocidad de vértigo –contestó el viento. Nuevamente se avivaron los deseos de la manzana de convertirse en una hermosa estrella.

Cuando llegó la época de la maduración, la manzana seguía defraudada porque su sueño no se había hecho realidad. No era capaz de sonreír, ensimismada en su tristeza. No era feliz.

Una familia de vacaciones se refugió bajo la copa del manzano, buscando una sombra protectora de los rayos del sol. En medio de la amena conversación, el padre de familia agitó violentamente el tronco del árbol. Y cayeron varias manzanas, entre ellas la triste manzana que quería ser estrella.

Una de las niñas la cogió y comprobó que estaba madura. Era una hermosa manzana. La niña estaba feliz. Le pidió un cuchillo a su mamá. Ella le entregó uno muy bien afilado, con la inevitable advertencia.

– Cuidado, cariño, no te cortes.

La niña partió con cuidado la manzana de forma transversal, no del tallo al hoyuelo, sino en horizontal. Y quedó asombrada al ver la estrella de cinco puntas que aparecía en el corazón de la manzana. Y gritando, llamó la atención de toda la familia:

- Mirad, mirad, qué maravilla. Aquí hay una estrella.

La manzana había vivido triste toda la vida sin darse cuenta de que dentro de sí guardaba una hermosa estrella y de que, para mostrarla, tenía que abrirse y brindarse a los demás.



## "Hijos de Dios"

Necesitamos hojas en blanco, rotuladores, celo y un cartel grande en el que ponga escrito por detrás "El hijo de Dios".

Primeramente los monitores escribirán el cartel de abajo y cubrirán por encima la frase "El hijo de Dios" con otros folios por encima de tal manera que no se vean.

A los chavales se les va a dar rotuladores y la premisa de que deben escribir en cada hoja qué cosas creen ellos que nos impiden ver el firmamento y la llegada del Hijo de Dios.

Cuando esté todo escrito, por turnos, irán explicando por qué eso que han escrito les impide ver el firmamento. Lo irán quitando poco a poco hasta que quede al descubierto el "hijo de Dios".

 *¿Qué cosas me impiden brillar como el sol y ver el firmamento? ¿qué me impide ver que existe la luz de Dios? Hay que evitar las cosas que nos distraen de lo importante.*



## "Sol" de Macaco - <https://www.youtube.com/watch?v=BRByNvIKcTY>

Sol, allá arriba el sol  
Aunque la tormenta suene  
Detrás siempre estará el sol.

Puedo seguir regateando  
O atreverme a chutar  
Puedo quedarme en mi habitación  
O abrir mis ventanas de par en par  
Si la felicidad es un estado de la mente  
Hoy la busco bajo el sol  
Dicen que la tormenta está por llegar  
Dicen que la lluvia va a comenzar  
Pero yo miro en el reflejo de tus ojos  
Y veo que detrás está el sol.

Sol, allá arriba el sol  
Aunque la tormenta suene  
Detrás siempre estará el sol.

Puedo intentar ser valiente  
O quedarme en la cola a esperar  
Puedo intentar ser yo mismo  
O ponerme cualquier otro disfraz  
Si la realidad es una sombra de la mente  
Hoy me planto bajo el sol.

Dicen que el cielo está por hablar  
Dicen que la lluvia será diluviar  
Pero yo miro en el reflejo de tus ojos  
Y veo que detrás está el sol.

Sol, allá arriba el sol  
Aunque la tormenta suene  
Detrás siempre estará el sol.

Oye, si saturan mis oídos  
Oye, si se esconden entre líneas  
Oye, si me chillan sus motivos  
Yo me planto bajo el sol.

Sol, allá arriba el sol  
Aunque la tormenta suene  
Detrás siempre estará el sol.

Sol, allá arriba el sol  
Aunque la tormenta suene  
Detrás siempre estará el sol...

## ¿Está mi corazón preparado para recibir al Señor? ¿Hay en mi camino cosas que enderezar, allanar, etc.?



### *“Despiértame Señor”*

Señor, ¿cuándo vas a llegar?  
 ¿Al atardecer?, ¿a media noche?, ¿al amanecer?  
 A punto de llegar, Señor, y yo... y yo...  
 ¡Estoy preparado, Señor, estoy en vela, te estoy esperando!



### *“El zapatero preparado”*

Martín era un humilde zapatero de un pequeño pueblo de montaña. Vivía solo. Hacía años que había enviudado y sus hijos habían marchado a la ciudad en busca de trabajo.

Martín, cada noche, antes de ir a dormir leía un trozo de los evangelios frente al fuego del hogar. Aquella noche se despertó sobresaltado. Había oído claramente una voz que le decía. ‘Martín, mañana Dios vendrá a verte’. Se levantó, pero no había nadie en la casa, ni fuera, claro está, a esas horas de la fría noche...

Se levantó muy temprano y barrió y adecentó su taller de zapatería. Dios debía encontrarlo todo perfecto. Y se puso a trabajar delante de la ventana, para ver quién pasaba por la calle. Al cabo de un rato vio pasar un vagabundo vestido de harapos y descalzo. Compadecido, se levantó inmediatamente, lo hizo entrar en su casa para que se calentara un rato junto al fuego. Le dio una taza de leche caliente y le preparó un paquete con pan, queso y fruta, para el camino y le regaló unos zapatos.

Llevaba otro rato trabajando cuando vio pasar a una joven viuda con su pequeño, muertos de frío. También los hizo pasar. Como ya era mediodía, los sentó a la mesa y sacó el puchero de la sopa excelente que había preparado por si Dios se quería quedar a comer. Además fue a buscar un abrigo de su mujer y otro de unos de sus hijos y se los dio para que no pasaran más frío.

Pasó la tarde y Martín se entristeció, porque Dios no aparecía. Sonó la campana de la puerta y se giró alegre creyendo que era Dios. La puerta se abrió con algo de violencia y entró dando tumbos el borracho del pueblo.

– ¡Sólo faltaba este! Mira, que si ahora llega Dios...– se dijo el zapatero.

– Tengo sed –exclamó el borracho.

Y Martín acomodándolo en la mesa le sacó una jarra de agua y puso delante de él un plato con los restos de la sopa del mediodía.

Cuando el borracho marchó ya era muy de noche. Y Martín estaba muy triste. Dios no había venido. Se sentó ante el fuego del hogar. Tomó los evangelios y aquel día los abrió al azar. Y leyó:

– ‘Porque tuve hambre y me diste de comer, tuve sed y me diste de beber, estaba desnudo y me vestiste...Cada vez que lo hiciste con uno de mis pequeños, a mí me lo hiciste...’

Se le iluminó el rostro al pobre zapatero. ¡Claro que Dios le había visitado! ¡No una vez, sino tres veces! Y Martín, aquella noche, se durmió pensando que era el hombre más feliz del mundo...



### *"Buenas y malas noticias"*

Necesitaremos papeles de periódico, revistas, etc. Pegamentos y tijeras.

Dividiremos a los chavales en 2 grupos:

- Unos serán los encargados de buscar noticias malas, noticias que hagan que nuestro corazón se entristezca y con las cuales Dios también está triste.
- El otro grupo buscará buenas noticias, que den alegría y esperanza.

Después de recortar todas las noticias rellenaremos un corazón grande hecho con cartulina previamente de las noticias malas. Ese corazón simbolizará nuestro corazón, el cual aún no está del todo preparado para la llegada del Señor.

Después el grupo que ha buscado las buenas noticias tendrá que cubrir esas malas noticias por las buenas, para intentar cambiar el mundo. Si no son suficientes seguiremos buscando, incluso pudiendo escribir en papeles otras noticias buenas que les hayan pasado a los chavales, el objetivo es conseguir que haya muchas más noticias buenas que malas, para dar esperanza de que el cambio es posible para la llegada del Señor.



*Hay que llevarles a pensar, qué noticias buenas y malas pueden depender de su actitud y sus acciones.*



*"Estoy listo" de Casi Ángeles* - [https://www.youtube.com/watch?v=l2PbmEc\\_Fqk](https://www.youtube.com/watch?v=l2PbmEc_Fqk)

Un camino sin final  
que te lleva a la verdad  
Tiene mil flores y piedras  
que cruzar...  
Algún día ese lugar  
sé que tu alma encontrará  
Y el secreto al fin sabrás  
y es amar...  
El abismo cruzarás,  
por un puente de cristal  
Y los ángeles sus alas te darán  
Y por fin comprenderás  
Como es la libertad  
Cuando el universo puedas alcanzar  
Para mirar, estoy listo  
para soñar, estoy listo  
para sentir, estoy listo  
y para amar...  
Estoy listo para ir,  
hay que aprender a compartir  
los sueños que hay en ti  
Estoy listo junto a ti  
todos vamos a llegar  
y juntos caminar,  
ya estamos todos aquí  
Si confías en tu ilusión  
te regalo el corazón  
solo hay que poner el alma y la pasión  
y ahora que ya estas acá  
juntos vamos a lograr

que los sueños se hagan pronto realidad  
Para mirar, estoy listo  
para soñar, estoy listo  
para sentir, estoy listo  
y para amar...  
Estoy listo para ir,  
hay que aprender a compartir  
los sueños que hay en ti  
Estoy listo junto a ti  
todos vamos a llegar  
y juntos caminar,  
ya estamos todos aquí

**¿Qué actitudes mías favorecen la ecología integral, la austeridad y el consumo responsable? ¿Cuáles lo dificultan?**



*“Gracias Señor por la naturaleza”*

Gracias, Señor,  
por la naturaleza que has creado,  
por la tierra y el mar,  
por las montañas, los valles y los ríos,  
por las personas que trabajan la tierra  
y recogen los alimentos de los campos.

Gracias, Señor,  
por los animales que nos hacen compañía,  
por el sol que nos da luz,  
por el trabajo que nos ayuda a vivir,  
por los árboles que nos dan fruta,  
madera y hojas que hacen sombra.

Demos gracias al Señor, nuestro Dios,  
por los árboles de la tierra y los peces del mar,  
por el cielo, el agua y el fuego,  
por las finas hierbas.

Demos gracias al Señor, nuestro Dios,  
por las estrellas y las nubes,  
por la muerte y por la vida,  
por el viento, el sol y la luna.  
Demos gracias al Señor, nuestro Dios,  
que nos lo ha dado todo.



*“El viejo árbol”*

Érase una vez un árbol que tenía cientos de años. Era tan viejo que todos los animalitos del bosque lo conocían y siempre estaba lleno de pajaritos y animales que se sentaban en sus ramas.

Todas las primaveras el árbol se llenaba de bonitas hojas verdes y de riquísimos frutos y eso hacía que se sintiese muy feliz.

- ¡Venid a mis ramas a cobijaros del sol y a trepar para divertirlos! ¡Además podréis comer todo lo que queráis! – decía el árbol a todos.

Un día, unos niños pasaron por allí y vieron al hermoso árbol. Todos fueron a subirse a su tronco. El árbol estaba muy contento porque estaba haciendo feliz a los niños. Claro que en ese momento no se imaginaba lo que acabaría ocurriendo.

Los niños iban cada día a jugar al árbol y como no tenían ningún cuidado y sólo se preocupaban por pasárselo bien, arrancaban sus hojas y partían sus ramas.

Los animalitos se iban asustados en cuanto los veían.

- ¡Ahí vienen los niños! ¡Tened cuidado! – gritaban los animalitos.

El pobre árbol estaba cada vez menos frondoso y tenía muchas ramas partidas. Se sentía débil y mustio y echaba de menos a los animalitos que ya no se atrevían a subirse a sus ramas.



Unos pajaritos se dieron cuenta de que el árbol estaba muy triste y se acercaron a preguntarle:

- Viejo árbol, ¿Por qué estás tan triste?

- Me encanta que todos vengan a jugar con mis ramas y a comer mis frutos, pero hay unos niños que cada vez que vienen me hacen mucho daño y asustan a los animalitos – respondió el árbol.

Los pajaritos se quedaron muy tristes al ver que aquel árbol tan viejo estaba perdiendo toda su hermosura y fuerza. Tenían que conseguir por todos los medios que los niños lo cuidasen para que recuperase su fuerza y pudiese seguir haciendo feliz a todos.

Entonces, fueron a hablar con los niños:

- Amigos, acabamos de ver al Viejo árbol del bosque y nos ha contado que estáis haciéndole daño en sus ramas y su tronco. Se siente cada vez más débil y el resto de animalitos se asustan mucho al veros.

Los niños, que no eran conscientes de que realmente estaban comportándose mal con el árbol, respondieron:

- A ese viejo árbol no le pasa nada porque nosotros juguemos en sus ramas. Si se las partimos y le arrancamos las hojas ya le saldrán otras. ¡Los árboles están para eso!

Los pajaritos advirtieron a los niños de que era necesario cuidar a los árboles y plantas porque si no los cuidaban cada día, habría un día en el que perderían toda su fuerza y nunca más podrían brotar hojas ni dar frutos para comer, pero a los niños les dio igual y siguieron actuando igual.

El Viejo árbol estaba cada vez más débil. Todos los animalitos estaban muy preocupados sobre todo cuando vieron que al llegar la primavera el árbol no tuvo ni una sola hojita verde y no dio ningún fruto del que pudieran comer.

Entonces, fueron a hablar con los niños de nuevo para que vieran lo que estaban consiguiendo. Pero por mucho que los animalitos les explicaban lo que pasaba, a los niños les daba igual.

- ¡No pasa nada! ¡Ya darán hojas y frutos! ¡Nosotros no tenemos la culpa! ¡A los árboles se les pueden arrancar las hojas y partir las ramas! – decían

Pasaron los años y el Viejo árbol ya no tenía ninguna fuerza y los animalitos no sabían qué hacer.

- Niños, ¿veis como llevábamos razón? Este árbol dejará de vivir si no dejáis de tratarlo mal – dijeron los animalitos.

Los niños, al ver que el árbol realmente estaba tan débil, se dieron cuenta de que habían cometido un error muy grande y se sintieron muy mal.

- Esto es por nuestra culpa, lo sentimos muchísimo. No lo hemos tratado bien y ahora el árbol está a punto de morir... Tenemos que hacer algo.

Los niños aprendieron la lección y nunca más trataron mal a los árboles y las plantas y con la ayuda de los animalitos mimaron tanto al árbol que consiguieron que volviera a estar frondoso y lleno de hojas y frutos.



### "Separación de basuras"

Dibuja con los niños los cuatro tipos de contenedores que hay según el material reciclado: papel y cartón (azul), vidrio (verde), plástico latas y bricks (amarillo) y residuos orgánicos (naranja). Los contenedores se pueden recortar y pegar en un azulejo o superficie lisa.

Alrededor de cada uno de ellos, los niños pueden pegar los objetos que previamente han dibujado y recortado y que pertenecen a cada contenedor: un periódico viejo en el azul, una botella de cristal en el verde, un cartón de leche en el amarillo o la raspa de un pescado en el naranja.

 ¿Soy consciente de la importancia del reciclaje? ¿Puedo aportar mi granito de arena? ¿En casa reciclamos?



"Ahora el planeta" de Juan "D" y Beatriz - [https://www.youtube.com/watch?v=8TYmd\\_G5lO8](https://www.youtube.com/watch?v=8TYmd_G5lO8)

Apaga la luz, enciende el planeta,  
salvemos el mundo, es nuestra meta.

Apaga la luz, enciende el planeta,  
salvemos el mundo, esa es nuestra meta. (bis)

Change the world, cambia el mundo.  
save the world, sálvalo.

Tú puedes ayudar, al mundo mejorar,  
todo lo que haces es muy importante.  
primero aprenderás, después enseñarás,  
pues en los niños el mañana estará.

Apaga la luz, enciende el planeta,  
salvemos el mundo, es nuestra meta.

Apaga la luz, enciende el planeta,  
salvemos el mundo, esa es nuestra meta.

Change the world, cambia el mundo.  
save the world, sálvalo.

La luz no malgastar, el agua siempre ahorrar,  
la tierra entera te dará las gracias.  
Vamos a reciclar y a reforestar,  
el mundo que es tu hogar podrá respirar.

Apaga la luz, enciende el planeta,  
salvemos el mundo, es nuestra meta.

Apaga la luz, enciende el planeta,  
salvemos el mundo, es nuestra meta (bis)

Apaga la luz, enciende el planeta,  
salvemos el mundo, esa nuestra meta.

## Dios nos creó a su imagen y semejanza ¿Me siento cerca de ÉL? ¿Estoy "siempre a punto" como María?



### "Creado por Dios"

Dios padre en el cielo miraba la tierra: «Aquí falta algo», y tuvo una idea. Con mucho cariño, con mucha paciencia haciendo a su imagen, a Adán, luego a Eva, de un soplo la vida llegó a la pareja. Les dijo: «Os regalo la vida y la tierra» Les entregó el mundo, las cosas más bellas, les dijo: «Cuidadlo, poblad esta tierra». Y Dios desde el cielo nos mira en la tierra, nos sigue pidiendo como a Adán y a Eva «Vivid como hermanos, felices, sin guerras, compartid las cosas, disfrutad de ellas»



### "El puzle"

Un científico que vivía preocupado por los problemas del mundo, estaba decidido a encontrar las respuestas necesarias para solucionarlos. Por eso, pasaba día tras día en el estudio de su casa en busca de respuestas para sus dudas.

Una tarde, su hijo de cinco años entró en el estudio con la intención de ayudarlo a trabajar. El científico, nervioso por la interrupción, le pidió al niño que fuese a jugar a otro sitio. Pero después de comprobar que no le hacía ni caso, pensó en algo que pudiese distraer su atención.

¡Perfecto! Encontró una revista y vio que en una de sus páginas había un mapa del mundo... ¡Justo lo que necesitaba! Arrancó la hoja, recortó el mapa en muchos trozos y, junto con un rollo de celo, se lo dio a su hijo diciendo:

-“Mira hijo, como te gustan tanto los puzles, te voy a dar el mundo en trocitos para que lo arregles sin ayuda de nadie”.

Así, el padre quedó satisfecho y el niño también. El padre porque pensó que el niño tardaría más de una hora en hacerlo. El niño porque creyó que estaba ayudando a su padre. Pero después de unos minutos el niño exclamó:

-“¡Papá, ya!”.

El padre, en un primer momento, no dio crédito a las palabras del niño. Era imposible que, a su edad, hubiera conseguido recomponer un mapa que nunca había visto antes. Desconfiado, el científico levantó la vista del libro que leía, convencido de que vería resultado desastroso propio de un niño de cinco años. Pero, para su sorpresa, comprobó que el mapa estaba perfectamente reconstruido: cada trocito había sido colocado y pegado en el lugar correspondiente.

Sin salir de su asombro y mirando fijamente el mapa, le dijo al niño:

-“Hijo, si tu no sabías cómo era el mundo, ¿Cómo has podido hacerlo?”

-“¡Muy fácil papá!” - contestó el niño-, cuando arrancaste la hoja de la revista vi que por el otro lado había un hombre. Di la vuelta a los trocitos que me diste y me puse a hacer el puzle del hombre, que sabía cómo era. Cuando conseguí arreglar el hombre di la vuelta a la hoja y vi que había arreglado el mundo...”

¡Cambia tu corazón y el mundo cambiará!



## "Somos importantes"

Decimos a los chavales en la reunión anterior que vamos a tener una celebración el próximo día para alguien muy especial. Deben traer cada uno lo que pueda aportar. ( si no disponemos de esos recursos, los monitores pueden traer algo simbólico).

Durante la siguiente reunión pondremos el lugar bonito, lo arreglaremos y estaremos esperando la llegada de esa persona especial. Pero en verdad al ver que no ha llegado nadie leeremos una carta en el que pondrá "vosotros sois los importantes" de esta manera entenderemos que los verdaderos invitados a esta fiesta somos nosotros, porque en nuestras manos está el cambiar el mundo. Esperamos con cariño la llegada del Señor pero mientras tenemos que estar preparados.

 *Tenemos que ser consciente de nuestra importancia para todos los que nos rodean.*

 *"Somos uno" de Axel ft Abel Pintos* - <https://www.youtube.com/watch?v=1MibkygUPLU>

Yo soy lo que soy no soy lo que ves  
yo soy mi futuro y soy mi ayer  
y hoy son tan sólo este amanecer  
y los ojos que te vieron nacer  
soy tan simple que casi ni me ves

Yo soy lo que soy no soy lo que ves  
no soy cuna de oro ni simple moisés  
soy el desamparo del corazón  
de aquel que pelea y no tiene voz

Soy la mano que te quiere ayudar  
no hablo solo de mí cuando digo que soy  
te hablo de ese lugar donde nace el amor que sueñas

Oh oh oh oh oh  
Somos tan distintos e iguales  
Oh oh oh oh oh  
Somos el que siente y el que no está  
Oh oh oh oh oh  
Somos tan distintos e iguales  
Oh oh oh oh oh  
Todos somos uno con los demás  
La piedra y el río, el cielo, la flor  
Todos somos uno con los demás  
El lobo, el cordero, y el mismo Dios  
Todos somos uno...

Yo soy lo que soy no soy lo que ves  
soy mi pasado y soy mi después  
soy libre y dichoso por elección  
soy un loco inquieto pidiendo paz

12 a 14 años



## ¿Qué cosas nos embotan la mente y nos impiden ver el firmamento y la llegada del Hijo de Dios?



### "Confianza"

Señor Jesús,  
al comenzar este tiempo de Adviento ponemos en Ti nuestra confianza.  
Despiértanos de los sueños que nos alejan de Ti y levántanos de nuestro egoísmo.  
Prepara nuestros corazones para que puedan ser la casa amable y humana en la que Tú puedas nacer.  
Para que cuando nazcas veas en nosotros la grandeza de la Creación.



### "Las nubes"

Había una vez un niño que siempre estaba mirando las nubes. Le encantaba tumbarse en el césped del jardín y mirar el cielo durante horas.

Imaginaba historias con las formas que representaban las nubes: un pez, un pájaro, un sol... Así pasaba las horas, hasta que oscurecía y se marchaba a casa.

Un día, el cielo estaba tan despejado que no había ninguna nube y el niño se sintió decepcionado porque no podía jugar e inventar con ellas. Triste, se tumbó en la hierba a esperar a ver si se formaba alguna nube y entonces algo llamó su atención en el cielo. Era un punto brillante. Refulgía solo, sin nada alrededor. El sol todavía estaba por allí y la luna aún no había salido.

Fue corriendo a consultar sus enciclopedias y allí averiguó el nombre de la estrella. Bueno, aprendió que no era una estrella, sino el planeta Venus, y lo que más le gustó fue su nombre: "Lucero de la mañana".

A partir de ese día nuestro niño se dio cuenta de que había estado perdiendo el tiempo con las nubes, que las nubes le impedían ver las estrellas.



### "Civilizaciones"

Se les pedirá a los chavales que escriban en un papel el nombre de alguna civilización, pueblo o comunidad que haya visto el cielo igual que lo ven ellos. Deberán explicarla por mímica y cuando los demás adivinen tienen que explicar el motivo de su respuesta. Entre todos deben llegar a la conclusión de que las estrellas que ven son las mismas que vieron sus antepasados.



¿Estoy atento a lo que ocurre a mi alrededor? ¿Dejo que la Estrella me oriente hacia Jesús?



*"Dios de la creación" de Jose Luis Robledo* - <https://www.youtube.com/watch?v=Y7GQOclPpfo>

El arcoíris ya salió,  
Veo tu amor y salvación.  
La primavera va a empezar,  
Ya el invierno terminó.  
Este es el tiempo para vivir para Ti  
De levantarnos sólo en ti

Dios, Dios de la creación  
Padre verdadero  
Tú eres Rey (2 veces)

El arcoíris ya salió,  
Veo tu amor y salvación.  
La primavera va a empezar,  
Ya el invierno terminó.  
Este es el tiempo para vivir para ti,  
De levantarnos sólo en ti

Dios, Dios de la creación  
Padre verdadero  
Tú eres Rey (2 veces)

## ¿Está mi corazón preparado para recibir al Señor: Hay en mi camino cosas que enderezar, allanar, etc.?



### *"La fuerza del amor"*

Dios Omnipotente,  
 Que estás presente en todo el universo  
 Y en la más pequeña de tus criaturas.  
 Tú, que rodeas con tu ternura todo lo que existe  
 Derrama en nosotros la fuerza de tu amor  
 Para que cuidemos la vida y la belleza.  
 Inúndanos de paz, para que vivamos como hermanos sin dañar a nadie.  
 Enséñanos a descubrir el valor de cada cosa, a contemplar admirados.  
 A reconocer que estamos profundamente unidos con la tierra.



### *"¿Cuál es el camino?"*

Había una vez un niño que vivía en un pueblo. El pueblito tenía varios caminos. Uno de ellos era llano, con una suave tierra esponjosa y era muy cómodo para andar. Otro camino estaba rodeado de árboles y pájaros, pero estaba lleno de piedras que impedían el caminar. Por último, había un camino que nadie usaba porque estaba lleno de zarzas que no dejaban pasar sin lastimarte.

El niño siempre caminaba por el camino de esponjosa tierra. Andaba, andaba, andaba, pero nunca llegaba a ningún sitio y siempre tenía que volverse a casa con una sensación de vacío en su interior.

Un día, decidió ir por el camino de piedras. Comenzó a andar y pronto se encontró con el primer obstáculo. En vez de darse la vuelta, pensó en los árboles que se asomaban por detrás y poco a poco, con mucho esfuerzo pudo quitar la piedra. Ya había avanzado un poco. Con una sonrisa en los labios volvió a casa.

Desde ese día fue abriendo poco a poco el camino. La piedra del primer día fue por los árboles; la del segundo, por unos pájaros de brillantes colores; la tercera, por unos frutos que nunca había visto.

Y así, día a día fue avanzando en el camino con la ilusión de descubrir algo nuevo que iba llenando su corazón.



### *"La tela de araña"*

Se hace una telaraña pasando una cuerda de un lado al otro y de regreso entre dos postes derechos o dos árboles, creando una serie de aproximadamente 10 hoyos grandes y pequeños que sean lo suficientemente grandes para que pase una persona.

Todos los jugadores deben cruzar de un lado de la telaraña al otro sin tocar ninguna parte de la telaraña o caminar alrededor de ella. Una vez que una parte de la telaraña ha sido usada para pasar a través de ella, ese hoyo se cierra y no puede ser usado de nuevo. El equipo debe resolver problemas y deben trabajar juntos para determinar cómo lograr que todos los participantes pasen. Si alguien toca la red, debe regresar al punto de inicio antes de volver a intentarlo.



*Cuando encontramos dificultades o cosas que no nos salen bien o no nos gustan en nuestra vida ¿cómo lo resolvemos? ¿Pedimos ayuda? ¿A quién?*



"Dios es mi PC" de Unai Quirós - <https://www.youtube.com/watch?v=xóxnæTEx90>

"¡Formateate, amigo, si estás muy cansado!"  
... la base de datos de virus ha sido actualizada...  
Actualiza tu antivirus,  
conectado a la oración;  
recicla bien tu papelera,  
no elimines cosas de Dios.  
Si quieres cambiar tu apariencia,  
no uses el panel de control,  
ve y renueva tu placa base  
que es donde se ejecuta tu acción.

Formatea el disco duro de tu viejo corazón  
elimina los archivos que te dan error;  
si algún virus de este mundo bloquea tu opción  
deja que el Señor te instale  
sólo tú tienes la clave  
y deja que el Señor te instale  
su Windows de Amor.

(Estrillo)

Formatea el disco de tu duro corazón  
elimina los archivos que te dan error,  
si algún virus de este mundo bloquea tu opción  
deja que el Señor te instale su Windows de Amor.

Ser de Dios es acceso directo,  
disponible a un solo "clic";  
ser email de paz y esperanza  
reenviado a ADSL sin fin.  
Dios y wifi son movimiento,  
no te enganches a una pared  
que en la red hacen falta obreros  
que descarguen vida a su email.

(Estrillo)

Formatea el disco de tu duro corazón...  
elimina los archivos que te dan error,  
si algún virus de este mundo bloquea tu opción  
deja que el Señor te instale su Windows de Amor.  
Su ventana siempre abierta,  
sonriendo a quién te pinchó;  
minimiza tu conformismo,  
maximiza tu buen humor.  
Aceptar a quien no te agrega,  
invitar a quien te borró,  
comparte todas tus carpetas  
para ser un buen servidor.

Dios es mi PC, Dios es mi PC  
mi PC...

(Estrillo)

Formatea el disco de tu duro corazón  
elimina los archivos que te dan error,  
si algún virus de este mundo bloquea tu opción  
deja que el Señor te instale su Windows de Amor.

## ¿Qué actitudes más favorecen la ecología integral, la austeridad y el consumo responsable? ¿Cuáles lo dificultan?



### *“Cuidar la creación”*

Padre bueno que creaste todas cosas y nos diste un mundo tan hermoso.  
Te pido para que los hombres  
Sepamos cuidar tu Creación.  
Que respetemos la vida de los animales, de los bosques.  
Que no abusemos de la naturaleza  
Ni la ensuciemos con contaminación.



### *“Hay que pensar más allá”*

“El sábado celebro mi fiesta de cumpleaños y estáis invitadas. Habrá juegos, globos, mucha comida, tarta y por la noche soltaremos farolillos chinos con todos mis deseos”.

Ana terminó de decir estas palabras, se dio la vuelta y se alejó, dejando a sus compañeras de patio con la boca abierta. Todas se miraron sin entender lo que había pasado: Ana, la chica más rica de la clase les había invitado a su fiesta. Varias chicas comenzaron a planear lo que necesitaban: que si un vestido nuevo, un lazo para el pelo, unos zapatos... Pero una de las chicas se había quedado con mala cara.

Su mente inquieta no paraba de dar vueltas, no pudo callarse más y estalló: “¿De verdad vais a ir a la fiesta?”, les dijo a sus amigas. Ellas la miraron con cara extrañada y le preguntaron que qué le pasaba. “Me niego a ir a una fiesta en la que suelten globos y farolillos, ¿es que no recordáis lo que nos explicaron los veterinarios cuando vinieron al cole? Nos dijeron que los globos terminan cayendo al mar y que los animales se los comen y enferman”. Todas las chicas bajaron la vista apenadas. Su amiga tenía razón, no podían contribuir a que los animales enfermaran.

“Tengo una idea” – dijo otra de las chicas. “Iremos a hablar con los padres de Ana y les pediremos que cambien los globos y los farolillos por una actuación nuestra para Ana, será nuestro regalo para ella y será la mejor fiesta del mundo”.

Y así lo hicieron. Esa tarde, cuando salieron del colegio fueron todas a casa de Ana a hablar con sus padres. A ellos les encantó la idea de las chicas y en secreto hicieron todos los preparativos.

El día de la fiesta Ana al principio se sintió decepcionada, porque su jardín no estaba adornado como ella quería, pero cuando de improviso salieron sus amigas y le contaron todo se quedó conforme. Al final, Ana celebró una gran fiesta en la que ningún animal sufrió por hacer algo bonito y efímero.



### *“¿Con qué me visto?”*

Realizar una lista con todos los materiales que componen las prendas de vestir y objetos que llevamos puestos en ese momento. Ver quién lleva las prendas con menos materiales plásticos y proponer alternativas.



*Debemos intentar consumir productos que respeten los recursos naturales y que utilicen materiales que no sean nocivos para el medio ambiente. ¿Qué cambios son posibles en mi forma de vida para ir resolviendo los problemas ambientales?*



**"Madre tierra" de Macaco** - <https://www.youtube.com/watch?v=iZWryw2eFjl>

Que difícil cantarle a tierra madre,  
que nos aguanta y nos vio crecer,  
y a los padres de tus padres  
y a tus hijos los que vendrán después,  
si la miras como a tu mama  
quizás nos cambie la mirada,  
y actuemos como el que defiende a los tuyos  
y a los que vienen con el,  
la raíz en mis pies yo sentí,  
levantate la mano y ví,  
que todo va unido, que todo es un ciclo,  
la tierra, el cielo y de nuevo aquí,  
como el agua del mar a las nubes va,  
llueve el agua y vuelta a empezar, oye i yee

Grite, grite...¿o no lo ves?  
va muriendo lentamente, mama tierra...mother  
earth...  
(bis)

No se trata de romper ventanas,  
ni farolas ni de cara,  
mejor romper conciencias..equivocadas..oye..  
nadie nos enseñó ni a ti ni a mí,  
nadie nos explicó ni a ti ni a mí,  
mejor aprender, que corra la voz y quizás  
conseguir..

(bbrbojer.. bombeando tierra madre dice....  
trrrr bombeando tierra madre te dice...basta!  
trrtt bombeando trrtt bombeando tierra madre  
escuche...  
trrtt bombeando tierra madre dice ponte en pie  
trtrr bombeando ponte en pie...  
trrtt bombeando tierra madre dice ponte en pie  
mirame ihee)

Grite, grite...¿o no lo ve?? (no no no no lo ve...)  
va muriendo lentamente, mama tierra...mother  
earth...  
(bis x4)

Oh mama reclama,  
se le apaga la llama,  
y esto no es de hoy  
de tiempos de atras oihoy..  
decre décadas degradando  
Ya mama reclama,  
se le apaga la llama,  
se la venden hoy,  
de lo que fue a lo que soy,  
se tre magnifican sus latidos uhoy..

llaman llaman..  
mama tierra llaman..  
ya que las manejan sin plan  
demasiadas cavan  
otras se caen luego frutos no dan  
llaman llaman..  
mama tierra llaman...  
oidos sordos les hace el "man",  
miradas se tapan,  
contaminan hasta que eliminan

Grite,grite..¿o no lo ves?  
va muriendo lentamente, mama tierra... mother  
earth  
(bis x4)

## Dios nos creó a su imagen y semejanza ¿Me siento cerca de Él? ¿Estoy “siempre a punto” como María?



### “Bendícenos”

Padre, te doy gracias por haberme creado.  
Derrama sobre nosotros tu sabiduría.  
Bendícenos con creatividad, valentía y abundancia.  
Dótanos de buena voluntad, autocontrol y disciplina.  
Rodéanos de buenas amistades y bríndales salud.  
Bendícenos con un corazón noble y una actitud positiva en la vida.



### “El barro”

Juan abrió su agenda escolar y apuntó con mano temblorosa la tarea que tenía que realizar durante el fin de semana: tenía que construir un muñeco con total libertad de materiales y herramientas.

Cuando llegó a casa se puso manos a la obra. Se fue al garaje y allí empezó a investigar entre los cachivaches de sus padres. Lo primero que encontró fue un trozo enorme de metal de la antigua chimenea. Pensó en usarlo, pero llegó a la conclusión de que el muñeco sería demasiado rígido y no parecería real.

Buscando, buscando encontró madera, pero tras reflexionar un poco, desechó la idea de usarla, porque aunque era más moldeable que el hierro, el resultado no sería real y quería que pareciera real.

De repente comenzó a llover copiosamente, las gotas de lluvia golpeaban fuertemente en la chapa del garaje y Juan no tuvo más remedio que salir corriendo del garaje a su casa atravesando el jardín, con tal mala suerte que resbaló y cayó de boca en un gran charco de agua y barro. ¡ Barro!, eso es, usaré barro para mi obra. Es un material blando, pero que puedo moldear, y que cuando se seca se endurece. Y así fue cómo Juan realizó su proyecto de clase....dicen, que Dios pasó por este proceso creativo también, ¿Tú qué crees?



### “Decir que sí”

Cada uno de los chavales escribe en una tarjeta algo que quiera que haga otra persona que le ha sido asignada previamente. Esa persona debe hacer lo que la tarjeta diga sin poder negarse.



¿Estoy siempre disponible cuando alguien me necesita? ¿Qué me puede frenar? Cuando nuestros mayores nos piden algo que no nos gusta, ¿somos capaces de decir sí? ¿Nos creemos realmente que lo hacen por nuestro bien?



*"La Fe de María" de Son by four* - <https://www.youtube.com/watch?v=RBQJeG84nbo>

Que hubiese pasado  
Si ella hubiese dicho que no, o ignorado  
O dilatado, el anuncio de tu ángel de amor  
En cambio creyó, en tu palabra  
Y se hizo tu esclava, en un acto perfecto y de fe  
Y hoy, quiero ser como ella  
Y amarte aunque duelan, las espinas y el camino  
de la cruz.

Dame la fe señor, La fe de María  
Para decirte sí, un sí sin medidas  
Dame la fe señor, la fe de María  
Para renunciar a mí y entregarte mi vida mi vida.

Aunque traspasaron con una espada su corazón  
Y su alma lloro, el dolor de tus heridas  
A los pies del madero se quedó  
Y por creer, ella es reina y señora  
Y tú nos incorporas a tu eterna familia de amor  
Y yo en tu amor quiero permanecer Postrado a  
tus pies  
Es lo único que un día Llevaré.

Dame la fe señor, La fe de María  
Para decirte sí, un sí sin medidas  
Dame la fe señor, la fe de María  
Para renunciar a mí y entregarte mi vida.

15 a 17 años



## ¿Qué cosas nos embotan la mente y nos impiden ver el firmamento y la llegada del Hijo de Dios?



### "Que te vea venir"

QUE TE VEA VENIR, SEÑOR, a pesar de los acontecimientos que en nuestro mundo son signos de destrucción y sufrimiento; sé que Tú siempre apareces, sin ruido, acompañado de la humildad.

QUE TE VEA VENIR, SEÑOR, porque a veces siento que mis ojos buscan lo que caduca, que mis manos se hacen posesivas y egoístas, que mis pies prefieren los caminos fáciles.

QUE TE VEA VENIR, SEÑOR, porque muchas veces me adormece el despiste. Siento el cansancio de la espera y me asusto de lo que acontece en este mundo.

QUE TE VEA VENIR, SEÑOR, y sólo así la angustia se convertirá en Paz, la tristeza en Alegría y el llanto en Gozo, por tu Venida al mundo. ¡¡¡Ven y Sálvanos!!!



### "Comienzo del firmamento"

Imagine esta escena si es tan amable. Dos bebés se encuentran en el útero, confinados en las paredes del seno materno, y mantienen una conversación. Para entendernos, a estos gemelos les llamaremos Ego y Espíritu.

Espíritu le dice a Ego:

"Sé que esto va a resultarte difícil de aceptar, pero yo creo de verdad en que hay vida después del nacimiento".

Ego responde:

"No seas ridículo. Mira a tu alrededor. Esto es lo único que hay. ¿Por qué siempre tienes que estar pensando en que hay algo más aparte de esta realidad? Acepta tu destino en la vida. Olvídate de todas esas tonterías de vida después del nacimiento."

Espíritu calla durante un rato, pero su voz interior no le permite permanecer en silencio durante más tiempo. "Ego, no te enfades, pero tengo algo más que decir. También creo que hay una madre."

"¡Una madre!" –exclama Ego con una carcajada-. "¿Cómo puedes ser tan absurdo? Nunca has visto una madre. ¿Por qué no puedes aceptar que esto es lo único que hay? La idea de una madre es descabellada. Aquí no hay nadie más que tú y yo. Ésta es tu realidad. Ahora cógete a ese cordón. Vete a tu rincón y deja de ser tan tonto. Créeme, no hay ninguna madre."

Espíritu deja, resignado, la conversación, pero la inquietud puede con él al cabo de poco. "Ego" –implora-, "por favor, escucha, no rechaces mi idea. De alguna forma, pienso que esas constantes presiones que sentimos los dos, esos movimientos que a veces nos hacen sentir tan incómodos, esa continua recolocación y ese estrechamiento del entorno que parece producirse a medida que crecemos, nos prepara para un lugar de luz deslumbrante, y lo experimentaremos muy pronto."

"Ahora sé que estás completamente loco" –replica Ego-, "Lo único que has conocido es la oscuridad. Nunca has visto luz. ¿Cómo puedes llegar a tener semejante idea? Esos movimientos y presiones que sientes son tu realidad. Eres un ser individual e independiente. Éste es tu viaje. Oscuridad, presiones y una sensación de estrechamiento a tu alrededor constituyen la totalidad de la vida. Tendrás que luchar contra eso mientras vivas. Ahora, aférrate a tu cordón y, por favor, estate quieto."

Espíritu se relaja durante un rato, pero al fin no puede contenerse por más tiempo. "Ego, tengo una sola cosa más que decir, y luego no volveré a molestarte."

"Adelante" –responde Ego, impaciente-. "Creo que todas estas presiones y toda esta incomodidad no sólo van a llevarnos a una nueva luz celestial sino que cuando eso suceda vamos a encontrarnos con la madre cara a cara, y conocer un éxtasis que superará todo lo que hemos experimentado hasta ahora."

"Estás totalmente loco. Ahora sí que estoy convencido."



## "Ver las estrellas"

Si el cielo está descubierto, realizar cualquier una velada con las estrellas. Si está cubierto, la actividad consistirá en lo siguiente: distribuir a los educandos con los ojos cubiertos por un amplio espacio, y pedir silencio. Llamarles, de forma muy suave, a cada uno por su nombre. Hacer una ronda de nombre, solo llamándoles una vez en cada ronda, espaciando los nombres entre uno y otro. Cuando el educando empiece a caminar hacia el que llama, bajar cada vez más el tono. Cuando llegue al que llama, se le permitirá quitarse la venda, pero no podrá abrir los ojos hasta que el que llame lo decida.



*Analizar qué cosas nos "bloquean" y nos impiden ver más allá de nuestra propia realidad.*



*"All of the stars " de Ed Sheeran - <https://youtu.be/nkqVm5aiC28>*

It's just another night  
 And I'm staring at the moon  
 I saw a shooting star  
 And thought of you  
 I sang a lullaby  
 By the waterside and knew  
 If you were here,  
 I'd sing to you  
 You're on the other side  
 As the skyline splits in two  
 I'm miles away from seeing you  
 I can see the stars  
 From America  
 I wonder, do you see them, too?  
 So open your eyes and see  
 The way our horizons meet  
 And all of the lights will lead  
 Into the night with me  
 And I know these scars will bleed  
 But both of our hearts believe  
 All of these stars will guide us home  
 I can hear your heart  
 On the radio beat  
 They're playing 'Chasing Cars'  
 And I thought of us  
 Back to the time,  
 You were lying next to me  
 I looked across and fell in love  
 So I took your hand  
 Back through lamp lit streets I knew  
 Everything led back to you  
 So can you see the stars?  
 Over Amsterdam  
 You're the song my heart is  
 Beating to  
 So open your eyes and see  
 The way our horizons meet  
 And all of the lights will lead

Into the night with me  
 And I know these scars will bleed  
 But both of our hearts believe  
 All of these stars will guide us home  
 And, oh, I know  
 And oh, I know, oh  
 I can see the stars  
 From America

**¿Está mi corazón preparado para recibir al Señor: Hay en mi camino cosas que enderezar, allanar, etc?**



*“¿De quién depende?” de José María R. Olaizola*

Si de mí dependiera,  
probablemente me perdería en el laberinto de las excusas.  
pintaría mis paredes con grafitis vistosos y perecederos;  
te daría largas, me haría el despistado, pondría cara de prisa,  
lamentaría no estar a la altura y seguiría con mi vida.  
Pero de mí no depende, depende de ti,  
que sigues tallando con cincel de artista todas mis aristas,  
de ti que haces oídos sordos a mis balbuceos, porque conoces mi verdad.  
De ti, que sigues marcando, con tu amor, mi entraña.  
De ti, qué me quieres menos isla solitaria y más tierra de encuentro  
Sea, pues.  
Que solo no puedo, pero si de ti depende llegaremos lejos.



*“Una tierra para dominar”*

Había una vez un rey muy triste que tenía un sirviente. El sirviente del rey triste, era muy feliz. El rey estaba como loco. No conseguía explicarse como el paje estaba feliz viviendo de prestado, usando ropa usada y alimentándose de sobras de los cortesanos.

Cuando se calmó, llamó al más sabio de sus asesores y le contó lo que sucedía.

- ¿Por qué él es feliz?
- Ah, majestad, lo que sucede es que el está fuera del círculo.
- ¿Fuera del círculo?
- Así es.
- ¿Y eso lo hace feliz?
- No, Majestad, eso es lo que no lo hace infeliz.
- A ver si entiendo, estar en el círculo te hace infeliz.
- Así es.
- Y él no está. ¿Y cómo salió?
- ¡Nunca entró!
- ¿Que círculo es ese?
- El círculo del 99.
- Verdaderamente no entiendo nada.
- La única manera para que entiendas, sería mostrártelo en los hechos.
- ¿Cómo?
- Haciendo entrar a tu paje en el círculo.
- Eso, obliguémoslo a entrar.
- No hace falta, Su Majestad. Si le damos la oportunidad, el entrará solito, solito.
- Pero, ¿él no se dará cuenta de que eso es su infelicidad?
- Sí, se dará cuenta.
- Entonces no entrará.
- No lo podrá evitar.
- ¿Dices que él se dará cuenta de la infelicidad que le causará entrar en ese ridículo círculo, y de todos modos entrará en él y no podrá salir?
- Tal cual Majestad. ¿Estás dispuesto a perder un excelente sirviente para poder entender la estructura del círculo?
- Sí.
- Bien, esta noche te pasaré a buscar. Debes tener preparada una bolsa de cuero con 99 monedas de oro, ni una más, ni una menos, ¡¡99!!!

- ¿Qué más? ¿Llevo a los guardias por si acaso?
- Nada más que la bolsa de cuero. Majestad, hasta la noche.
- Hasta la noche.

Así fue. Esa noche, el sabio pasó a buscar al rey. Juntos se escurrieron hasta los patios del palacio y se ocultaron junto a la casa del paje. Allí esperaron al alba. Cuando dentro de la casa se encendió la primera vela, el hombre sabio agarró la bolsa y le pinchó un papel que decía: "ESTE TESORO ES TUYO. ES EL PREMIO POR SER UN BUEN HOMBRE. DISFRÚTALO Y NO CUENTES A NADIE COMO LO ENCONTRASTE" y la dejó en la puerta del sirviente.

El sirviente agitó la bolsa y al escuchar el sonido metálico se estremeció, apretó la bolsa contra su pecho, miró hacia todos lados y entró a su casa.

Él, que nunca había tocado una de esas monedas, tenía hoy una montaña de ellas para él. El paje las tocaba y amontonaba, las acariciaba y hacía brillar la luz de la vela sobre ellas. Las juntaba y desparramaba, hacía pilas de monedas: Una pila de diez, dos pilas de diez, tres pilas, cuatro, cinco, seis... mientras sumaba 10, 20, 30, 40, 50 60... hasta que formó la última pila: ¡9 monedas!.

Su mirada recorrió la mesa primero, buscando una moneda más. Luego el piso y finalmente la bolsa. "No puede ser", pensó.

- ¡Me robaron! - gritó. -Me robaron, ¡malditos!

"99 monedas. Es mucho dinero", pensó. Pero me falta una moneda. Noventa y nueve no es un número completo - pensaba - Cien es un número completo pero noventa y nueve, no.

El rey y su asesor miraban la escena por la ventana. La cara del paje ya no era la misma, estaba con el ceño fruncido y los rasgos tiesos, los ojos se le habían vuelto pequeños y arrugados y la boca mostraba un horrible rictus, por el que asomaban sus dientes.

El sirviente guardó las monedas en la bolsa, la escondió entre la leña y se sentó a hacer cálculos. ¿Cuánto tiempo tendría que ahorrar el sirviente para comprar su moneda número cien? Todo el tiempo hablaba solo, en voz alta. Estaba dispuesto a trabajar duro para conseguirla. Después quizás no necesitara trabajar más. Con cien monedas un hombre es rico. Con cien monedas se puede vivir tranquilo. Sacó el cálculo.

Si trabajaba y ahorraba su salario y algún dinero extra que recibía, en once o doce años juntaría lo necesario. Quizás pudiera pedirle a su esposa que buscara trabajo en el pueblo por un tiempo. El mismo, después de todo, terminaba su tarea en el palacio a las cinco de la tarde, podría trabajar hasta la noche. Sacó las cuentas sumando esas extras, en siete años reuniría el dinero.

Y así siguió durante horas haciendo sus cálculos... El rey y el sabio volvieron al palacio. ¡El paje había entrado en el círculo del 99!

Durante los siguientes meses, el sirviente siguió sus planes tal como se le ocurrieron aquella noche. Una mañana, el paje entró a la alcoba real golpeando las puertas, refunfuñando y de pocas pulgas.

- ¿Qué te pasa? - preguntó el rey de buen modo.
- Nada me pasa, nada me pasa.
- Antes, no hace mucho, reías y cantabas todo el tiempo.
- Hago mi trabajo, ¿no? ¿Qué querría su Alteza, que fuera su bufón y su juglar también?

No pasó mucho tiempo antes de que el rey despidiera al sirviente. No era agradable tener un paje que estuviera siempre de mal humor.

## "¿Guerra o paz?"

Se identificará a cada educando con un país. Este deberá buscar la situación medioambiental, así como la cultura y las tradiciones de dicho país. Se realizará una reunión, simulando los encuentros de la ONU, donde se buscará conocer los detalles mencionados anteriormente, buscando soluciones para los posibles problemas medioambientales de cada país. Es importante realizar dos reuniones: la primera, en la que se tengan en cuenta las relaciones bélicas y tensiones ente los países, y la segunda en la que no se tengan en cuenta.

## ¿Cómo influyen las dificultades en nuestras decisiones? ¿Condicionan nuestra forma de actuar en la vida?

### "I lava you" <https://youtu.be/F8EUSsjgWFs>

Bastante tiempo atrás  
había un gran volcán  
que vivía ya  
solitario a medio mar

Al mirar desde ese altar  
que en pareja hay que estar  
le dio en desear un amor también

Y de ese hervor fervor un  
cántico le brotó y ardió  
sin parar su lava así

Mi sueño aquí se hará realidad  
si estás para mí y yo para ti  
Mi corazón ruega a la mar y a la tierra  
amar a un alma de lava

Tras cantar sin ton ni son  
esa lava endureció al fin  
hasta el borde estar de la extinción

Él nunca imaginó que bajo el mar algún volcán  
estaba por ahí oyéndolo en su cantar  
Ella diario lo escuchó, su lava ardió y ardió  
amó la canción que él le dedicó

Y así pensó en salir a verlo por fin y oír  
en esta ocasión, esa canción

Mi sueño aquí se hará realidad  
si estás para mí y yo para ti  
Mi corazón ruega a la mar y a la tierra  
amar a un alma de lava

Desde el fondo apareció un  
volcánico primor, viendo al rededor  
sin encontrarlo ahí

Estaba sola y quiso él  
cantarle y hacerse ver  
mas ya sin lava no, nunca cantó

Su llanto el mar inundó,  
el sueño aquel se ahogó  
y ahí de pronto oyó  
cantar su canción

Mi sueño aquí se hará realidad  
si estás para mí y yo para ti  
Mi corazón ruega a la mar y a la tierra  
amar a un alma de lava

Al nivel de este mar felices son en el final  
hoy mezclaban ya su lava arde más  
y son un solo corazón que se aloja en nuevo hogar  
si vas a visitar los oirás cantar

Mi sueño aquí se hará  
realidad si vas a envejecer  
conmigo y al revés  
gracias al mar y a la tierra también  
I lava you

¿Qué actitudes más favorecen la ecología integral, la austeridad y el consumo responsable? ¿Cuáles lo dificultan?



*“Cántico de los tres jóvenes”*

Criaturas todas del Señor, bendecid al Señor,  
ensalzadlo con himnos por los siglos.

Aguas del espacio, bendecid al Señor;  
ejércitos del Señor, bendecid al Señor.

Sol y luna, bendecid al Señor;  
astros del cielo, bendecid al Señor.

Lluvia y rocío, bendecid al Señor;  
vientos todos, bendecid al Señor.

Fuego y calor, bendecid al Señor;  
fríos y heladas, bendecid al Señor.

Rocíos y nevadas, bendecid al Señor;  
témpanos y hielos, bendecid al Señor.

Escarchas y nieves, bendecid al Señor;  
noche y día, bendecid al Señor.

Luz y tinieblas, bendecid al Señor;  
rayos y nubes, bendecid al Señor.

Montes y cumbres, bendecid al Señor;  
cuanto germina en la tierra, bendiga al Señor.

Manantiales, bendecid al Señor;  
mares y ríos, bendecid al Señor.

Cetáceos y peces, bendecid al Señor;  
aves del cielo, bendecid al Señor.

Fieras y ganados, bendecid al Señor,  
ensalzadlo con himnos por los siglos.

Hijos de los hombres, bendecid al Señor;  
bendiga Israel al Señor.

Bendito el Señor en la bóveda del cielo,  
alabado y glorioso y ensalzado por los siglos.

 *"Raíces del alma"*

Existe un árbol cuyas raíces se extienden por la tierra como si fueran los cauces de un río. Largas, sinuosas y firmes. El viejo árbol se yergue altivo sobre un campo donde sólo pareciera haber lugar para él mismo. La sombra que proyecta su copa y la extensión de las raíces, no permiten que ese campo sea apto para el cultivo.

Muchos fueron los que estudiaron el fenómeno del viejo árbol, extrañados por la insólita extensión y volumen de sus raíces. Nadie encontró una explicación. Muchas veces, las respuestas sólo viven en el recuerdo de quienes las relatan.

Cuenta una leyenda que hace cientos y cientos de años, existió una tribu de indígenas llamada Kortuc, muy numerosa por cierto y que hacía un culto del respeto a la tierra aunque vivían de la caza y de la pesca. El apego a sus costumbres, la familia y el respeto por los orígenes eran su mayor orgullo. Vivían en armonía no sólo entre ellos, sino con los pueblos vecinos, hasta que un día llegaron unos hombres a conquistar sus tierras dispuestos a arrasar con todo y con todos, querían apoderarse de ese suelo fértil y extenso y dominar a sus habitantes para que su poderío fuese absoluto.

La tribu, al mando de Kertac, su cacique, dio batalla sin más armas que las que usaban para cazar y pescar, pero con la firme decisión de defender lo que por derecho les correspondía.  
– La tierra se defiende como sea – Dijo Kertac a su gente.

Eran demasiados los Kortuc y no tantos los colonizadores. La diferencia numérica era demasiada y optaron por retirarse, no sin antes dar el zarpazo final. Sorprendidos y hasta indignados por la actitud altiva y desafiante de Kertac, lo tomaron entre varios hombres y comenzaron a golpearlo.

Los cuatro hijos del cacique, muy jóvenes aún, y la tribu entera se abalanzó sobre los hombres que golpeaban a Kertac. Cuando lograron liberar al cacique de sus atacantes y mientras éstos emprendían su retirada, todos se dieron cuenta que ya era tarde.

Kertac estaba herido de muerte, pero su mirada transmitía una paz que sólo los que aman hasta dar la vida por una causa conocen. Kertac había defendido con sus manos, con su torso desnudo y con su vida a su tierra y a su gente. Lo enterraron bajo un pequeño árbol, joven todavía pero fuerte y sólido, como Kertac. Las lágrimas de la familia y de la tribu entera regaron ese suelo y lo hicieron fértil como pocos.

Al cabo de unos cuantos años, mejor armados y organizados, los colonizadores volvieron. Esta vez encontraron a cuatro hombres maduros, fuertes y con la misma decisión de su padre de defender lo que le correspondía. La lucha no fue desigual en número, pero sí en cómo estaban preparados. Cuatro torsos desnudos se enfrentaron a los extranjeros, dispuestos –como su padre– a dar la vida por su gente, su historia, su honor. Y así lo hicieron, en una lucha encarnizada, los cuatro hijos del cacique y muchos hombres más, dejaron la vida.

La sangre derramada no fue en vano, las muertes cobraron el sentido de no entregar en manos ajenas su tierra y su dignidad. Cuando los colonizadores partieron vencidos y jurando volver, los hijos de los hijos de Kertac se dispusieron a enterrar a sus respectivos padres.

Su intención era enterrar a los cuatro hombres junto a su padre, pero a pesar que los cuerpos no estaban demasiado lejos, se encontraban en muy malas condiciones. Se desató ese día una gran tormenta, como si también el cielo quisiera despedir a esos indígenas, por lo que cada uno de ellos fue enterrado justo en el lugar donde había muerto. A partir de ese día, comenzaron a brotar del árbol donde descansaba el cuerpo del cacique cuatro raíces fuertes, duras, como lo habían sido los hijos de Kertac.

Como en un abrazo simbólico, las raíces del árbol llegaron hasta cada uno de los cuerpos y de ese modo, padre e hijos, se unieron bajo esa tierra que tanto habían amado y respetado.

Como lo habían prometido, los hombres volvieron. Ya no eran los mismos, pero sí tenían el mismo fin, conquistar



esas tierras y dominar a esos hombres. Como su abuelo y como sus padres, los once nietos del cacique defendieron como pudieron lo suyo, pero esta vez no triunfaron. Los extrajeron se quedaron y para siempre. Los muchachos también murieron con la frente alta y la dignidad intacta.

Como los colonizadores dominaban ya la tribu, no hubo espacio para una despedida respetuosa. Los sobrevivientes enterraron cómo y dónde pudieron a todos sus hombres.

El tiempo siguió pasando y la historia de una tribu que vivía en paz y armonía fue recuerdo.

El árbol, testigo fiel de esa historia, siguió extendiendo sus raíces. De las cuatro que tenía, salieron otras once y así, el suelo continuó poblándose de abrazos silenciosos.

Los extranjeros arrasaron con todo, creyendo que para civilizar era necesario destruir. Con el viejo árbol no pudieron, tu tronco era tan fuerte que nada lo derribaba, su corteza reflejaba las cicatrices de sus hombres. Estaba aferrado al suelo por esas raíces por las que no corría sabia, sino sangre y orgullo.

No se sabe cuándo dejaron de brotar raíces en el árbol, muchos dicen y presumo es cierto, que fue cuando ya no hubo descendía alguna de Kertac. Hasta hoy, el árbol y sus imponentes raíces, siguen firmes, unidas con un amor que venció a la muerte, con una dignidad que derrotó toda invasión, con un respeto que va más allá de los años, la historia y su desenlace.



### *"Riqueza natural"*

Se realizará un pateo por una zona en la que se encuentren plantas y animales endémicos, que permita a los educandos valorar y ser conscientes de la riqueza natural y las carencias que posee su zona.



*Visto la escasez de... y la abundancia de... ¿crees que tu consumo es coherente con esa realidad? ¿Y extrapolando a nivel más amplio?*



*"Volaré" de Russian Red (BSO 'Brave')* [https://youtu.be/NOOO\\_1FOYe8](https://youtu.be/NOOO_1FOYe8)

Allá donde el viento habla y el cielo es más azul  
Allá donde las estrellas te iluminan con su luz  
Correré, volaré, con el viento cabalgaré:  
Volaré, con el viento cabalgaré

Allá donde el bosque esconde secretos que nunca sabrás  
Las montañas se hacen eco de historias de un tiempo atrás  
Cruzaré ríos y valles y a las cumbres subiré  
Seré fuerte como las rocas y orgullosa gritaré:  
Correré, volaré, con el viento cabalgaré  
Volaré, con el viento cabalgaré

Gritaré

Correré, volaré

Cabalgaré.

## Dios nos creó a su imagen y semejanza ¿Me siento cerca de Él? ¿Estoy “siempre a punto” como María?



### *“Oración por la humanidad”*

Danos entrañas de misericordia  
frente a toda miseria humana  
Inspíranos el gesto y la palabra oportuna  
frente al hermano solo y desamparado.  
Ayúdanos a mostrarnos disponibles  
ante quien se siente explotado y deprimido.  
Que tu Iglesia, Señor, sea un recinto  
de verdad y de amor, de libertad,  
de justicia y de paz,  
para que todos encuentren en ella  
un motivo para seguir esperando.  
Que quienes te buscamos sepamos discernir  
los signos de los tiempos  
y crezcamos en fidelidad al Evangelio;  
que nos preocupemos de compartir en el amor  
las angustias y tristezas,  
las alegrías y esperanzas  
de todos los seres humanos,  
y así les mostremos tu camino  
de reconciliación, de perdón, de paz.



### *“La belleza de la persona unida a la naturaleza” de Esther Marrero León ‘microrrelatos’ - 18 de mayo de 2018*

La casa de la abuela Blanca se encontraba a las afueras de la ciudad. Se trataba de una pequeña finca donde solía reunirse la familia todos los veranos en un intento por resumir aquello que no habíamos podido contarnos a lo largo del año. Aunque ese verano del setenta y cuatro era diferente ya que, por vez primera, coincidiríamos cuatro generaciones juntas entre bisabuelos, abuelos, nietos y el primer bisnieto de la saga; el pequeño tesoro de mi hermana Lucía, Lucas.

Durante todo el mes de julio las puertas y ventanas de la casa permanecían abiertas día y noche, puesto que siempre había alguien deambulando por los alrededores de aquel maravilloso paraje. Daba igual que fuese con la luz del día y el canto de los mirlos, o con la luz de la luna y el frotar de las alas de los grillos.

Sin embargo, ése sería el último verano que pasaríamos todos juntos. El tercer domingo de aquel mes, en mitad del tradicional almuerzo que celebrábamos cada domingo bajo un enorme ficus, el cual daba sombra a toda la casa, la abuela Blanca decidió irse. Sin más. Terminó su limonada, se recostó en la silla, y observándonos a todos y a nuestra ajetreada comida, sonrió y se fue.

La abuela Blanca era así, nunca quería importunar. Todo lo hacía con el mayor respeto y discreción que jamás vi en otra persona. Y así mismo quiso comportarse en el momento de su marcha. La finca quedó en silencio, ni siquiera los mirlos se atrevieron a cantar o a pasar con su vuelo rasante por nuestro lado. Intuían lo sucedido y guardaron consideración con su sosiego y sus enlutadas plumas. (...)

A la mañana siguiente, un coche fúnebre partía con la abuela en su interior, alejándose por el camino de la casa en la que siempre vivió, así como de su último verano con nosotros. Tras ella, una bandada de mirlos la acompañaban con vuelos de despedida y miles de cantos alborotados que alegraban su viaje.

Por un momento, y mirando al cielo, tuve la sensación de ver cómo el negro de su plumaje se transformaba cual abanicos de hermosos colores.



### "A cada uno la suyo"

Dinámica sobre la aceptación y el respeto al otro: durante una actividad cualquiera (debate, merienda, paseo, ...) cada educando mantiene en su espalda un cartel con un "tipo" de persona con un "rol social" determinado. Se trata de que, desconociendo qué es cada uno, tratar a los demás como tratarían a la persona del cartel.

Por ejemplo: si se ve a una persona que, en su espalda, tiene el cartel de 'banquero', tratarle como se trataría a un banquero. Cada uno debe averiguar, por el trato que recibe de los demás, lo que pone en el cartel que lleva a la espalda.



*Analizar si tratamos a todos con la dignidad de hijos de Dios o si les tratamos según su rol en la sociedad. ¿Sería capaz de cambiar en algo?*



### "Girasoles" de Rozalén - <https://www.youtube.com/watch?v=0228mfBzZEK>

Era necesario respirar para mirar alrededor  
 Paseo por La Habana y un café frente al Malecón-  
 cón-cón-cón  
 Comienzan los recuerdos las espinas afloran en  
 mi interior  
 Todo lo que no se atiende tarde o temprano rea-  
 parece  
 Pero nos miramos, vaya año pasamos  
 A ver si remontamos  
 Sin dedicarle más tiempo  
 Y el mundo está lleno de mujeres y hombres bue-  
 nos  
 Así que le canto a los valientes  
 Que llevan por bandera la verdad  
 A quienes son capaces de sentirse en la piel de  
 los demás  
 Los que no participan de las injusticias  
 No miran a otro lado  
 Los que no se acomodan  
 Los que riegan siempre su raíz  
 A ti, mi compañero que me tiendes la mano  
 Que es tu corazón bondad  
 Me estudias con curiosidad  
 Me miras con respeto  
 Y besas con cariño cada parte de mi cuerpo  
 Tienes en los ojos girasoles  
 Y cuando me miras soy la estrella que más brilla  
 Cuando ríes se ilumina todo el techo  
 Ya duermo tranquila, siento tanta calma adentro  
 Y tienes en los ojos girasoles  
 Y cuando me miras soy la estrella que más brilla  
 Cuando ríes se ilumina todo el techo  
 Ya duermo tranquila, siento tanta calma adentro

Es necesario revivir para poder saborear  
 Encajo las ideas, reflexión para mejorar  
 Antes de un gran impulso doy un paso pequeñito  
 para atrás  
 Todo lo que no atendí  
 Vuelve siempre a resurgir  
 Pero sonreímos  
 Vaya si vivimos  
 Todo lo que aprendimos  
 No le dedicaré más tiempo pues el mundo está  
 lleno de mujeres y hombres buenos  
 Así que le canto a los coherentes  
 A los humildes que buscan la paz  
 A los seres sensibles que cuidan de otros seres y  
 saben amar  
 A todos los que luchan por nuestros derechos  
 Miran a todo hombre igual  
 A quienes no me juzguen  
 Y a quienes estén dispuestos a compartir  
 A ti mi compañero que tienes alma pura  
 Que es tu corazón bondad  
 Respetas mi espacio vital  
 Me escuchas bien atento  
 Y besas con cariño cada parte de mi cuerpo  
 Tienes en los ojos girasoles  
 Y cuando me miras soy la estrella que más brilla  
 Cuando ríes se ilumina todo el techo  
 Ya duermo tranquila, siento tanta calma adentro  
 Y tienes en los ojos girasoles  
 Y cuando me miras soy la estrella que más brilla  
 Cuando ríes se ilumina todo el techo  
 Ya duermo tranquila, siento tanta calma adentro  
 El progreso de la condición humana requiere  
 Inapelablemente que exista gente que se sienta en  
 el fondo feliz  
 En gastar su vida al servicio del progreso humano

De 18 en adelante



## ¿Qué cosas nos embotan la mente y nos impiden ver el firmamento y la llegada del Hijo de Dios?



### *“Ayúdame a priorizar”*

Señor, ayúdame a buscar cada día más de ti y a ponerte primero en mi corazón y a poner mis prioridades en orden, dime qué poner en primer lugar, dame la energía y la fortaleza necesaria para hacerlo realidad, arregla las veces que altero ese orden, dame también la sabiduría y la fortaleza que se necesita para dar tiempo y amor a los que me necesitan y ser obediente a tu voluntad.

En el nombre de Jesucristo tu hijo.

Amén



### *“Piedras grandes y pequeñas”*

“Nunca encuentro tiempo para las cosas importantes”. ¿Te suena? Yo durante muchos años fui protagonista de esa frase o una muy parecida. Si es tu caso, si no encuentras tiempo para tus prioridades, para actividades o tareas que te gustaría hacer, para cumplir tus sueños, te propongo leer el siguiente cuento...

Un día, un anciano profesor fue llamado como experto para hablar sobre la planificación más eficaz del tiempo a los mandos superiores de algunas importantes empresas norteamericanas. Entonces decidió probar un experimento. De pie, sacó de debajo de la mesa un gran vaso de cristal vacío. A la vez tomó también una docena de grandes piedras que colocó con delicadeza, una por una, en el vaso hasta llenarlo. Cuando ya no se podían meter más, preguntó a los alumnos: «¿Les parece que el vaso está lleno?», y todos respondieron: «¡Sí!». Esperó un instante e insistió: «¿Están seguros?».

Se inclinó de nuevo y sacó de debajo de la mesa una caja llena de gravilla que echó con precisión encima de las grandes piedras, moviendo levemente el vaso para que se colara entre ellas hasta el fondo. «¿Está lleno esta vez el vaso?», preguntó. Más prudentes, los alumnos comenzaron a comprender y respondieron: «Tal vez aún no». «¡Bien!», contestó el anciano profesor.

Se inclinó de nuevo y sacó esta vez un saquito de arena que, con cuidado, echó en el vaso. La arena relleno todos los espacios que había entre las piedras y la gravilla. Así que dijo de nuevo: «¿Está lleno ahora el vaso?». Y todos, sin dudar, respondieron: «¡No!». En efecto, respondió el anciano, y, tal como esperaban, tomó la jarra que estaba en la mesa y echó agua en el vaso hasta el borde.

En ese momento, alzó la vista hacia el auditorio y preguntó: «¿Cuál es la gran verdad que nos muestra ese experimento?». El más audaz, pensando en el tema del curso (la planificación del tiempo), respondió: «Demuestra que también cuando nuestra agenda está completamente llena, con un poco de buena voluntad, siempre se puede añadir algún compromiso más, alguna otra cosa por hacer».

«No –respondió el profesor–; no es eso. Lo que el experimento demuestra es otra cosa: si no se introducen primero las piedras grandes en el vaso, jamás se conseguirá que quepan después». Tras un instante de silencio, todos se percataron de la evidencia de la afirmación.

Así que prosiguió:

«¿Cuáles son las piedras grandes, las prioridades, en su vida? ¿La salud? ¿La familia? ¿Los amigos? ¿Defender una causa? ¿Llevar a cabo algo que les importa mucho? Lo importante es meter estas piedras grandes en primer lugar en su agenda. Si se da prioridad a miles de otras cosas pequeñas (la gravilla, la arena), se llenará la vida de nimiedades y nunca se hallará tiempo para dedicarse a lo verdaderamente importante.



*"Repartir el tiempo"*

Hacer cada día de la semana una revisión de cómo y en qué hemos ocupado nuestro tiempo. Al final de la semana analizar y valorar en qué cosas hemos ocupado el tiempo y en qué cosas hemos dedicado menos o no hemos dedicado nada.



*¿Estoy satisfecho de cómo reparto mi tiempo? ¿He hecho felices a los demás? ¿He sido feliz? ¿Me comprometo a mejorar algo?*



*"Lo mejor de mi vida eres tú" de Ricky Martin* - [https://www.youtube.com/watch?v=p9\\_Tudgl8KE](https://www.youtube.com/watch?v=p9_Tudgl8KE)

Yo me siento al fin feliz  
 La tristeza no es para mi  
 Que me importan lo que viví  
 Si me regalan el futuro no lo quiero sin ti  
 Ay no me digas no  
 Si escondes algo dámelo  
 Porque llego la hora de estar conmigo  
 Pues el destino así lo escribió  
 Si es amor, abrázame con ganas  
 Si no lo es, tal vez será mañana  
 Estando juntos mi mundo se llena de luz  
 Lo mejor de mi vida eres tú  
 Me voy de fiesta si quieres ir (quiero ir)  
 De Buenos Aires hasta Madrid (hay ole)  
 Y sin dormirnos acabar con Paris  
 Te juro que jamás te vas a arrepentir  
 Hay no me digas no  
 Si escondes algo dámelo  
 Porque llego la hora de estar conmigo  
 Pues el destino así lo escribió  
 Si es amor, abrázame con ganas  
 Si no lo es, tal vez será mañana  
 Estando juntos mi mundo se llena de luz  
 Lo mejor de mi vida eres tú  
 Eres tú (dame, dámelo baby)  
 Lo mejor lo mejor  
 Eres tú

Suéltate el pelo y juega entre las olas (entre las olas)  
 Sobre la arena a la orilla del mar (la orilla del mar)  
 Prepárate que la noche no perdona  
 Ven que nos vamos de marcha otra vez  
 Mañana, mañana  
 Porque llego la hora de estar conmigo  
 Pues el destino así lo escribió  
 Si es amor, abrázame con ganas  
 Si no lo es, tal vez sera mañana  
 Estando juntos mi mundo se llena de luz  
 Lo mejor de mi vida eres tú  
 Eres tú  
 Lo mejor, lo mejor, lo mejor en mi vida eres tú  
 Lo mejor de mi vida eres tú  
 Lo mejor de mi vida eres tú  
 Lo mejor de mi vida eres tú  
 Dame, dámelo baby

## ¿Está mi corazón preparado para recibir al Señor: hay en mi camino cosas que enderezar, allanar, etc.?



### "Abrir caminos"

Señor, tu quieres hacer cosas nuevas en mi vida y abrir caminos nuevos para preparar tu llegada, me mandas quitar toda amargura, enojo, ira, gritos, maledicencia, maldad, tu Palabra dice que tenemos que ser misericordiosos con los otros, perdonarnos unos a otros como también Dios me perdonó en Cristo.

Ayúdame a tener un corazón capaz de perdonar, quiero caminar en los frutos de tu Espíritu que son amor, alegría, paz, paciencia, amabilidad, bondad, fidelidad.

Tu palabra dice que perdona a mis enemigos, que bendiga a los que me maldicen, que haga bien a los que me aborrecen y que rece por los que me persiguen. Tú dices que venza lo malo con el bien, que no devuelva mal por mal o insulto por insulto, sino más bien bendiciendo. Tu palabra dice que quieres que ame la vida y que vea días buenos. Señor ayúdame a caminar siguiendo tu voluntad y ser cada día mejor persona. Amén.



### "Los tres hermanos"

Jacinto y su hermano menor Javier eran dueños de una zapatería llamada "La Suela de Oro". Allí vendían todo tipo de calzado, desde mocasines para caballero y zapatillas para dama hasta tenis para niños y pantuflas para todos. Ambos se llevaban bien y dividían las ganancias en partes iguales.

Pero un día, uno de ellos acusó al otro de haber tomado dinero de la caja sin avisarle. Éste le replicó que no era cierto y aprovechó la oportunidad para reclamarle al otro que no trabajaba lo suficiente. Los dos se sintieron ofendidos. Comenzaron a discutir sin importarles la presencia de los clientes. De los reproches pasaron a los gritos, y de allí a los insultos. Hubieran terminado golpeándose si su hermana Josefina, quien por casualidad se encontraba de visita, no los detiene.

Este desacuerdo marcó el final de los buenos tiempos. Javier le dijo a su hermano que no quería seguir siendo su socio. Jacinto respondió que tampoco él lo deseaba; que podía encargarse solo del negocio. Así fue como Javier se fue y, con sus ahorros, abrió su propia tienda de calzado frente a la de Jacinto. Se llamaba "La Verdadera Suela de Oro". Ambos competían para atraer a los compradores y se volvieron rivales. En el fondo ambos deseaban reconciliarse, pero eran tan orgullosos que ninguno estaba dispuesto a dar el primer paso.

A su hermana Josefina le dolía mucho que ambos se hubieran distanciado. Por ello ideó un plan. Una mañana le envió a Jacinto un correo electrónico que decía: "Hermano: te pido una disculpa. Fui muy injusto contigo. Te espero en casa de Josefina hoy a las 3 de la tarde para pedirte perdón. Javier". Al leer este mensaje, Jacinto decidió que como su hermano estaba dispuesto a reconocer su error, lo perdonaría. Lo que él ignoraba era que Josefina le había mandado a Javier un correo idéntico, sólo que con la firma de Jacinto.

Ambos hermanos se presentaron a la cita. Jacinto le dijo a Javier: "Querido hermanito, recibí tu mensaje. ¡Claro que te perdono!". Al oír esto, Jacinto se sorprendió mucho y exclamó: "Pero ¿qué dices? Tú eres el que quería disculparse conmigo. Lo dijiste en tu correo". "¿De qué correo hablas? Fuiste tú quien me escribió", replicó el otro. "¡Discúlpate!", exigió el mayor. "¡No, discúlpate tú!", contestó el menor. Antes de que estallara una nueva disputa, Josefina los interrumpió.

Confesó que ella era la verdadera autora de los mensajes. Lo había hecho para reunirlos y aclarar las cosas. Les pidió que reconocieran sus errores y dejaran atrás el rencor. Sin embargo, ninguno parecía dispuesto a cambiar su actitud. "He cerrado la puerta de la calle con llave", anunció finalmente Josefina. "No se irán hasta que arreglen sus diferencias. ¿Acaso no se dan cuenta? En el fondo, ambos quieren acabar con esta situación y volver a estar juntos.

Si no fuera así, ninguno habría venido hoy a mi casa." Javier y Jacinto reconocieron que su hermana tenía razón.

Con lágrimas en los ojos se dieron un abrazo y prometieron no reñir más. Decidieron volver a trabajar juntos. Ahora tienen otra zapatería, la cual bautizaron con el nombre de "Los Hermanos".

- ¿Consideras que Javier hizo bien cuando dejó la zapatería y puso su propio negocio?
- ¿Crees que fue correcto que Josefina haya enviado correos falsos a sus hermanos?
- ¿Por qué crees que Jacinto y Javier se resistían a pedir perdón?
- ¿Cómo te llevas con tus hermanos y amigos? ¿Discutís con frecuencia? ¿Os pedís perdón perdonáis y/o os pedís perdón?



### "¿Es fácil perdonar?"

Cada participante escribirá situaciones vividas en las que ha sido necesario perdonar o ser perdonado y vivencias que tiene pendiente solucionar.



A continuación pueden compartirse en grupo pequeño y, entre todos, analizar las causas que favorecen y las que dificultan el perdón.



### "El verdadero amor perdona" de Maná - <https://www.youtube.com/watch?v=Q21ol-UldVI>

Tienes todos los espacios  
Inundados de tu ausencia  
Inundados de silencio  
No hay palabras no hay perdón

Tú me tienes olvidado  
No respondes al llamado  
No echas tierra a la palabra  
Me condenas a la nada  
No me entierres sin perdón

Mira corazón que es el engaño  
Se revierte y hace daño  
Se revienta en el aire  
Como pompas de jabón  
Cómo pude haberte yo herido

Engañarte y ofendido  
Alma gemela no te olvido  
Aunque me arranque el corazón

Ay el rencor que nos envenena  
Nos hace daño  
Aunque no regreses corazón  
Haz de perdonarme

El verdadero amor perdona  
No abandona  
No se quiebra no aprisiona  
No revienta como pompas de jabón

Un error es algo humano  
No justifico la traición  
Los amantes verdaderos  
Se comprenden se aman y se  
Olvidan del rencor

La noche empieza a amotinarse  
De sueños rotos y el dolor  
Y me revuelco en la cama  
Aferrándome a la nada  
Implorando tu perdón

Mira corazón cuánto te extraño  
Pasan días pasan años  
Y mi vida se revienta  
Como pompas de jabón  
Cómo pude haberte yo herido  
Engañarte y ofendido  
Alma gemela no te olvido  
Aunque me arranque el corazón

Ay el rencor que nos envenena  
Nos hace daño  
Aunque no regreses corazón  
Haz de perdonarme

El verdadero amor perdona  
No abandona  
No se quiebra no aprisiona  
No revienta como pompas de jabón

Un verdadero amor perdona  
Un verdadero amor perdona  
Si el amor es verdadero  
No se quiebra no abandona  
No se quiebra no abandona

## ¿Qué actitudes más favorecen la ecología integral, la austeridad y el consumo responsable? ¿Cuáles lo dificultan?



### *“Gracias por tu regalo”*

Dios padre bueno, que un día soñaste con la mágica luz que nos alumbra.

Gracias por tu regalo

Dios, padre bueno, que un día soñaste con un cielo alto, pintado de azul y nube.

Gracias por tu regalo.

Dios, padre bueno, que un día soñaste con el mar inmenso y la tierra cubierta de plantas. Gracias por tu regalo.

Dios, padre bueno, que un día soñaste con el sol amigo, y la noche de estrellas y de luna.

Gracias por tu regalo.

Dios, padre bueno, que un día soñaste con el aire lleno de aves y las aguas repletas de peces. Gracias por tu regalo.

Dios, padre bueno, que un día soñaste mil formas de animales increíbles.

Gracias por tu regalo.

Dios, padre bueno, que un día soñaste con personas que amarían tu creación.

Gracias por tu regalo.



### *“Los monos bubuanos”*

Había una vez una extraña selva llena de monos bubuanos. Los bubuanos eran unos monos de largos brazos y piernas cortitas, que dedicaban todo el tiempo a adornar sus brazos de coloridas y brillantes pulseras. Cada cierto tiempo les visitaba el macaco Mambo, con su carro lleno de pulseras y cachivaches. En una de sus visitas, apareció con una enormes y brillantísimas pulseras, las más bonitas que había llevado nunca. Y también las más caras, porque nunca antes había pedido tanto por ellas.

Todos los bubuanos, menos Nico, corrieron por todas partes a conseguir plátanos suficientes para pagar su pulsera. Siendo tan caras, tenían que ser las mejores. Pero Nico, que guardaba plátanos por si alguna vez en el futuro hicieran falta, y que a menudo dudaba de que todas aquellas pulseras sirvieran para algo, pensó que eran demasiado caras. Pero como no quería desaprovechar la visita de Mambo, rebuscó entre sus cachivaches algo interesante, hasta dar con una caja extraña llena de hierros torcidos. “No sirve para nada, Nico”, le dijo el vendedor, “puedes quedártela por un par de plátanos”.

Así, Mambo se fue habiendo vendido sus pulseras, dejando a los bubuanos encantados y sonrientes. Pero al poco tiempo comenzaron a darse cuenta de que aquellas pulseras, tan anchas y alargadas, no dejaban mover bien los brazos, y eran un verdadero problema para hacer lo más importante en la vida de un bubuano: coger plátanos. Trataron de quitárselas, pero no pudieron. Y entonces resultó que todos querían los plátanos de Nico, que eran los únicos en toda la selva que no estaban en los árboles. Así, de la noche a la mañana, Nico se convirtió en el bubuano más rico y respetado de la selva.

Pero no quedó ahí la cosa. Aquella caja de raros hierros torcidos que tan interesante le había parecido a Nico y tan poco le había costado, resultó ser una caja de herramientas, y cuando Nico descubrió sus muchas utilidades, no sólo pudo liberar a los demás bubuanos de aquellas estúpidas pulseras, sino que encontraron muchísimas formas de utilizarlas para conseguir cosas increíbles.

Y así fue como, gracias a la sensatez de Nico, los bubuanos comprendieron que el precio de las cosas nada tiene que ver con su valor real, y que dejarse llevar por las modas y demás mensajes de los vendedores es una forma segura de acabar teniendo problemas.



## “Consumo responsable”

Se lee el artículo siguiente y se plantea el debate sobre el consumo de cada uno de los presentes y su responsabilidad en el cuidado o deterioro del medio ambiente.

«Cuéntame qué consumes y te diré el mundo que estás creando».

Mi intención era compartir mi opinión acerca de la responsabilidad que tenemos y el poder que ostentamos en general en todo tipo de consumo.

Veamos, **no se oferta aquello que no se demanda**, mientras sigamos consumiendo programas de televisión del corazón se seguirán creando programas de televisión de ese tipo. Mientras continuemos comprando ropa fabricada en condiciones inhumanas y violando los derechos humanos, las marcas seguirán viendo en ese tipo de fabricación un negocio súper rentable al que no se pueden resistir. Mientras sigamos poniendo nuestra atención en artículos sobre cómo conseguir los glúteos de mengana, la prensa y demás medios (bloggers, instagrammers, youtubers, etc) seguirán creando contenido sobre glúteos.

Parece evidente, pero no debe serlo tanto cuando **continuamos consumiendo basura** mientras nos quejamos de que solo hay basura.

Hagamos una lista de cosas que consumimos. Consumimos en restaurantes, cafeterías y discotecas, y también en mercados y supermercados. Consumimos ropa y zapatos, tecnología, libros, música, accesorios de todo tipo, electrodomésticos, etc. También consumimos contenido en redes sociales, prensa, radio y televisión.

Si pones toda tu atención en tu consumo y piensas que cada vez que compras algo, te quedas viendo un programa o decides dar tu like a una publicación, **estás votando para que ese contenido o producto se siga ofertando** (y por ello, creándose o fabricándose), quizás te empiecen a entrar ganas de realizar pequeños ajustes en tus compras o en el contenido en el que te detienes.

### **Redes sociales, ese lugar...**

¿Qué crees que pasaría si, de pronto, **el consumo de yogures de limón se dispara**? Imagina que un día decides que amas los yogures de limón y te comes dos al día, cada semana comprarías más de una docena y te aseguro que la tienda o supermercado donde los compras lo va a notar y va a pedir más a fábrica. La fábrica apreciará ese nuevo nivel de demanda y producirá más yogures de limón y, por tanto, cuando llegues al súper lo más normal es que el espacio destinado a los yogures de limón sea mayor. Vale, quizás por tu incremento en la demanda esto no ocurra, pero ¿imaginas toda una ciudad poniendo mucho interés en los yogures de limón? ¡Pronto habrá **marcas especializadas en yogures de limón!** ¡Y hasta yogures de limón gourmet!

Ahora traslademos este ejemplo a las redes sociales, blogs, YouTube e, incluso, revistas como la que estás leyendo en este momento. Si el video de cómo tener labios más carnosos haciendo ventosa con una taza tiene millones de visitas es porque millones de personas como tú y como yo lo han visto. Si yo fuera youtuber y veo que ese tipo de videos tienen más éxito que los que tratan sobre arqueología egipcia, ¿de qué crees que es más probable que haga mi próximo video?

No perdamos de vista que los creadores de contenido para redes sociales, prensa y marcas son personas que, en muchos casos, obtienen un ingreso extra por ello o que se ganan la vida de ese modo y, por tanto, deben atender a aspectos como: **cuáles son los contenidos más solicitados** por la comunidad, **qué tipo de mensaje se busca y qué tipo de experiencia resulta más agradable a los usuarios.**

Si el contenido de modelos ideales millonarias tiene más likes que cualquier otro tipo de contenido, ¿cómo podemos quejarnos de que solo haya modelos ideales con vida de millonaria en las redes? ¡Pero si es lo que estamos pidiendo!

### ¿Y la prensa?

Nos quejamos a menudo también del trabajo de redactores en prensa que **solo atienden a temas banales, vacíos y amarillistas**. ¿Pero no es acaso el contenido al que primero accedemos? Nos quejamos de la cantidad insostenible de programas del corazón que hay en televisión a todas horas, pero resulta que cuando queremos matar las horas ¡son precisamente esos canales los que ponemos!

El año pasado por estas fechas escribí **un artículo sobre una operación bikini alternativa** que tuvo bastante éxito y por el que, además, recibí buenisimas opiniones. Y bueno, claro está que el artículo gustó y fue bueno, ¿pero no fue acaso el tema operación bikini lo que trajo la atención del público? ¿No fue acaso esa demanda del tema operación bikini lo que me llevó a mí a escribirlo?

### ¿Y las marcas?

¡Las marcas! ¡Ese gran tema! Me decía una chica de Instagram que no tenemos responsabilidad alguna, ni poder, para cambiar las cosas porque las grandes marcas son las que llegan al público, **las que mejor publicidad pagan y las que controlan los mercados**.

Innegable, por supuesto, menos lo del control de los mercados. Mañana El Corte Inglés o cualquier otra tienda, puede lanzar una macro campaña de su sección de peletería y te aseguro que en mi casa no entrará un abrigo de piel. **¿Quién tiene el control sobre si yo compro o no compro un abrigo de piel?** ¿La tienda? ¿La influencer de turno que lo pueda poner de moda? ¿O yo?

Otra chica me comentó un supuesto buenisimo de acceso a determinadas marcas o alimentos en función del poder adquisitivo de la familia donde nos podemos encontrar situaciones de «por no poder comprar leche ecológica, no voy a dejar a mis hijos sin leche». Nada que decir. De la misma forma que divulgo la necesidad de elegir y votar por los mejores productos, también entiendo **la necesidad de elegir** y votar en función de la posibilidad de cada uno, ya que cualquier otra cosa que diga respondería al inútil «si yo tuviera que... haría tal cosa».

Pero no hace falta llevar las cosas al extremo, no es todo o nada. Si no está en nuestras posibilidades hacer algo aunque creamos que sería lo mejor, podemos hacer otra cosa. Y quizás los alimentos a los que tenemos acceso no responden a nuestros valores, pero los libros, las revistas y las películas que compramos sí; y podemos comprar también marcas de cosmética no testada en animales, que puede ser igual de económica o más que otras que sí lo hacen.

Si dejamos de mirar hacia fuera y **observamos nuestro interior**, el interior de nuestro hogar, de nuestro armario o nuestra despensa, observaremos multitud de pequeños ajustes que podemos realizar para que nuestro consumo sea más coherente con el mundo que queremos dejar a nuestros hijos.

Al final de cuentas lo que me preocupa, y lo que quise poner de relieve sacando este tema en redes sociales, es que en este mal llamado primer mundo todavía pensemos que **la responsabilidad de nuestro consumo depende de otros**.

Me preocupa que votemos cada día con miles de pequeñas acciones. Desde la procedencia de nuestro café o el tipo de nuestra leche, la forma en que vamos a trabajar y la actitud con la que trabajamos, la comida, el libro que vamos a regalar a nuestra madre, el programa de televisión que vemos por la noche, la crema hidratante o la forma en que lavamos el coche. Absolutamente todas nuestras acciones son pequeños votos que están formando nuestro mundo.

Artículo [objetivobienestar.com](http://objetivobienestar.com)

🔍 ¿Estoy ayudando a crear un mundo mejor o todo lo contrario?



“Abriendo caminos” de Diego Torres - <https://www.youtube.com/watch?v=ImX1AaIXJbc>

Voy  
Abriendo caminos para dejarte  
Las cosas buenas que aprendo  
Mientras camino mis calles

Me llevaré  
Las buenas luces que tiene la gente  
Que me iluminan la vida  
Y me regalan mi suerte

(Como un río que camina hacia el mar)

Quiero ver  
La risa del sol por las mañanas  
Que venga siempre a golpear nos la ventana  
Yo quiero un sol  
Yo quiero un sol que me acompañe  
Hablando siempre de frente  
Tirando todo lo malo

Voy  
Abriendo caminos para encontrarte  
En este mundo perdido  
También hay buenos amigos

Y me llevaré  
Las buenas luces que tiene la gente  
Y cuando me sienta solo  
Me cuidarán para siempre

(Como un río que camina hacia el mar)

Quiero ver  
La risa del sol por las mañanas  
Que venga siempre a golpear nos la ventana  
Yo quiero un sol  
Yo quiero un sol que siempre me acompañe  
Hablando siempre de frente  
Tirando todo lo malo

(Como un río que camina hacia el mar)

Sacando lo de afuera  
Y no te quedes a esperar  
No, no, no, no  
Como un río que camina hacia el mar  
Ríe, llora que aún queda mucho por andar

Y aunque en el mundo hay personas tan grises  
Y otras que no paran de brillar  
En esta vida que se me termina  
No quiero ya dejarte de cantar  
(Como un río que camina hacia el mar)

Sacando lo de afuera  
Y no te quedes a esperar

(Como un río que camina hacia el mar)

Ríe, llora que aún queda mucho por andar

(Como un río que camina hacia el mar)

Ojalá que llueva café en el campo  
Como un río que camina hacia el mar  
Saber que se puede, querer que se pueda,  
Sacarlo todo pa' afuera

(Como un río que camina hacia el mar)

Bueno, tu canta conmigo Juan Luis  
Hoy me sube la bilirrubina

(Como un río que camina hacia el mar)

Pero deja, Diego, que tus sueños sean olas  
Que vienen y van

(Como un río que camina hacia el mar)

Quisiera ser un pez y no perderme  
En este mar

(Como un río que camina hacia el mar)

Y a pesar de los errores tratar de  
Estar mejor

(Como un río que camina hacia el mar)

Dios nos creó a su imagen y semejanza ¿Me siento cerca de ÉL?  
 ¿Estoy "siempre a punto" como María?



*"¡Estar listo, Señor!"*

¡Estoy listo, Señor!  
 Señor, me estás llamando.  
 Y yo tengo miedo de decirte que sí.  
 Me buscas y trato de esquivarte y eso  
 Me impide saber qué quieres de mí.  
 A veces quiero entregarme,  
 en la medida de mis fuerzas,  
 con el empuje de tu fuerza interior  
 y en esos momentos todo me parece más fácil.  
 Pero cuando me doy cuenta del sacrificio necesario  
 Me detengo, me asusto.  
 Dame fuerza para decir que sí,  
 Para entender lo que quieres de mí  
 Y estar dispuesto a ello.  
 Amén.



*"Cristian"*

Cristian casi no vio a la señora, en el auto parado al costado de la carretera. Llovía fuerte y era de noche. Pero se dio cuenta que ella necesitaba de ayuda...

Así paro su auto y se acercó. El auto de la señora olía a tinta, de tan nuevo. La señora pensó que pudiera ser un asaltante? Él no inspiraba confianza, parecía pobre y hambriento.

Cristian percibió que ella tenía mucho miedo y le dijo: "Estoy aquí para ayudarla, no se preocupe. Porque no espera en el auto que está más calentito? A propósito, mi nombre es Cristian".

Bueno, lo que pasaba es que ella tenía una llanta pinchada y para colmo era una señora de edad avanzada, algo bastante incómodo. Cristian se agachó, colocó el gato mecánico y levantó el auto. Luego ya estaba cambiando la llanta. Pero quedó un poco sucio y con una herida en una de las manos...

Cuando apretaba las tuercas de la rueda ella abrió la ventana y comenzó a conversar con él. Le contó que no era del lugar, que solo estaba de paso por allí y que no sabía cómo agradecer por la preciosa ayuda. Cristian apenas sonrió mientras se levantaba.

Ella preguntó cuánto le debía. Ya había imaginado todas las cosas terribles que podrían haber pasado si Cristian no hubiese parado para socorrerla. Cristian no pensaba en dinero, le gustaba ayudar a las personas. Este era su modo de vivir. Y respondió: "Si realmente quisiera pagarme, la próxima vez que encontrase a alguien que precise de ayuda, dele a esa persona la ayuda que ella precise y acuérdesese de mí".

Algunos kilómetros después la señora se detuvo en un pequeño restaurante, la camarera vino hasta ella y le trajo una toalla limpia para que secase su mojado cabello y le dirigió una dulce sonrisa. La señora notó que la camarera estaba con casi ocho meses de embarazo, pero la misma no dejó que la tensión y los dolores le cambiaran su actitud.

La señora quedó curiosa en saber cómo alguien que teniendo tan poco, podía tratar tan bien a un extraño. Entonces se acordó de Cristian. Después que terminó su comida, y mientras la camarera buscaba cambio, la señora se retiró. Cuando la camarera volvió quiso saber donde la señora pudo haber ido, cuando noto algo escrito en la servilleta, sobre la cual tenía 5 billetes de 100 euros.

Le cayeron las lágrimas de sus ojos cuando leyó lo que la señora escribió. Decía: "Tú no me debes nada, yo tengo bastante. Alguien me ayudó hoy y de la misma forma te estoy ayudando. Si tú realmente quisieras reembolsarme este dinero, no dejes que este círculo de amor termine contigo, ayúda a alguien."

Aquella noche, cuando fue a casa, cansada se acostó en la cama, su marido ya estaba durmiendo y ella quedó pensando en el dinero y en lo que la señora dejó escrito.

¿Cómo puede esa señora saber cuánto ella y el marido precisaban de aquel dinero? Con el bebé que estaba por nacer el próximo mes, todo estaba difícil...

Quedo pensando en la bendición que había recibido, y dio una gran sonrisa... Agradeció a Dios y se volvió hacia su preocupado marido que dormía a su lado, le dio un beso suave y susurró:  
-Todo estará bien. Te amo, Cristian.

La vida es así, un espejo. Todo lo que tu das, vuelve a ti.

### ¿Excusas o razones?

A lo largo de la semana cada chaval debe anotar dos veces que haya dicho que sí a una petición de ayuda o colaboración y dos en las que haya dicho que no. En los dos casos debe analizar las razones que le han llevado a responder si o no, los posibles debates interiores y los sentimientos vividos. Al final deben compartir en el grupo las vivencias y analizar posibles mejoras en su actitud ante el servicio.

### ¿Estoy disponible como estuvo María? ¿Qué cosas me frenan?

### "Odio por amor" de Juanes - <https://www.youtube.com/watch?v=y-XvXyyp4uU>

Trabajamos como dos locomotoras a todo vapor  
Y olvidamos que el amor  
Es mas fuerte que el dolor  
Que envenena la razón  
Somos victimas así de nuestra propia tonta creación  
Y olvidamos que el amor  
Es mas fuerte que el dolor  
Que una llaga en tu interior

(Estribillo)  
Los hermanos ya no se deben pelear  
Es momento de recapacitar  
Es tiempo de cambiar  
It's time to change  
Es tiempo de cambiar  
It's time to change  
Es tiempo de saber  
Pedir perdón  
Es tiempo de cambiar  
En la mente de todos  
El odio por amor  
It's time to change

Si te pones a pensar  
La libertad no tiene propiedad  
Quiero estar contigo amor  
Quiero estar contigo amor  
Quiero estar contigo amor  
Si aprendemos a escuchar  
Quizás podamos juntos caminar  
De la mano hasta el final  
Yo aquí y tu allá  
De la mano hasta el final

(Estribillo)  
Es tiempo de cambiar  
It's time to change  
Es tiempo de saber pedir perdón  
Es tiempo de cambiar  
En la mente de todos

El odio por amor  
It's time to change  
El odio por amor  
Es tiempo de cambiar  
En la mente de todos x2



