

## Curso 19-20

## Libres para amar y soñar



1

Este curso 19-20 en el que comenzaremos nuestra andadura como colegios de la Fundación Educativa Sofía Barat, acogemos como una oportunidad el valor de la libertad que va a centrar nuestro proyecto educativo y pastoral.

Educamos en una libertad responsable, que nos va haciendo capaces de discernir las diferentes opciones que en todo momento tenemos ante nosotros, de tomar decisiones en base a los valores que nos humanizan y caminando en aquello que va dando sentido a sus vidas. De alguna manera es ir pasando del deber, al querer profundo.

La libertad se educa, se va construyendo con el esfuerzo, se va recibiendo de otros: libertad de y libertad para. Es necesario educar la libertad para decidir desde criterios propios. Se trata de educar para ser personas libres y liberadoras. La libertad se convierte así en un don y en una tarea.

En el Carácter Propio de los colegios del Sagrado Corazón, la libertad está expresada en relación a la RESPONSABILIDAD, a la CREATIVIDAD y a la ALEGRÍA

En la etapa de ESO y Bachillerato podemos trabajar el valor y el lema del año, enfocando la reflexión desde el tema de la personalidad, en la necesidad de la libertad en esta etapa de identidad.

En una etapa de inestabilidad afectiva, de ensayo de imágenes, de acentuar la diferencia, de descubrimiento de la intimidad, de afianzar la introspección, de debatirse en ese binomio de ideal y realidad... En esa búsqueda de identidad por oposición/imitación, de debilidad en la voluntad a lo "impuesto", de tendencia a lo inmediato... Trabajar el valor de la libertad responsable y orientada a amar y a soñar para una vida personal más plena, para una vida más plena de los que nos rodean y del mundo, se convierte en un reto y en una enorme oportunidad...

## PROPUESTAS PARA TRABAJAR EL LEMA

---

### 1. Textos y cortos para la reflexión

Os proponemos algunos textos que nos pueden ayudar a la reflexión sobre el tema de la libertad y las diferentes dimensiones desde las que profundizar en él.

2

#### Textos para la reflexión sobre el lema “libres para amar y soñar”

- *La libertad da vértigo* (texto en adjunto)
- *La batalla por la libertad* (texto en adjunto)
- *A ti que te vas a confirmar...tú decides* (Texto en adjunto)
- *Cuando toca sacrificarnos* (texto en adjunto)

#### Cortos para la reflexión sobre el valor de la libertad y los sueños

- ❖ *Poder y responsabilidad* (vídeo en adjunto)

**Poder:** capacidad de influir en las vidas de las personas, ya sea en la dimensión política, económica, social, física o intelectual.

**Libertad:** es la capacidad de la conciencia para pensar y obrar según la propia voluntad de la persona.

A veces confundimos poder con privilegios y libertad con capricho. ¿Qué haces tú para que el poder y la libertad hagan de tu vida algo grande? ¿Sabes usar tus poderes? ¿Sabes cuáles son?

Spiderman, Sam Raimi 2002

- ❖ *¿Te atreves a soñar?* (vídeo en adjunto)
- ❖ *Donde tus sueños te lleven* (vídeo en adjunto)

Ambos vídeos son una oportunidad, especialmente en Bachillerato, para reflexionar sobre los propios sueños, sobre los valores donde se sustentan, sobre la libertad de y la libertad para necesarias para la toma de decisiones responsables, sobre la importancia del discernimiento y nuestra libertad puesta al servicio de un mundo mejor.



## **2. Actividades o dinámicas para profundizar el valor de la LIBERTAD**

### **Objetivo general:**

- Reconocer el valor de la libertad, asumiendo la responsabilidad y compromiso en su ejercicio.

### **Objetivos específicos:**

- Dibujar de forma creativa el valor de la libertad a través de gráficas, fotos e imágenes.
- Reflexionar por medio de videos los contextos de la libertad social e individual.
- Compartir mediante la mesa redonda, debates, experiencias personales y grupales.
- Fortalecer el concepto del valor de la libertad mediante mapas conceptuales, espina de pescado, diagrama de flujo.

### Introducción:

Hablar del valor de la libertad es uno de los principios básicos del ser humano como derecho, en cualquier ámbito de la vida es esencial.

Ser libre es poder elegir sin presiones las opciones que consideren adecuadas en distintos aspectos de la vida, hoy podemos decir que la libertad es indispensable para cualquier individuo ya sea en lo cotidiana o en las decisiones que toman en torno a un proyecto de vida. La responsabilidad y el compromiso son elementos importantes del ejercicio de la libertad: comprender que puede suceder con las decisiones tomadas lleva a la toma de conciencia de la importancia de hacer las cosas de manera razonada y planeada.

### Justificación:

Se considera esencial conocer e investigar cada uno de los aspectos culturales y sociales que definen el valor de libertad, porque a diferencia de los animales los seres humanos actuamos en función del instinto y el intelecto para decidir qué hacer por lo que estamos en condiciones de analizar la situación y tomar decisiones libres, conscientes y razonadas.

Libertad es una palabra que se debe actuar de acuerdo con el criterio personal y que no se confunda con libertinaje sobre todo en la etapa de la adolescencia, donde se encuentran confundidos y juzgan las acciones que los padres imponen como castigo.

Este trabajo es en beneficio principalmente a jóvenes, porque son estos quienes más requieren conocer que es lo bueno y lo malo, para poder tomar decisiones que no dañen su futuro y sean conscientes de lo que realizan.



## 1. “Libres para amar y soñar” en este curso 19-20

**“Libres para amar y soñar esta clase, este curso, el colegio, el barrio, el mundo...”**

Proponemos para todas las etapas, realizar una actividad de tutoría al comienzo del curso desde el lema y la invitación a soñar en libertad y hacer realidad nuestros sueños.

- En un trabajo cooperativo, dialogar, construir juntos y plasmar en grande, de manera que pueda quedar presente durante todo el curso, el sueño colectivo de nuestra clase, el sueño para nosotros mismos y el sueño para el mundo. Conscientes de que Dios tiene un sueño sobre el mundo y nosotros somos libres para hacerlo realidad.



### En ESO- Bachillerato:

El sueño colectivo para nuestra clase:

¿Cómo imaginamos, soñamos este curso? ¿Qué queremos conseguir? ¿Cómo nos gustaría que fueran nuestras relaciones? ¿Cómo soñamos este curso en el colegio? ¿Qué soñamos para el mundo, cómo nos gustaría que fuera este?

Somos libres para soñar y también responsables para que nuestro sueño grupal se haga realidad...

Podemos poner una “máquina de los sueños”, de la que vayan saliendo nuestros sueños y plasmarlos en la pared con dibujos, palabras, imágenes, etc

En esta etapa podemos mirar personalmente el curso que empieza y preguntarnos: ¿Qué oportunidades quisiera aprovechar? ¿A qué/a quiénes me gustaría estar atento/a? ¿A qué estoy dispuesto/a? ¿Cuál es mi intención para este curso? ¿Dónde quedan los pequeños de nuestro mundo y dónde Dios en este sueño?

**2. Leed y copiad el siguiente párrafo para analizarlo, primero de forma individual y luego en común:**

“La libertad, Sancho, es uno de los más preciosos dones que a los hombres dieron los cielos; con ella no pueden igualarse los tesoros que encierran la tierra y el mar: por la libertad, así como por la honra, se puede y debe aventurar la vida.”

*Miguel de Cervantes*

5

❖ Diálogo:

- ¿Estás de acuerdo con la frase? ¿Por qué?
- ¿Qué es para ti la libertad? ¿Cómo la definirías?
- ¿Es posible realizarla? ¿En el plano individual? ¿En el social? ¿Vale la pena intentarlo?
- ¿Qué sentimientos (miedo, ilusión...) nos provoca imaginarla?...



**3. Poniendo en acción nuestra libertad...**

Con la siguiente dinámica pretendemos que los alumnos y alumnas reflexionen sobre la libertad y la manera en la que pueden ejercerla en su vida.

Materiales necesarios:

- Folio
- Regla
- Lápices de colores

Han de trazar en una hoja de papel una línea horizontal para formar una línea del tiempo de su vida.

En el extremo izquierdo marcarán la fecha de su nacimiento, el extremo derecho hará referencia a su muerte. Como tercer punto marcarán el momento actual. A la izquierda de este punto deberán señalar algunos hechos importantes de su vida y/o algunas decisiones que los hayan llevado a estar donde están hoy.

A la derecha del momento actual marcarán una serie de momentos clave en su vida, los cuales serán consecuencia de decisiones tomadas por ellos mismos, como acabar Secundaria, hacer módulos o Bachiller, entrar en la Universidad, conseguir un trabajo... Pedid a los alumnos y alumnas que piensen qué les gustaría escribir en esa

línea de la vida y deciden que ellos, gracias a la libertad, tienen el poder de hacerlo realidad.

Después tienen que elegir tres de esos momentos clave, los que les parezcan más importantes y piensen en la serie de pasos que necesitan para llegar a ellos. También tienen que pensar en los posibles obstáculos o las cosas que los “atan” y les impiden hacer lo que quisieran hacer. También sugiéralos que piensen cómo podrían “soltar esas ataduras”

#### 4. Experimentando” las ataduras”

Con la siguiente dinámica pretendemos que los alumnos y las alumnas comprendan la importancia de no estar atados a la voluntad de otro.

Materiales necesarios:

- Cinta para atar pies o manos
- Sobres y folios

Dividimos al grupo en parejas, procurando poner juntos a alumnos y alumnas que no sean amigos. Atamos cada pareja uniendo el tobillo de uno y otro compañero. A cada pareja le damos un sobre con una acción que debe hacer cada uno, no deben leer la de la pareja, ya que uno tendrá que hacer la acción y el otro tendrá que alargar su consecución tomando el camino más largo.

Ejemplo:

- Pareja 1: A tendrá que ir a la fuente a beber agua, B sabe que tienen que ir a la fuente pero decidirá tomar el camino más largo para ello
- Pareja 2: A tendrá que llegar al árbol más grande del patio, B sabe que tienen que ir al árbol pero decidirá tomar el camino más largo para ello

Al regresar a clase, desatamos las parejas y generamos reflexión con preguntas como las siguientes:

- ¿Qué sintieron al estar atados a sus compañeros?
- ¿Pudieron hacer lo que querían? ¿por qué?
- ¿Cómo se organizaron? ¿Quién tomaba las decisiones?
- ¿Les gustaría estar atados a alguien a algo durante todo el día? ¿Por qué?



## 5. “No limits”

### La tierra de la libertad

¿Un país ideal?

Érase una vez un país en el que no existían las reglas. Se llamaba No limits. No había límites y cada uno podía hacer en cada momento lo que le apeteciera. Era el país más liberal del mundo, y sus habitantes estaban muy orgullosos de ello. Decían: “Aquí cada uno hace lo que más le apetece pues nadie es dueño de la vida de los demás y cada uno tiene sus necesidades”.

Todo fue bien al principio, hasta que un día enfermó la hija del rey. Este buscó al médico, pero el médico había decidido no trabajar ese día. El rey quiso exigirle que viniera a atenderla diciendo que era su obligación, pero se acordó de que no podía exigir nada a nadie. Su hija murió. Nadie se hizo responsable de su muerte pues todos eran libres de hacer lo que les apetecía.

La tristeza se apoderó del país y sus habitantes, como estaban tristes, no hacían nada, no trabajaban, no salían a comprar (además no había nadie vendiendo)... Poco a poco el país fue sumiéndose en la desesperación y en el caos. Dicen que el último habitante que quedaba dijo antes de morir:

*“Quisimos volar muy alto para alcanzar la libertad, pero fuimos esclavos de lo que nos apetecía; olvidamos ser libres”*

### A mí me gustaría...

¡Es genial poder salir con los amigos! Es señal de que estás creciendo, de que buscar ser tú mismo, de que necesitas expandirte...

Pero crecer también supone asumir responsabilidades. Recuerda a los habitantes de No limits: cada uno hacía lo que le venía en gana, olvidando sus responsabilidades y las consecuencias de sus actos.

Seguro que hay muchas cosas que te gustaría hacer, pero... ¿qué riesgos tienen?

Completa esta tabla y ¡hablamos!

A mí me gustaría...	Porque así...	Pero tengo que tener en cuenta que...

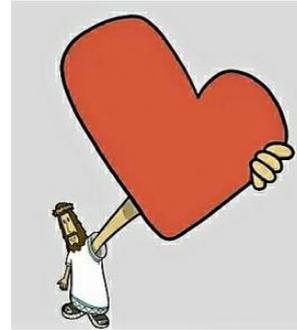
### ¡Hazme libre Jesús!

Jesús, poco a poco voy creciendo  
y me doy cuenta de que, como todo el mundo,  
cada vez siento más inquietudes  
y tengo más cosas que pensar.

Experimento más necesidades que antes,  
sobre todo de libertad.

Necesito sentir que el mundo se abre ante mí.  
Enséñame a crecer contigo  
sacando todo lo mejor a la vida,  
no perdiéndome nada de lo importante,  
disfrutando de lo que nos has regalado  
y no dejándome engañar.

Quiero levantarme al tropezar,  
sintiendo que Tú siempre caminas conmigo,  
y que, lejos de juzgarme,  
me has llamado “amigo” para siempre.



### 3. Canciones para profundizar el valor

La música muchas veces rompe cadenas. Las palabras abren puertas, ventanas, caminos. Y estas canciones hablan todas ellas de esa capacidad, tan humana, para conquistar tu propio espacio, tiempo y camino. Canciones que hablan de movimiento, de renaceres, de sentirse vivo, de hacer lo que uno quiere en un momento determinado...

Aquí está la lista con algunas de las canciones que hemos ido proponiendo que hablan de libertad.

#### ► Pedro Pastor: Centro

<https://www.youtube.com/watch?v=1QbnZ-QE23I>

Detrás de ti, corriendo a el por venir, a ver si quieres dejarte arañar por su pincel.  
Detrás de ti siguiéndote la libertad, a ver si puedes, abrir algunas puertas, soltar la red.

Detrás de ti, danzando la luna llena su danza ardiente, te quita el elevar tu voz de nieve.

Detrás de ti, la humanidad más animal te está llamando.

Te olvidas lo aprendido, que empiezas a sentir, que no tiene sentido vivir así.

La mente abierta, la piel dispuesta, las alas puestas, la mente alerta.

Abierto el corazón, abierto al mundo, en todo su esplendor, tu ser profundo.

Hay que tener la mente abierta, la piel dispuesta, y si puede ser, las alas puestas,  
la mente alerta.

Detrás de mi, a fuego lento, está naciendo una canción, desde el centro de tu ser.

- **Jorge drexler: movimiento**

<https://www.youtube.com/watch?v=llGRyRf7nH4>

- **Oscar Santos : renacer** (vídeo en adjunto)

<https://www.youtube.com/watch?v=tAHv5t5Ee2E>

Esta canción se puede trabajar con pautas que adjunto

- **(Freedom) Pharrell Williams - Freedom**

[https://www.youtube.com/watch?v=LIY90IG\\_Fuw](https://www.youtube.com/watch?v=LIY90IG_Fuw)

- **Manuel Carrasco: Puedes ser libre**

[https://www.youtube.com/watch?v=grlfBO72CJc&list=RDgrlfBO72CJc&start\\_radio=1&t=133](https://www.youtube.com/watch?v=grlfBO72CJc&list=RDgrlfBO72CJc&start_radio=1&t=133)

- **Canción de Alvaro fraile "agitar antes de usar:**

[https://www.youtube.com/watch?v=\\_JHK6NVRUEY](https://www.youtube.com/watch?v=_JHK6NVRUEY)

#### **4. Propuestas para la oración y la profundización del valor de la libertad.**

### **Ser libre, ¿Para qué?**

"Donde está el Espíritu del Señor, allí está la libertad."

2 Cor. 3, 17



Todos sabemos que la libertad es un valor, y un valor muy importante. Pero ¿qué entendemos por libertad? ¿Es para todos lo mismo?

Muchas veces se relaciona al cristiano y a la Iglesia como grandes opositores a ella, o por lo menos nos consideran como firmes críticos de la libertad.

Sin embargo, tenemos la seguridad de que conocer a Jesús y habernos dejado transformar por su amor es una experiencia liberadora.

### **Preparación:**

En un encuentro anterior, se dividió al grupo en tres y se les pidió que buscaran:

- Publicidad gráfica
- Fotos de revistas
- Canciones, que expresen la idea de libertad.

### **Encuentro:**

#### **1. En grupos, se analiza el material que trajeron.**

Preguntas que pueden orientar el diálogo:

¿Qué dice la publicidad / foto / canción sobre la libertad?

¿Estamos de acuerdo o no? ¿Por qué?

¿Cuál es el fin de esa libertad?

#### **2. Puesta en común de las conclusiones.**

Realizar una cartelera con las distintas ideas que aparecen sobre la libertad:

Hacer lo que quiero, lo que tengo ganas,

No dejarme condicionar por nada,

Posibilidad de elegir,

No tener ninguna atadura,

No tener que obedecer a nadie,

Seguir mis propias reglas,

Etc,

Señalar cuando la libertad que se nos presenta es parcial o engañosa (para ser libre tengo que consumir determinado producto).

#### **3. Se comparten las siguientes preguntas:**

¿Cuándo me sentí realmente libre y por qué?

¿Qué necesito, en este momento de mi vida, para ser "integralmente" libre?

**4. Dejamos que la Palabra de Dios nos muestre qué es lo que nos hace verdaderamente libres:**

Tomaremos algunos pasajes del Evangelio que nos hablan de la Libertad, y haremos un breve anuncio o comentario de los mismos:

"Ustedes serán mis verdaderos discípulos si guardan siempre mi palabra; entonces conocerán la Verdad, y la Verdad los hará libres." Jn. 8, 31- 32

11

"Jesús contestó: Yo soy el Camino, la Verdad y la Vida." Jn. 14, 6

La libertad es relativa a la verdad. La libertad depende de la verdad. Y Jesús se muestra como la Verdad.

Jesús es quien nos hace verdaderamente libres.

La verdad de su amor que lo llevó a dar su vida por nosotros, nos libera del pecado que nos separa de Dios Padre, que nos enfrenta a los hermanos, que nos hace esclavos de las cosas.

"Ustedes, hermanos, han sido llamados para vivir en libertad, pero procuren que esta libertad no sea un pretexto para satisfacer los deseos carnales: háganse más bien servidores los unos de los otros, por medio del amor." Gál. 5, 13

La libertad no es un fin en sí mismo, no es un valor absoluto del cual dependen y surgen los otros valores.

Aunque muchas corrientes actuales nos quieran proponer a la libertad como lo único a tener en cuenta ("lo importante es elegir, no importa qué").

La libertad es un instrumento, un medio. Y un medio para servir a los demás, para hacer el bien; en definitiva: un medio para AMAR.

Esto es lo que nos plenifica como personas y nos hace más semejantes a Dios.

**5. Para interiorizar el trabajo realizado se da un tiempo personal (20 minutos aproximadamente) para que puedan reflexionar según el siguiente cuadro:**

	Qué necesito soltar para ser libre...	Porque quiero ser libre para...
En mi relación con Dios		
En mi vida personal		
En mi relación con otros		
En mi vida familiar		

6. Invitar a poner en común libremente algún aspecto del cuadro que han hecho en forma personal, y cerrar el encuentro haciendo una oración (puede ser alguna página de oración del material que se adjunta del libro “Felices” de On Creaciones).

## Ser libres al estilo de Jesús

12

Jesús nos invita a vivir la vida con la libertad que Él mismo vivió...

- Escuchamos la canción “Confía” de Alvaro Fraile: <https://www.youtube.com/watch?v=Zg-rfDZVdgg>
- En un momento de silencio traemos al corazón alguna situación que en este momento nos llama a ser valientes, a confiar, a avanzar... Algún sueño que tenemos para este curso que empieza
- Podemos escribir ese sueño o dibujarlo en una mariposa que podemos utilizar como símbolo si tenemos tiempo para hacer una oración/celebración más larga.
- Acabamos escuchando el texto “ Felices los libres” del libro “Felices” de On Creaciones (en adjunto)



## Ser libres y poner en juego los talentos

### Canción TA(N)LENTO (Álvaro Fraile)

Fui viajando por los años  
y en vez de fotos hice una canción  
que iba repitiendo estrofas  
que iba peleando contra mi reloj

fui cantando a horizontes  
ya ves que el mañana a veces nubla el hoy  
me detuve en los lugares  
donde el tiempo pasa sin guardar rencor

*y tú esperas en la calma ansiosa  
de quien sólo y siempre sabe confiar  
yo te ofrezco poca cosa  
si la comparamos con lo que tú  
esperarás...*

**viví buscando en cada sitio mi lugar**  
me seguían las canciones  
son ellas las que iban tras de mi  
arrancando al calendario  
cada día que quisiera verse gris

tropecé en las mismas piedras  
y setenta veces siete descubrí  
que me pierdo si me busco  
y para encontrarme sólo he de volver a ti

*que me esperas en la calma ansiosa  
de quien sólo y siempre sabe confiar  
yo te ofrezco poca cosa  
si la comparamos con todo lo que me das*  
**seguí buscando en cada sitio mi lugar...**

**soy tan lento de talento  
¿quién se pudiera enterrar?  
fui cazando aire y viento  
nunca lo pude conservar**

**tengo sueños somnolientos  
que no quieren despertar  
ya aprendí de cada intento  
del camino sólo a tropezar**

**yo buscando casa y techo  
tú me dabas un hogar  
fui tan lejos y de lejos  
vi que quería regresar**

**lo que tengo te lo ofrezco  
sé que esperabas algo más  
me esperabas y ya he vuelto  
sólo sé que este es mi lugar**

**siento llegar siempre tarde  
me paré para escuchar  
que lo que pesa no es un lastre  
aunque cueste más volar  
para darme y desnudarme  
mira, sólo sé cantar  
para darme y desnudarme  
mírame que sólo sé cantar...**

## Salta

Libres para amar y soñar... ese es el lema... vamos a soñar nuestra vida, a soñar el mundo... Y ahora: "salta"....

Canción de Alvaro Fraile: Salta (vídeo en adjunto)

14

### Oración

Cierran los ojos todos e intentan ser conscientes de su respiración. El responsable lee despacio la oración para que la vayan interiorizando. Después la recitan todos juntos despacio. Se termina en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo.

*Señor, tú has puesto en mi valores, posibilidades infinitas para hacer el bien.*

*Has sido tú el que me ha hecho así, con esta capacidad inmensa para amar y superarme.*

*Ayúdame a elegir bien, a no dejarme llevar por la superficialidad.*

*Hay muchas cosas que yo puedo hacer, puedo llegar a ser alguien distinto, auténtico.  
Dame fuerzas para conseguirlo.*

*Tú, que fuiste libre, y no te dejaste manipular por nadie, enséñame a mi a ser libre y auténtico, aunque me cueste renunciar a cosas que quiero: la libertad tiene un precio.*

*Ábreme los ojos para saber identificar modelos que me ayuden a elegir.*

*Soy como una flor sin abrir, que todo el mundo mira y espera ansioso disfrutar de su olor. No permitas que me marchite antes de haber desplegado todo mi color.*

*Gracias, Señor. Confío en ti.*

### Palabra de Dios

«Vosotros sois la sal de la tierra. Si la sal se desvirtúa, ¿con qué se salará? Para nada vale ya, sino para tirarla a la calle y que la gente la pise». «Vosotros sois la luz del mundo. Una ciudad situada en la cima de un monte no puede ocultarse. No se enciende una lámpara para ocultarla en una vasija, sino para ponerla en el candelero y que alumbre a todos los que están en casa. Brille de tal modo vuestra luz delante de los hombres que vean vuestras obras buenas y glorifiquen a vuestro Padre, que está en los cielos».

**Reflexión** ¿Crees que eres la sal de la tierra y la luz del mundo? ¿En qué sentido? ¿No crees que hay muchas personas que esperan algo grande de ti? ¿Y tú, esperas

algo grande de ti? ¿Crees que puedes llevar luz y alegría a la vida de alguien? ¿Qué deberías hacer para conseguirlo?

**Peticiones** Cada uno mira los valores que le gustaría conseguir en su vida e intenta escribir una pequeña oración para pedirle a Dios que le ayude a conseguirlos. Es importante también hacerles caer en la cuenta que hay valores que ya los han conseguido sin pedirlos: han sido puro regalo de Dios, por eso se les puede pedir que añadan una acción de gracias a las peticiones.



## PROFUNDIZANDO EL VALOR (interioridad)...

### 1. Como el viento...



- Mira la foto y ponte en el cuerpo del chico. Cierra los ojos y recuerda situaciones parecidas... ¿Cómo te sentiste? Describe sensaciones positivas y negativas.
- En tu corazón hay una parte que se aferra a la tierra, que busca la seguridad, y otra que te llama desde el cielo para sentirte libre. ¿Y tú cómo te sientes más cómodo?

**SER LIBRES:** “Para ser libres nos ha liberado Jesús” (Gálatas 5,1)

- Piensa en todas las cosas que te atan, que te amarran, que no te dejan ser tú mismo. Pereza, desconfianzas...y recuerda las palabras de Pablo: *Para ser libres...* ¿Cómo puedes superarlas?
- Repite en tu corazón: “Dios me quiere libre”... Respira lentamente, deja que vaya entrando la frase en tu interior...imagina que las cosas que te atan se van desprendiendo de ti y que te sientes más ligero...
- ¡Lléname de libertad y salta como el chico de la foto!

16

## 2. Tengo alas...

### El vuelo del Halcón

Un rey recibió como obsequio dos pequeños halcones

y los entregó al maestro de cetrería para que los entrena-

ra. Pasados unos meses, el maestro informó al rey que uno de los halcones estaba perfectamente, pero el otro no sabía qué le sucedía, no se había movido de la rama donde lo dejó el día que llegó.

El rey mandó llamar a curanderos y sanadores para que vieran el halcón, pero nadie pudo hacerlo volar. Entonces el monarca decidió comunicar a su pueblo que ofrecía una recompensa a la persona que hiciera volar el halcón. A la mañana siguiente, vio el halcón volando ágilmente por los jardines. El rey dijo a su corte:

-Traedme al autor del milagro.

Su corte le llevó a un humilde campesino. El rey le preguntó:

-¿Cómo hiciste volar al halcón? ¿Eres acaso un mago?

Intimidado, el campesino dijo al rey:

-Fue fácil, mi señor. Solo corté la rama y el halcón voló. Se dio cuenta de que tenía alas y se echó a volar.

- Los miedos nos paralizan y no nos dejan desplegar, como las alas del halcón, todas nuestras capacidades...

-Haz una lista de tus miedos, de esos mensajes como “me la voy a pegar”, “No podré con todo esto”, “Y si me sale mal”... Mírate, como el pequeño halcón, agarrado a la rama...

-Pero hay acontecimientos en la vida que nos sorprenden y nos empujan a saltar ¿cuáles? Recuérdalos y siente ahora como el halcón que vuela libre.



**JESÚS LE TENDIÓ LA MANO Y LO AGARRÓ...** En cierta ocasión, estando Jesús en el lago, caminando sobre las aguas, Pedro intentó caminar también sobre ellas... *Pero se asustó y, como empezaba a hundirse, gritó: ¡Señor, sálvame! Jesús le tendió la mano y lo agarró (Mt 14, 30-31)*

- Imagina que caminas sobre el agua, como Pedro...Y sientes que tus miedos te asaltan...Y que empiezas a hundirte...
- Entonces llega Jesús y te ofrece la mano...Y te agarra fuerte... Y te saca del agua...Tú confías y agradece.

17

### 3. La ley o la vida...

#### El monje y la mujer

De camino hacia su monasterio, dos monjes budistas se encontraron con una bellísima mujer a la orilla de un río.

Al igual que ellos, la mujer quería cruzar el río, pero éste bajaba demasiado crecido. De modo que uno de los monjes se la echó a la espalda y la pasó a la otra orilla.

El otro monje estaba absolutamente escandalizado y por espacio de dos horas estuvo censurando su negligencia en la observancia de la Santa Regla: ¿Había olvidado que era un monje? ¿Cómo se había atrevido a tocar a una mujer y a trasportarla al otro lado del río? ¿Qué diría la gente? ¿No había desacreditado la Santa Religión?

El acusado escuchó pacientemente el interminable sermón. Y al final estalló:

-Hermano, yo he dejado a aquella mujer en el río. ¿Eres tú quien la lleva ahora?

- Déjate llevar por el relato...
  - Eres el primer monje, el que respeta la ley... Mira a la mujer y recuerda el precepto que le impide contaminarse tocándola...Te despreocupas de ella... Vives el escándalo por el comportamiento de tu compañero.
  - Ahora mira a la mujer desde el otro monje, el que tiene compasión por ella...
  - Juzga lo que es más importante: ayudar o cumplir las normas... Siente la serenidad de haber hecho lo que su corazón le dicta.



**LA LEY ESTÁ HECHA PARA EL HOMBRE..** Jesús sintió la indignación ante la hipocresía de los cumplidores, y dijo: *El sábado ha sido hecho para el hombre, y no el hombre para el sábado.* (Mc 2,27)

- Por eso: mira primero todo aquello que antepones al bien de los demás. ¿Es más importante tu mascota o tu fin de semana que el bien de las personas en un momento determinado?

18

- Si es que sí, deja sentir en ti la indignación de Jesús...
- Si es no, siente la libertad de Jesús en tu corazón

#### 4. La revolución del amor (Justicia, tierra y libertad)...



<https://www.youtube.com/watch?v=mJqK2bivKRE>

##### **Justicia, tierra y libertad**

Justicia, tierra y libertad  
Oye tú mi canto, óyelo, óyelo  
Oye tú mi llanto, óyelo, óyelo

"Hermanos y hermanas de otras razas  
De otro color y un mismo corazón"  
Rezas y rezas y nada enderezas  
Por eso hagamos la revolución, de amor.

Oye!  
Estamos exigiendo todo el respeto

Respeto al indio y a su dignidad  
Ya lo dijo Villa, dijo Zapata

Justicia, tierra y libertad  
Justicia, tierra y libertad  
Oye tú mi canto, óyelo, óyelo  
Oye tú mi llanto, óyelo, óyelo

Oye tú mi canto, óyelo, óyelo  
Oye tú mi llanto, óyelo, óyelo

Cómo tendríamos libertad?  
Cómo tendríamos dignidad?  
Cómo... (MANÁ)

- ▶ Podemos soñar la revolución del amor: todos de distintas razas, pero de un solo corazón.
  - Con los ojos cerrados, ve llamando a jóvenes de tu misma edad de todos los continentes, de todas las razas...reconoce sus rasgos, sus ropas distintas...
  - Mira ahora lo que tenéis en común: todos estáis sonrientes, os saludáis con cariño y os disponéis a hacer fiesta juntos...Siente que todos tenéis un mismo corazón...
  - Y canta con ellos esta canción...Pedid al mundo más justicia, tierra y libertad.

**LIBRES PARA AMAR Y SOÑAR...** Ya lo decía el Apóstol: *Si alguno dice “Yo amo a Dios”, y no ama a su hermano, es un mentiroso; pues quien no ama a su hermano a quien ve, no puede amar a Dios a quien no ve.* (1ª carta de Juan 4,20)

- ▶ Vuelve a estar ante todos esos rostros jóvenes del mundo... Son los hermanos a los que ves...
- ▶ Ahora colócate en al presencia del Dios Amor: pídele que te ayude a amar más a todos, a no huir nunca de la necesidad de la justicia en medio de ritos y oraciones.