Dinámica escolar ESO-Bachillerato | Catequesis confirmación

CUARESMA:

SOMOS FAMILIA, CAMINAMOS HACIA JERUSALÉN

Curs 2023/2024

INTRODUCCIÓN

Con el Miércoles de Ceniza iniciamos el tiempo de Cuaresma: 40 días que nos servirán para preparar nuestro corazón para la gran fiesta de la Pascua.

Este año, nuestro lema nos invita a “Ser familia y caminar con Esperanza”. Se nos propone ser "caminantes", ponernos en camino. En este tiempo de Cuaresma que empezamos queremos pedir que, Jesús siga caminando con nosotros, nos ayude a recorrer el viaje de nuestra vida, con sus diferentes experiencias, tanto las buenas como las no tan buenas.

Caminar con Dios es un viaje inesperado: no sabemos muy bien qué nos encontraremos, las dificultades que irán apareciendo en el camino o los buenos momentos que viviremos. Pero estamos seguros de que en todos los momentos, Dios estará presente: animándonos en la dificultad, alegrándose con nosotros en los buenos instantes.

En esta Cuaresma caminamos hacia Jerusalén, la ciudad en la que Jesús pasó los últimos días de su vida terrenal, donde fue crucificado y muerto, pero también donde resucitó.

El cartel

Observamos el cartel, ¿qué elementos reconoces? Unos jóvenes ¿que están inmóviles? ¿Por qué? Con una mochila… ¿qué debe llevar dentro? Un muro… ¿Qué los ha hecho detener? ¿Qué les impide ir más allá? ¿Qué elementos están presentes en el muro? ¿Qué pone?
Y detrás del muro… ¿Qué sale? ¿es infranqueable? ¿qué hay en el fondo de la imagen? ¿Cuál es el destino, la meta del joven?

CUARESMA:

SOMOS FAMILIA, CAMINAMOS HACIA JERUSALÉN

Curs 2023/2024

Evangelio Jesús es tentado en el desierto [Lc 4, 1-13]

Jesús, lleno del Espíritu Santo, volvió del río Jordán, y el Espíritu lo llevó al desierto. Allí estuvo cuarenta días, y el diablo le puso a prueba. No comió nada durante aquellos días, y después sintió hambre. El diablo le dijo:

–Si de veras eres Hijo de Dios, ordena a esta piedra que se convierta en pan.

Jesús le contestó:

–La Escritura dice: 'No solo de pan vivirá el hombre.'

Luego el diablo lo llevó a un lugar alto, y mostrándole en un momento todos los países del mundo le dijo:

–Yo te daré todo este poder y la grandeza de estos países, porque yo lo he recibido y se lo daré a quien quiera dárselo. Si te arrodillas y me adoras, todo será tuyo.

Jesús le contestó:

–La Escritura dice: 'Adora al Señor tu Dios y sírvele solo a él.'

Después el diablo lo llevó a la ciudad de Jerusalén, lo subió al alero del templo y le dijo:

–Si de veras eres Hijo de Dios, tírate abajo, porque la Escritura dice:

'Dios mandará a sus ángeles para que cuiden de ti y te protejan. Te levantarán con sus manos para que no tropieces con piedra alguna.'

Jesús le contestó:

–También dice la Escritura: 'No pongas a prueba al Señor tu Dios.

Cuando ya el diablo no encontró otra forma de poner a prueba a Jesús, se alejó de él por algún tiempo.

CUARESMA:

SOMOS FAMILIA, CAMINAMOS HACIA JERUSALÉN

Curs 2023/2024

Reflexión del Evangelio.

Las primeras generaciones cristianas se interesaron mucho por las pruebas y tensiones que Jesús tuvo que superar para mantenerse fiel a Dios y vivir siempre colaborando en su proyecto de una vida más humana y digna para todos.

El relato de las tentaciones de Jesús no es sólo un episodio que sucedió una vez en un sitio específico. Las tentaciones volverán a la vida de Jesús y a sus seguidores. Por eso, los evangelistas presentan este relato antes de narrar la actividad profética de Jesús. Sus seguidores deben conocer bien estas tentaciones desde el principio, ya que son las mismas que tendrán que superar a lo largo del tiempo si quieren permanecer fieles a él.

En la primera tentación, se habla de pan. Jesús se niega a utilizar a Dios para saciar su propia gana, diciendo: "No sólo de pan vive el hombre". Para Jesús, lo principal es buscar el Reino de Dios y su justicia, asegurándose de que haya pan para todos. En este sentido, acudirá a Dios no para alimentarse a sí mismo, sino para alimentar a una multitud hambrienta.

Hoy en día, también nos enfrentamos a la tentación de pensar sólo en nuestro propio bienestar y preocuparnos exclusivamente por nuestras dificultades. Nos alejamos de Jesús cuando nos creemos con el derecho de tenerlo todo y olvidamos los problemas, miedos y sufrimientos de quien tiene casi nada.

En la segunda tentación, se habla de poder y gloria. Jesús renuncia a todo esto y rechaza prosternarse ante el demonio que le ofrece el dominio sobre todos los reinos del mundo, afirmando: "Al Señor, tu Dios, adorarás". Jesús no busca ser servido,sino servir.

Hoy en día, algunos cristianos pueden sentir la tentación de aferrarse al poder que la Iglesia tuvo en el pasado. Nos alejamos de Jesús cuando intentamos imponer nuestras creencias a la fuerza y presionamos las conciencias. Abrimos caminos al reino de Dios cuando trabajamos por un mundo más compasivo y solidario.

En la tercera tentación, se propone a Jesús que descienda de forma grandiosa ante el pueblo, sostenido por los ángeles de Dios. Jesús no se dejará engañar, diciendo: "No tentarás al Señor, tu Dios". Aunque se lo pidan, nunca realizará un espectáculo sorprendente desde el cielo. Sólo llevará a cabo actos de bondad para aliviar el sufrimiento y las molestias de la gente.

Nos alejamos de Jesús cuando confundimos nuestra propia exhibición con la gloria de Dios. Nuestro alarde no revela la grandeza de Dios. Sólo una vida de servicio humilde a los necesitados manifiesta su amor a todos sus hijos.

CUARESMA:

SOMOS FAMILIA, CAMINAMOS HACIA JERUSALÉN

Curs 2023/2024

DINÁMICA

El muro que encuentra nuestro joven del cartel es el gran obstáculo para llegar a vivir la Pascua. El muro es todo lo que nos impiden avanzar, son nuestras tentaciones actuales. En esta Cuaresma te invitamos a superar este muro, al igual que Jesús supera las tentaciones, reconociéndolas y enfrentarse a ellas sin miedo.

Muchos países construyen muros para separar territorios. Hay quienes los llaman "muros de seguridad" o "muros antiterroristas" y por otro lado hay quien los llama "muros de la vergüenza" o "muros de la segregación"... todo depende a qué lado del muro estás. Es indignante y paradójico que en pleno siglo XXI los estados siguen apilando piedras como estrategia de defensa. Parece mentira que en el momento en el que la tecnología permite superar prácticamente todas las barreras físicas, los gobernantes se comportan como señores feudales amurallando sus dominios.

Y funcionan a medias para quienes aspiran a resistir la inevitable globalización. El obstáculo físico no detiene la entrada de quien está determinado a saltarle. Ahora bien, esta estrategia sí hace mayor la distancia entre los de un lado y los del otro. Permite atizar la división, el crecimiento de los prejuicios, de la desconfianza, y es el escenario ideal para que arraiguen discursos xenófobos. Que te impidan ver el rostro de tu vecino es el primer paso para deshumanizarle. Y eso lo saben los gobernantes de hoy y los de hace dos mil años.

En la web https://jjolmos.files.wordpress.com/2014/02/map_4-5_murs_dans_le_monde.jpg se muestran algunos de sus ejemplos:

- El muro de Cisjordania.
- Las vallas de Ceuta y Melilla.
- El muro entre Estados Unidos y México.
- El del Sáhara Occidental.
- …

CUARESMA:

SOMOS FAMILIA, CAMINAMOS HACIA JERUSALÉN

Curs 2023/2024

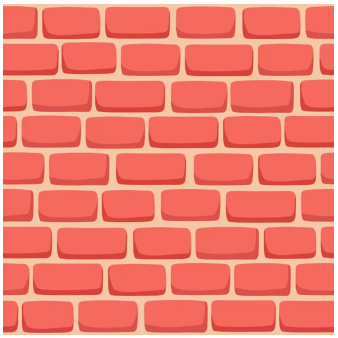
En esta Cuaresma hablaremos no de los muros físicos sino de los personales. Aquellos muros que construimos en nuestras vidas y que quieren separarnos:

- El muro que nos separa de nosotros mismos.
- El muro que nos separa de los demás.
- El muro que nos separa de Dios.

En primer lugar deberemos reconocer y detectar qué es lo que nos impide avanzar…

- El primer gran muro que podemos encontrarnos en nuestras vidas es el muro del **MIEDO**. Es el muro de las propias barreras interiores, ese muro que te separa de ti mismo.

Dicen que el miedo nos ayuda a percibir el riesgo. El miedo nos pone en alerta y nos protege. Es un mecanismo de defensa frente a los peligros (nos pone en alerta). Entonces el miedo debe ser visto como algo positivo. Pero cuando el miedo sólo se ve como negativo, a menudo la gente lo esconde, que trate de que no se note o que pida ayuda a los demás, con el resultado de que no avanzas y no llegas a tu objetivo.



Ante el miedo el cuerpo reacciona de muchas formas, tenemos la sensación de impotencia individual, de ser vulnerable, nos hace sentir culpables provocando nerviosismo, ansiedad y estrés. El miedo se retroalimenta, se contagia y nos hace perder el sentido de la realidad, nos hace cambiar las percepciones. ¡El miedo nos hace perder el control de las emociones, reaccionamos impulsivamente e incluso podemos entrar en pánico!

Para superar el muro del Miedo necesitamos, primeramente, identificar y reconocer lo que nos da miedo, ponerle nombre. En segundo lugar, evaluar los riesgos reales, asumirlos y tomar medidas de seguridad y crear estrategias para vencer y superar.

Actividad: Como dinámica proponemos que cada participante coja un post-it (mejores si son rectangulares) y escriba en cada post-it una palabra que exprese sus miedos, sus preocupaciones, lo que a menudo le impide seguir caminando: la enfermedad, el fracaso, lo que dirán de mí, la opinión de los demás, lo no sé hacer… Pegad los post-its colocándolos alternativamente como si fuera un muro.

- El segundo gran muro es el de los **PREJUICIOS y ESTEREOTIPOS**. Es el muro que te separa de los demás. Aquel que te impide relacionarte y amar a quienes te rodean, desde los más cercanos hasta los más lejanos.

CUARESMA:

SOMOS FAMILIA, CAMINAMOS HACIA JERUSALÉN

Curs 2023/2024

Pensad la respuesta a la siguiente pregunta: ¿quién salvó a la princesa? Podría ser un conjunto de personas, un caballo, otra princesa… ¡pero no! Siempre se piensa primero en el príncipe, fuerte y luchador que rescata a la chica débil y dependiente. Le ocurre lo mismo al lobo o la araña que todo el mundo se hace un prejuicio de su actuación.

De estereotipos y prejuicios existen de varios tipos:

- Deportivos. ¿El fútbol es sólo de chicos?
- Políticos. Según a quien votes haré una idea de tus creencias y cómo eres.
- Religiosos. Todos los curas son…
- Étnicos y culturales. Si tu origen es… entonces viste, comes, vives como…
- Somáticos. Las que hacen referencia al aspecto físico: el corte de pelo…
- En el aula. Quienes son buenos o malos estudiantes, quienes tienen necesidades educativas…
- Según su origen. Los gitanos son… los magrebíes son… los asiáticos son…
- De género. Las chicas no pueden…
- Sexuales. Los gays son… los transexuales son…
- Aficiones. A quienes les gustan los juegos de rol son…

Actividad: Como dinámica proponemos que cada participante coja otro post-it (mejores si son rectangulares y de un color diferente al anterior) y escriba en cada post-it una expresión que muestre un prejuicio o estereotipo. Por ejemplo: “Todas las chicas son…” “Todos los inmigrantes son…” “Todos los gays son…” y debatir posteriormente cuáles creen que son el origen de estos prejuicios y estereotipos.

- Y el tercer gran muro es el de la **INDIFERENCIA**. Es el muro que te separa de Dios. Es la falta de interés por todo lo que hace referencia a la religión. Es aquella actitud en la que prescindimos de Dios, no le vemos como necesario en nuestras vidas ya que tenemos otras preocupaciones y, poco a poco, nos vamos distanciando…

Quizás somos indiferentes porque estamos y queremos divertirnos y no queremos perder el tiempo en plegarias; quizás porque estamos “ocupados” con las pantallas (siempre es más entretenido ver un video de gatitos en las redes sociales que estar contemplando la naturaleza y meditando, ¿verdad?); quizá sólo nos fijemos en la fachada (escándalos, malos testimonios, errores cometidos, normativas…) y no en lo que hay más allá (misericordia, acogida, lucha contra las injusticias…); quizás lo queremos todo aquí y ahora, lleno de inmediatez, y no queremos tener tiempo de detenernos y reflexionar; quizás tenemos una religión mal

entendida (como por ejemplo una religión de consumo) y no una religión de vivencia (y lleno de experiencias significativas personales)...

Actividad: Como anteriormente, cada participante coja otro post-it (de un color diferente al anterior) y escriba en cada post-it una expresión que indique aquellas cosas que hacen que, en ocasiones, te olvides de Dios: las preocupaciones, la falta de tiempo…

Una vez tenemos los tres muros construidos le invitamos a escuchar la canción Confía, de Álvaro Fraile:

CONFÍA

Confía

Siempre me preguntas qué va a ser de tí
yo me callo que me aburren ya tus dudas
que si es que en el futuro que si el porvenir
y el mañana va absorbiendo poco a poco tus días

Que seguro que mañana, como ahora...
habrá un nuevo problema que te haga dudar
y es por eso que te basta y que te sobra
que cada día nuevo luches con su nuevo afán

¡CONFÍA!

Siempre andas pensando cuánto ahorrarás
yo te digo que ya es mucho lo que tienes
que si el día de mañana que qué comerás
pero todo lo que ganes algún día se pierde

Que seguro que mañana como ahora
habrá un nuevo problema que te haga caer
y es por eso que te basta y que ya sobra
¿es que no tienes todo lo que hay que tener?

tú… CONFÍA!!!

CUARESMA:

SOMOS FAMILIA, CAMINAMOS HACIA JERUSALÉN

Curs 2023/2024

alvaro fraile - confía - SOL. FE. ANDO. - YouTube
https://www.youtube.com › watch

Y es el mismo Jesús quien nos da las herramientas durante la Cuaresma para superar estos tres muros que tenemos delante:

- Ante el muro de los MIEDOS personales: **AYUNO** (amarte a ti mismo/a)
- Ante el muro de los PREJUICIOS hacia los demás: **LIMOSNA** (amar a los demás)
- Ante el muro de la INDIFERENCIA a Dios: **ORACIÓN** (amar a Dios)

¿Y cómo nos lo hacemos? ¿Cómo vivimos el ayuno, la limosna y la oración en nuestro día a día? No sufras. Confía. Te hacemos una propuesta para que te ayude en estos días cuaresmales. Imagínate que cada palabra son como los escalones de una escalera o los nudos de una cuerda que te ayuden a superar los muros de nuestras dificultades con una propuesta para cada día…

Imprime la tabla, ponla en un lugar visible en tu habitación y ve señalando cuáles de estas propuestas vas realizando a lo largo de estos días de Cuaresma. Dedica un momento cada día a cada una de las propuestas, con calma, en la oración…

¡Y después de eso ya estarás preparado para vivir la Pascua!

Dinámica escolar ESO-Bachillerato | Catequesis confirmación

CUARESMA:

SOMOS FAMILIA, CAMINAMOS HACIA JERUSALÉN

Curs 2023/2024

MI CAMINO DE CUARESMA		**AYUDA** con generosidad, con tu tiempo, tus cosas, tu dinero.	**AGRADECE** los pequeños gestos y palabras de los demás… sólo es una palabra que abre el corazón: ¡gracias!	**LIBERATE** de las pantallas durante un momento (móvil, TV, ordenador…), no es tan difícil.	**DÉJATE CUIDAR** y acepta esa palabra, abrazo del otro con gratitud.
SAL de tu comodidad y da un paseo, ¡disfruta de la naturaleza!.	**ESTATE ATENTO** a las necesidades de los demás, compartiendo, ayudando, amando.	**REZA** el Padrenuestro desde el corazón. Detente en cada frase y déjala resonar dentro de ti.	**COMPARTE** algo tuyo con otro, material o no.	**PIDE** que tu fe sea cada día un poco más fuerte… ¡La oración ayuda!	**PON PAZ** en tu alma, no guardes rencores ni envidias en tu corazón.
AMA no sólo a quien es fácil amar, sino a quien te cuesta más.	**HUYE** de las comodidades. ¡Levántate de la silla o del sofá y ponte en marcha!	**NO JUZGUES** a los demás. Evita la visión crítica y la visión negativa de la realidad	**SÉ PEQUEÑO** evita la soberbia y el orgullo y busca la sencillez y humildad.	**OFRECETE** para realizar esa tarea que nadie quiere hacer.	**MIRA** lo material que tienes: ¿realmente lo necesitas?
LIMPIA y vacía la mochila para eliminar lo que te carga y te dificulta el camino.	**CONVIÉRTETE** y reconcíliate con el Padre. Él siempre espera tu regreso.	**BRILLA** gracias al alimento que te hace brillar: la eucaristía.	**BUSCA** siempre hacer el bien, sin esperar nada a cambio o recompensa.	**7 VECES** perdona y ayuda a los demás con pequeños gestos… ¿Son suficientes?	**REVISA** la imagen que tienes de Dios. ¿Es un Padre bondadoso, misericordioso?
UNE más que separar, con la familia, con los amigos, en el trabajo…	**RECUERDA** que la única manera de amar a Dios es amando a los demás.	**ACÉRCATE** a Dios en la oración, en el sagrario, en el silencio…	**CREE** ¡realmente que Dios te ama con locura!	**CONFÍA** que la Palabra de Dios y en su acción constante en la vida.	**AGRADECE** a la comunidad, a la familia su amor, el estar a tu lado.
ALABA A Dios después de leer el Evangelio hoy. ¡Qué grande es!	**CANTA** una canción que hable de Dios o de alabanza… ¡y ponte a bailar si te apetece!	**SONRÍE** cuando pienses en tu fe y de la acción de Dios en tu vida.	**ELIGE** ¿Qué mensaje quieres para ti: lo que ofrece el mundo o el de Jesús?	**LIBERATE** de los prejuicios que quizás tienes respecto a los demás, ¿Dios tiene prejuicios?	**NO CULPES** a los demás de tus errores. Es mejor perdonar y dejarse perdonar.
DESCUBRE a Dios en lo pequeño, en los pequeños gestos de amor que te rodean.	**ABANDONA** tus miedos que te paralizan, confía en María.	**ABRE** tu corazón para Dios. No le des muchas vueltas a la cabeza cuando hablas desde el corazón.	**ASUME** que Dios actúa a través de ti. Eres sus manos y sus piernas.	**PARA** y pregúntate cómo querrás vivir esta Semana Santa.	**DECIDE** ¿Qué morirá y resucitará en ti en esta Semana Santa?