Cáritas
Diocesana de Vitoria
Gasteizko Elizbarrutia

2019

melodías
DEL COMPROMISO

"Konpromisoaren doinuak"

DOSSIER DE FORMACIÓN

"LA MELODÍA DEL COMPROMISO QUE MEJORA EL MUNDO"

El sábado 13 de abril de 2019 se celebró en el Seminario Diocesano el Encuentro del Voluntariado de Cáritas Vitoria. La ponencia la ofreció Pepe Real Navarro, maestro, teólogo y responsable de la Formación en el Voluntariado de Cáritas de Valencia. Su amplia experiencia, acompañada de una acertada dinámica participativa, en un formato expositivo ágil y original, convirtió la conferencia en oportunidad para acercarnos a una reflexión cargada de ideas, valores y motivaciones, enmarcada en el ámbito del compromiso social. Y en clave musical, cual director con batuta en mano, actuó desgranando las melodías que han de presidir nuestra labor en Cáritas. Por la positiva valoración hecha por los asistentes al encuentro y por el interés que despierta la charla, ofrecemos aquí su contenido.

INTRODUCCIÓN

La ponencia se presenta como si se tratara de una obra musical sinfónica (preludio, obertura y sinfonía) con el objetivo de compartir las melodías que componen el compromiso social, donde tienen cabida todas nuestras obras hacia el otro, cada una de nuestras acciones, grandes, pequeñas o medianas, en Cáritas o fuera de ella, cada gesto o manera de estar con las personas… Y son notas musicales que van sembrando, haciendo sonar esa melodía de fraternidad, de solidaridad, de compromiso, de amor hecho vida y práctica, que toca el corazón del otro, ayudándole a transformarse y mejorar como persona.

Esas acciones son las notas que ayudan a esas personas a recomponerse y sentirse importantes, a vislumbrar luz y esperanza, a sentir los efectos de la gratuidad, la acogida y el calor humano. De ese modo, las personas voluntarias de Cáritas somos artistas y creadores de melodías que pueden ayudar a superarse a las personas que están a nuestro lado.

Obviamente, cada uno de nosotros tenemos una partitura distinta a interpretar o tocar en la vida, en Cáritas, con toda nuestra pasión y la entrega de nuestro ser por entero para lograr producir una melodía que contagie y cale, proyectando valores de armonía, luz, esperanza, fuerza, paz o empoderamiento.

Además, esa labor de ´interpretación´ no está exenta de dificultades, personales o sociales, que surgen en el quehacer diario. Ante eso, lo que tenemos que hacer es seguir tocando con pasión esa nota que queremos interpretar para que sea la característica de nuestra labor en Cáritas, como el valor clave que nos motiva en nuestro compromiso.

I.- PRELUDIO

Como preámbulo, ¿cómo sonarían las notas de la escala musical de la melodía del compromiso? Cada persona somos un instrumento y, tal como se da en una orquesta sinfónica, afinaremos nuestros sonidos para después crear la melodía del compromiso. ¿Y cómo suenan esas notas?

* El ***DO:*** de ´donarse al otro en gratuidad, con alegría, con la sonrisa que nace de la gratuidad´. ¿Y cómo suena?: regalando la mejor de nuestras sonrisas al que está a nuestro lado por la alegría de estar al lado.

* El ***RE:*** de ´repretarse, es decir, apretar-abrazar al que sufre para que te sienta cercano, que sienta que estás con él, que le importas´. ¿Y cómo suena?: dando el mejor de nuestros abrazos al que está a nuestro lado.

* El ***MI:*** de ´misericordia, dejarse tocar el corazón con el sufrimiento o carencia

del otro, y hacer lo que está en nuestras manos´. ¿Y cómo suena?: tocando la espalda al que está a nuestro lado, como signo de que queremos dejarnos tocar por su sufrimiento.

* El ***FA:*** de ´facilitar la integración´. ¿Y cómo suena?: cogiéndonos de las manos los que estamos en la misma fila y así formar una gran cadena, para que nadie quede fuera de nuestra cadena.

* El ***SOL:*** de ´ser persona solidaria con la otra parte´. ¿Y cómo suena?: poniéndonos en su lugar, cediendo el nuestro para que pueda disfrutar de la misma dignidad que yo tengo.

* El ***LA:*** de ´la indignación ante la injusticia y la denuncia profética ante ella´. ¿Y cómo suena?: dando cada uno de nosotros cuatro golpes fuertes con los pies en el suelo para mostrar así la indignación que se vive en nuestra sociedad y nuestro mundo.

* El ***SI:*** de ´si tú estás conmigo, acompañándome, apoyándome, saldré adelante´. ¿Y cómo suena?: chocando las manos con las de aquel que está delante, hasta provocar un ruido.

Y como testimonio inspirador de que las situaciones de dificultad que todas las personas padecemos en nuestra vida nos pueden ayudar a superarnos se presenta el ejemplo del violinista Itzhak Perlman. De niño padeció polio, y en una actuación suya en 1995, en Nueva York, le ocurrió algo insólito: en los primeros acordes de su interpretación se le rompió una cuerda a su violín, quedándose con tres. El director paró el concierto. El violinista se concentró, sereno, y en lugar de buscar otro violín, le dijo al director que continuara. En su cabeza recolocó la sinfonía a tocar, supliendo la carencia de la cuerda con las tres que le quedaban. La gente quedó atónita ante su actuación magistral, pues no se notó la diferencia y encima se creció como artista. Fue una de sus más sublimes interpretaciones, algo apoteósico. El público, en pie, lo agradeció con una explosión de aplausos. Y al final de la actuación Itzhak pronunció las siguientes palabras: "Ustedes saben que en la vida algunas veces la tarea del artista es descubrir cuánta música uno puede producir con lo que le queda". (Se puede encontrar la actuación de Itzhak Perlman en *Google-Youtube: Con solo tres cuerdas*).

Las dificultades de la vida nos hacen sacar la mejor música que llevamos dentro como personas. Aprendamos a aplicarlo también en nuestra labor en Cáritas, cuando pensamos que no tenemos fuerzas o somos mayores… ¡cuánta música podemos hacer con lo que nos queda!, y siempre música de la auténtica, con pasión y contagio. Porque la gente que tenemos en Cáritas también tiene a veces solo tres cuerdas, porque vienen

rotas, y nuestra labor y arte es saber hacerles ver toda la música que pueden hacer aún con sus vidas rotas. Además podemos ver cómo empoderarlas como personas a pesar de la situación en que viven, para que sepan sacar todo el poder personal y aflore lo mejor de ellas.

2.- OBERTURA

¿Y cómo sería una mirada a la realidad con las bases que hemos señalado en el preludio? Hemos visto ya cuáles son nuestros sonidos y algún testimonio inspirador también. La realidad que nos rodea, el paisaje o la naturaleza misma conlleva una armonía, porque todo lo que es grande o pequeño tiene una función para lo que fue creado, produce armonía, encaja y tiene un sonido especial.

Siguiendo esa analogía, en el ámbito humano ocurre lo mismo: estamos llamados a producir relaciones de armonía y de fraternidad, porque todo lo creado está pensado para que miremos esas relaciones de belleza, armonía, fraternidad y encuentro.

Cada persona hemos sido creada para aportar nuestro sonido único y personal con el que contribuir a la armonía y belleza de este mundo, porque ocupamos un lugar en la partitura de la realidad. Estamos llamados a aportar nuestras cualidades, capacidades, riquezas y bienes. ¿Pero qué pasa cuando una persona no aporta su sonido particular, si no que distorsiona e introduce alguna nota disonante en la melodía?

Con esas notas disonantes se deja de escuchar la armonía que existe en la naturaleza y se provoca un desencuentro y una contaminación. Este mundo está como aparece porque existen muchas notas disonantes, rompiendo esa armonía y belleza para las que fue creado. Ello indica el nivel en el que el ser humano está desconectado en nuestra civilización con la naturaleza. Y para entender el desequilibrio o la disonancia que se da en nuestro mundo podemos presentar algunas notas disonantes evidentes, como:

- La situación que sufren las personas más frágiles, débiles, vulnerables y desvalidos en las crisis humanitarias en nuestras fronteras, y que es gente que busca un futuro mejor para sus familias. Esas personas no llegan por el efecto llamada, sino que son expulsadas de sus propios países de origen por la violencia, injusticia y persecución que existe en ellos, y se da un efecto expulsión. Y también, más cerca, en nuestro país, en las ciudades y pueblos se dan también situaciones de exclusión, pobreza e injusticia, que son las notas disonantes.

Por otra parte, muchas personas, países y gobiernos, en lugar de estar en la clave musical para la que han sido creados están en otra clave, porque cada uno crea su propio castillito de bienestar, se encierra y se aísla. Todo está en función del interés

propio, por puro egoísmo:

- Tenemos la clave de la batuta o el mando: das a alguien poder y llega la imposición, el dominio… que el que manda sienta que está por encima de los demás.

- También existen otras claves: la del éxito, la fama, la buena imagen, el ser siempre ganador…

- Una clave muy presente hoy día es la clave desoladora, con tantas barreras y vallas, no solo fronterizas, entre las personas que rechazan a otra, por "aporofobia", por el miedo y rechazo al pobre… porque creo que va a traer inseguridad, me va a quitar cosas, es una amenaza para mi bienestar y seguridad. La expresión "no soy racista, pero…", es un maquillaje del racismo. Todos ellos son claves que están mezcladas, no aparecen en estado puro.

- Y para nosotros una clave sumamente importante es "ama a tu prójimo como a ti mismo", la clave del amor. Es el corazón que se entrega, que no está para mandar sino para servir, que no está para buscar el prestigio, ni enriquecerse… sino para compartir. Si actuamos en esta clave, produciremos una música que contagiará y calará en los demás. En Cáritas estamos en la clave del amor, en el compromiso de escuchar el grito de los pobres, de no ser indiferentes, de hacer algo por ellos, cada uno aportando la parte que puede o sabe, por pequeña o insignificante que sea tiene su valor, porque si no lo hacemos nosotros nadie va a hacerlo por ti.

Es también importante cuestionar: ¿y cuál es mi parte o aportación en cada instante? Cualquier signo vale y ayuda (un silencio, una palabra, un abrazo…). Como dice el Papa Francisco, cada cristiano, cada uno de nosotros es activista y está llamado a ser instrumento de Dios para la activar la promoción de los pobres. Somos las manos, los ojos, la cara y los oídos de Dios. Y cuando la orquesta une todos esos sonidos, notas e instrumentos, lo que uno no sabe hacer lo hace el otro, porque somos la orquesta de Cáritas.

3.- SINFONÍA

¿Y cómo suena esa orquesta? Para eso está la sinfonía, que tiene cuatro movimientos. Es importante que cada uno sepa en qué movimiento está, qué nota toca, teniendo en cuenta la acción que desarrolla en Cáritas.

- ***Primer movimiento: tempo "presto" activista***

Somos personas comprometidas, activistas, tratamos de ser instrumentos de Dios en la sociedad en que nos ha tocado vivir. ¿Y cómo lo estamos haciendo? A través de una serie de acciones, creando notas, como las siguientes:

1. Acogida y acompañamiento desde las Cáritas parroquiales.

2. Atención a las personas más vulnerables (infancia, jóvenes, familias, mayores, emigrantes…).

3. Atención a las personas excluidas (personas sin hogar, víctimas de trata, drogodependientes, reclusos, enfermos mentales sin recursos…).

4. Economía solidaria: comercio justo, finanzas éticas, consumo responsable, programas de empleo, empresas de economía social…).

5. Tareas de sensibilización: defensa del trabaja decente.

6. Campañas de personas sin hogar, nadie sin hogar, somos personas con derechos.

7. Sensibilización en el mundo de las migraciones: hospitalidad y dignidad. Queremos ofrecer acogida, protección, promoción e integración.

8. Campañas por la justicia: "Enlázate por la justicia" y "Si cuidas el Planeta combates la pobreza".

9. Cooperación internacional.

10. Campañas de sensibilización por la justicia en Cáritas: "Tu compromiso mejora el mundo".

Son formas de visibilizar la acción de nuestro compromiso como activistas y que se hacen visibles en la sociedad dando respuesta a las necesidades que existen en ella.

- ***Segundo movimiento: tempo "adagio" de los ´intangibles´***

Es la gran riqueza que tenemos en Cáritas y que hay que ponerla en valor. Se considera como bienes intangibles todo aquello que no es material ni físico, pero da riqueza a una empresa, como marca propia. Todo lo que ofrecemos de nosotros mismos y que no es palpable: es nuestra riqueza, que es "riqueza interior de humanidad", todo el amor y el afecto, todas las capacidades, cualidades y dones, que ponemos al servicio de las personas con las que nos encontramos en nuestra labor solidaria. Lo que les

ofrecemos, ya es una riqueza que puede llegar a producir grandes efectos. Por ello, hay que ponerlos en valor, y tomar conciencia del gran potencial sanador y rehabilitador que encierran… Es nuestro tesoro y es lo que nos identifica como Cáritas… sin ellos no seríamos Cáritas.

1. Horas de entrega gratuita, de estar al servicio, de regalar tu presencia, de simplemente estar o pasar tiempo juntos, de acompañar…

2. Abrazos, gestos y detalles de afecto que han hecho sentir a los destinatarios, que son importantes para alguien, que son apreciados, valiosos, queridos…

3. Momentos de escucha sincera y desde el corazón.

4. Miradas al corazón, que han facilitado que las personas no se sientan juzgadas o etiquetadas por su apariencia, situación o realidad, que sientan que son miradas sin prejuicios.

5. Palabras de apoyo, ánimo y estímulo.

6. Momentos de alegría o sonrisas que hemos provocado en los otros, hemos hecho reír.

7. Momentos con palabras de reconocimiento o celebración de las cosas buenas y positivas que tienen o hacen otros, de sus logros y esfuerzos.

8. Momentos de sentirse en confianza, en familia, que hemos facilitado con nuestra forma de ser y hacer.

9. Momentos con palabras que ayudan a recapacitar, a reflexionar, a reconducirse, a confrontarse, a cambiar a mejor.

10. Sorpresas o detalles agradables que hemos dado a otros.

11. Momentos de rezar a Dios por quien lo está pasando mal, o tiene algún problema, o para dar gracias por sus avances.

12. Gestos y actitudes de amabilidad, acogida o respeto que hemos tenido con las personas con las que nos encontramos.

13. Renuncias o sacrificios (insignificantes, pequeños o grandes) que hemos hecho para el bien de otros.

14. Momentos de perdonar y reconciliarse.

15. Momentos donde hemos sido favorecedores de la paz y la buena convivencia.

También podemos evaluar lo que no hemos hecho, por ejemplo, a lo largo de la semana, considerando lo que podíamos haber hecho y no lo hemos realizado por omisión.

- ***Tercer movimiento: tempo "andante" para "nutrirse"***

Para poder dar hay que tener, nutrirse uno antes, para así dar sentido y valor a nuestras acciones y riqueza intangible. Los otros, aquellos con los que trabajamos, también nos dan, nos enriquecen, en una posición de igual a igual. Entre el voluntariado de Cáritas es frecuente escuchar la frase "me han dado más de lo que yo he dado".

1. Momentos donde nos enriquecemos con los bienes intangibles que nos regalan los demás, los empobrecidos, los vulnerables…, y donde nos dejamos tocar por ellos.

2. Tiempo de oración, de silencio interior, de cultivar nuestra espiritualidad, para sentir la inmensidad del Amor que Dios nos tiene.

3. Tiempo para nosotros, para encontrarnos a nosotros mismos, para conocernos mejor, para ver cómo somos, cómo estamos viviendo, cómo nos sentimos, para ver hacia dónde vamos o hacia dónde querríamos ir, para centrarnos, para vivir y saborear el presente…

4. Tiempo dedicado a compartir nuestras vivencias, nuestro mundo interior con las personas cercanas...

5. Tiempo dedicado a cuidar, cultivar, construir la unidad, lo comunitario en el entorno humano donde estamos.

- ***Cuarto movimiento: tempo "vivace" para ´vivir dando vida´***

La clave está en saber mirar con el corazón: mirar con compasión, mirar con ternura, mirar con actitud acogedora y afecto, mirar haciendo sentirse valioso e importante al otro.

Dos testimonios inspiradores que son referentes para Cáritas:

1. Santa Teresa de Calcuta, modelo para el voluntariado de Cáritas: "El amor tiene que ponerse en acción. Muchas veces basta una palabra, una mirada, un gesto para llenar el corazón de una persona". "No podemos hacer grandes cosas, pero sí cosas pequeñas con un gran amor". "Lo más importante no es lo que damos, sino el amor que ponemos al dar". "Allí donde hay un gran amor, allí ocurren siempre grandes milagros".

2. San Óscar Romero, patrón de Cáritas: "Cada uno de nosotros, tiene que ser un devoto enardecido de la Justicia, de los Derechos Humanos, de la Libertad, de la Igualdad; pero mirándolos a la luz de la Fe". "Es inconcebible que se diga a alguien ´cristiano´ y no tome, como Cristo, una opción preferencial por los pobres". "Dios mío, ayúdame, prepárame. Tú eres todo, yo soy nada, y sin embargo tu amor quiere que yo sea mucho. Ánimo. Con tu todo y con mi nada haremos mucho".

Como sonata final una frase del Papa Francisco: "Sabemos con certeza que quien se entrega a Dios por amor, será fecundo. Tal fecundidad es muchas veces invisible, pero tiene la seguridad de que no se pierde ninguno de sus trabajos realizados con amor, no se pierde ninguna de sus preocupaciones sinceras por los demás, no se pierde ningún cansancio generoso… Sigamos adelante, démoslo todo, pero dejemos que sea Él quien haga fecundos nuestros esfuerzos como a Él le parezca". (Evangelii Gaudium, 279).

Y para finalizar, toquemos con toda la pasión posible nuestra melodía y vayamos borrando esas notas disonantes que se nos cuelan para que suene una música más coherente con la clave de amor que nos motiva como creyentes cristianos.

"MELODÍAS DEL COMPROMISO"

La lectura del presente documento se puede completar con dinámicas que se realizaron en el encuentro de voluntariado del pasado 13 de abril de 2019. Se presenta a continuación una serie de actividades para facilitar la animación en el grupo si se considera adecuado.

Oración

Dame, Señor, el don de la alegría
que canta sin reservas
la belleza del mundo,
la grandeza del hombre,
la bondad de su Dios.
Dame, Señor, el don de la alegría
que me haga siempre joven,
aunque los años pasen;
la alegría que llena de luz el corazón.
Dame, Señor, el don de la alegría
que colma de sonrisas,
de abrazos y de besos,
el encuentro de amigos, la vida y el amor.
Dame, Señor, el don de la alegría
que me una contigo,
el Dios siempre presente,
en quien todo converge
y en quien todo se inspira.
Dame, Señor, el don de la alegría
que alienta el corazón
y nos muestra un futuro
lleno de bendiciones por encima de todo.

Lectura de la carta del apóstol san Pablo a los Filipenses:

"Hermanos: Estad siempre alegres en el Señor; os lo repito, estad alegres. Que vuestra mesura la conozca todo el mundo. El Señor está cerca. Nada os preocupe; sino que en toda ocasión, en la oración y súplica con acción de gracias, vuestras peticiones sean presentadas a Dios. Y que la paz de Dios, que sobrepasa todo juicio, custodiará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús.
Finalmente, hermanos, todo lo que es verdadero, noble y justo, puro, amable, laudable, todo lo que es virtud o mérito, tenedlo en cuenta. Y lo que aprendisteis, recibisteis, oísteis y visteis en mí, ponedlo por obra. Y el Dios de la paz estará con vosotros".

Palabra de Dios.

Dinámica 1.

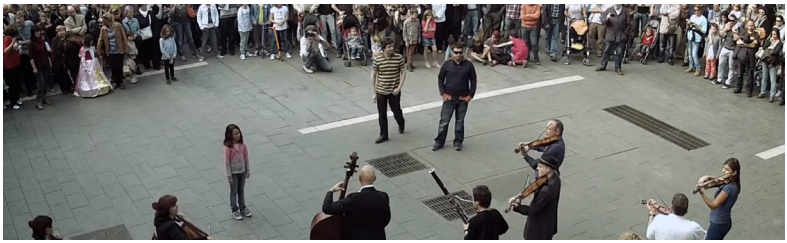
Inicialmente, mientras escuchamos una melodía (danza de bendición, *https://youtu.be/fUyQhwk3G-U*), se responde mentalmente a la pregunta:
¿A qué suena tu compromiso?

Finalizada toda la actividad o el proceso de lectura de la charla, volver a preguntar:

¿A qué quiero que suene mi compromiso?

Dinámica 2.

Tras un breve momento de presentación, empezaríamos la sesión proyectando el vídeo de la orquesta *https://youtu.be/GBaHPND2QJg* (Banco Sabadell) y comentando:
¿Qué nos llama la atención? y ¿Con qué aspectos del vídeo nos hemos quedado?
Si es oportuno, volveríamos a proyectar el vídeo y comentaríamos ¿qué aspectos hemos captado de nuevo?



Dinámica 3.

Se realiza una partitura grande que se coloca en una pared y entregando una serie de notas musicales, propondríamos preguntas en función de nuestro objetivo:
Por ejemplo:
- ¿Qué nota es la más característica en tu "hacer como voluntario"?
- ¿Qué nota te gustaría incorporar en tu voluntariado?
- En este curso ¿qué nota de Cáritas es la que más te ha sonado?
- La nota más importante que te ha dado Cáritas.
- ¿Qué "nota" darías a tu experiencia y por qué?, etc.

Juntos, con las respuestas de todos, iremos compartiendo en una puesta en común nuestras respuestas al tiempo que las iremos colocando en un gran pentagrama.
Por último, se puede proponer un título a "nuestra melodía".

Dinámica 4.

- Ver el vídeo, *https://youtu.be/GBaHPND2QJg*

- Realizar en el grupo la actividad que se propone en la charla en el preludio: ¿Cómo sonarían las notas de la escala musical de la melodía del compromiso? Se lee en alto cada nota y se propone realizarlo en el grupo.

- Cantar el himno de la alegría de Miguel Ríos todos juntos.

El himno de la alegría

Miguel Ríos

Escucha hermano la canción de la alegría
El canto alegre del que espera un nuevo día.

Ven, canta, sueña cantado
Vive soñando el nuevo sol
En que los hombres
Volverán a ser hermanos.
Ven, canta, sueña cantado
Vive soñando el nuevo sol
En que los hombres
Volverán a ser hermanos.

Si en tu camino solo existe la tristeza
Y el llanto amargo
De la soledad completa.

Ven, canta, sueña cantado
Vive soñando el nuevo sol
En que los hombres
Volverán a ser hermanos.

ANOTACIONES

ANOTACIONES

"Konpromisoaren doinuak"
Melodías del compromiso.
2019