

TUTORÍA ADVIENTO 2020 - ESO Y BACHILLERATO

Objetivos

1. Motivar el tiempo litúrgico en el que nos encontramos.
2. Descubrir que de nuestra vida brotan gran cantidad de sueños que pueden hacer de este mundo un lugar mejor.
3. Descubrir todo el potencial que tenemos en nuestro interior.

Material

- Documento 1 (una copia por alumno)
- Papel y colores

Desarrollo

Observaciones: Según sea nuestra clase, tendremos que ajustar la sesión reduciendo algún elemento como se indica más adelante.

1. Nos situamos (3 minutos)

El Adviento es el comienzo del Año Litúrgico, empieza el domingo más próximo al 30 de noviembre y termina el 24 de diciembre. Son los cuatro domingos anteriores a la Navidad y forma una unidad con la Navidad y la Epifanía.

El término "Adviento" viene del latín *adventus*, que significa venida, llegada. El color usado en la liturgia de la Iglesia durante este tiempo es el morado. Con el Adviento comienza un nuevo año litúrgico en la Iglesia. El sentido del Adviento es avivar en los creyentes la espera del Señor.

Les explicamos que vamos a trabajar el adviento desde una sesión de interioridad a través de la cual, poco a poco, iremos descubriendo el sentido personal y como clase que le queremos dar a este tiempo. Todo lo que vamos a hacer lo hacemos desde la libertad y desde esa actitud también tenemos que respetar a todos los compañeros y profesor.

¡¡Buenos días!! ¿Cuántas veces te has despertado en mitad de un sueño que te gustaba y has intentado dormirte de nuevo? Complicado, ¿no?

¿Has soñado despierto alguna vez? Seguro que sí. Algunas veces te habrás quedado empanado imaginando (soñando) algo que te gustaría que ocurriera. Puede ser que alguien te haya interrumpido diciendo "espabila" o "¡qué te has empanado!".

Soñar es una maravilla. Tener sueños es necesario para ir dándole sentido a nuestras vidas. Sin embargo, si nos quedamos dormidos, se quedan en eso, en sueños. Nada más...

¿Qué sueños queremos despertar?

2. Silencio In (5 minutos)



Para que podamos soñar en esta sesión vamos a hacer silencio. Vamos a hacernos conscientes de nuestra respiración y cada vez que nos llegue un pensamiento, una preocupación, vamos a dejarlo ir y volvernos a centrar nuestra atención en la respiración.



3. Secreto In (5 minutos)

Seguro que soñamos muchas cosas, pero lo difícil es descubrir cuál de esos sueños realmente está dentro de mí o más bien lo está poniendo la sociedad en mi cabeza. Y un paso más. ¿Crees que Dios tiene algún sueño para ti? Nuestra vida es un regalo de Dios. Desde antes de nacer, Dios pensó en ti y de Él has recibido unas cualidades. Dios ha soñado y trazado un plan para ti: te quiere feliz. Pero ¿cómo? Por ejemplo, a Jacob, hace muchos años (aparece en el AT) le pasó lo siguiente.

(Lo que viene ahora lo contamos de modo informal según el texto de abajo. Las referencias bíblicas se encuentran en Génesis 28,11-19 y Génesis 32, 23-33)

Esaú y Jacob son dos hermanos mellizos, hijos de Isaac y Rebeca, nietos de Abraham. Nació primero Esaú, grande, fuerte, velludo, machote, trabajador, más bruto. Unos minutos después Jacob, delgado, lampiño, fino, perezoso, inteligente, estudioso, débil...

Rebeca, según su propia revelación, favorece que Jacob pase a ser el primogénito, lo cual no es muy bien recibido por su hermano. Éste persigue a Jacob para matarle, así que Jacob huye hasta las tierras de su tío. Du erme en un árbol por miedo y sueña con una escalera (por la cual los ángeles subían y bajaban) y Dios le habla desde arriba.

Jacob trabajó 14 años gratis para ese tío lejano, con el fin de obtener la 'dote' para casarse con su hija. Cuando termina, primero le engaña dándole a la otra hija como esposa. Sigue entonces trabajando para él, y acaba casado con las dos y con sus dos esclavas...

Con sus 4 mujeres, y 11 de sus 12 hijos varones (falta Benjamín por nacer) sale de las tierras, y en el mismo sitio donde la escalera, de noche tiene otro sueño: lucha hasta 3 veces con un 'ángel' hasta el amanecer, y no lo suelta hasta que lo bendice. Cambia entonces su nombre a Israel: 'el que ha luchado contra Dios y los hombres y ha ganado' o 'el que lucha con Dios'.

Después de esto, Jacob queda cojo, pero no su autoestima: es fuerte, es capaz, es guía y padre de un pueblo.

Para los más pequeños, Dios también tiene sueños, incluso los sueños más ambiciosos. En este caso, el comienzo de la historia del pueblo de Israel.

Esta misma experiencia, aunque nos parezca tan lejana, también la podemos tener nosotros. Por eso, el secreto de esta sesión es el siguiente:

ningún Soñador 
es pequeño y ningún Sueño
—————♥————— es demasiado grande

4. Experimentos In (20 minutos)



Comenzamos el momento clave de la sesión en el que dar sentido a las palabras en nuestra vida. Comenzamos leyendo este texto:

Jóvenes que cambian el mundo

Hay cosas del mundo que no nos gustan, y esto nos desespera.

Y nos desespera, a veces, porque **nos sentimos demasiado jóvenes** para tener influencia suficiente, porque sentimos que no somos importantes, que no se nos hace caso. El mundo está hecho por y para 'los mayores', y a los jóvenes y nuestras cosas no se nos escucha. Se nos considera ingenuos, inexpertos, sin autoridad: ¡cuánto nos falta saber de lo que es el mundo!

Y lo que tememos es que tras estas palabras se esconde el mensaje de que «saber lo que es el mundo» no significa más que **acomodarse** a este mundo tal y como es, **dejar de soñar**, no creer que las cosas puedan ser de otra manera, no atreverse a intentarlo, tirar la toalla.

Y esto sí que nos desespera de verdad. Porque **muchos** hombres y mujeres que parecen inteligentes y preparados, muchas personas con responsabilidad, mucha gente que sabemos que es buena y que desea un mundo justo, **han dejado de soñar**, han dejado de intentarlo; y viven dejándose convencer **por la inercia** embrutecedora que reafirma una oficina, un trabajo y un ahorro que eclipsan el sueño en un mundo mejor, el valor profundo del tiempo gratuito compartido con un amigo, **la fe revolucionaria que mantiene la expectativa del niño** que todos tenemos dentro o el cuidado valioso de las pequeñas cosas que construyen **un mundo más ecológico**.

Ojalá seamos más los que nos atrevamos a intentarlo. Ojalá los desencantos que conlleva el encuentro con algunas realidades del mundo no ahoguen nuestra mirada esperanzada en este Adviento que comenzamos. Ojalá las responsabilidades asumidas o la mera costumbre no pesen tanto que nos hagan incapaces de **emocionarnos ante la persona que pasa frío y hambre**.

Seremos muchos o pocos. Pero seremos felices; en los detalles pequeños de austeridad agradecida que cuidan de este mundo globalizado en el que todo está conectado, en el encuentro con un Dios que nos haga a todos familia, en el tiempo regalado a los más pequeños.

Ni somos pequeños ni tenemos miedo a soñar. Vamos a hacer un sencillo ejercicio que nos puede ayudar a descubrir nuestros sueños (los que de verdad vienen de nuestro corazón) y los que Dios tiene para nosotros. A través del sencillo ejercicio que vamos a hacer vamos a intentar descubrirlo:

Los alumnos se colocarán en la posición de equilibrio sentados y comenzamos un momento de respiración consciente.

Les indicamos que vayan siguiendo la visualización que vamos a proponerles. A través de ella se pretende ayudarles a imaginar, detectar o identificar algo que ellos sueñan en la vida. Les explicamos que esos sueños no deben ser caprichos, situaciones que impliquen un beneficio personal, sino las pretensiones importantes de nuestra vida, que no solo nos ayuden a nosotros sino también a los demás.

Con los ojos cerrados. Imagina que entras en un cine, entras y te sientas. Fíjate en la pantalla fijamente y poco a poco verás como aparece tu rostro. Imagina algo que quieres que ocurra en tu vida, entre la gente que te rodea, con gente más o menos conocida, más o menos lejana. Tú eres el protagonista de eso que está pasando.

Seguramente se te vengán varias cosas a la cabeza. No tienen por qué ser grandes cosas, cualquier vale. Elige una y céntrate en ella. ¿Dónde y cuándo se produce?, ¿cómo es ese lugar?, ¿qué significa para mí?, ¿qué hay en él?, ¿qué personas aparecen en él?, ¿por qué ese sueño? (Cada vez que formulemos una pregunta dejaremos que transcurra un minuto para que cada alumno interiorice y dé respuesta a la misma). Poco a poco volvemos a situarnos en el cine y vemos como la pantalla se va volviendo blanca. Realizamos tres respiraciones conscientes y abrimos los ojos.

5. Poso In (5 minutos)

Cada alumno previamente debía tener encima de su mesa o encima de una carpeta (si lo hacemos en el patio u otro lugar) preparado un papel, un lápiz, colores...



Les explicamos que aquello que han imaginado, que ese sueño que han descubierto lo van a dejar plasmado dibujando aquello que crean que mejor lo representa. Tienen libertad absoluta. No se trata de pintar algo bonito sino de profundizar en lo que hemos experimentado. (Este momento se puede simplificar, si tenemos problemas de tiempo, y solamente pedirles que escriban alguna palabra o frase que resuman lo experimentado)



6. Charla In (5 minutos)

Le entregamos a cada alumno la pantalla de un móvil (documento 1). Seguramente hayamos descubierto algún o algunos sueños que tenemos. Como hemos dicho al principio, si no despertamos, se quedarán en sueños, nada más.

En un par de minutos, tras la experiencia vivida, vamos a escribir en los huecos de cada una de las alarmas el sueño que queremos despertar. Puede ser que ahora mismo solamente pongamos una o dos alarmas. No pasa nada. Lo compartimos brevemente por parejas. (Si no podemos terminar este momento no pasa nada porque tiene continuidad en la oración de la mañana)

7. Eco In (2 minutos)

Guardaremos este móvil en nuestra agenda y de vez en cuando lo sacaremos en la oración de la mañana. Podremos añadir nuevas alarmas (nuevos sueños que descubramos durante este Adviento que queremos despertar) y conforme los vayamos despertando y les vayamos dando sentido en nuestras vidas, podremos colorear de verde el puntito que implica que la alarma está activa.



Presentamos en este momento y colocamos en la clase el cartel de este Adviento que nos recuerda las alarmas que cada uno tenemos, es decir, los sueños que queremos despertar para así estar atentos a los que nos rodea y facilitar el encuentro con el niño Jesús.