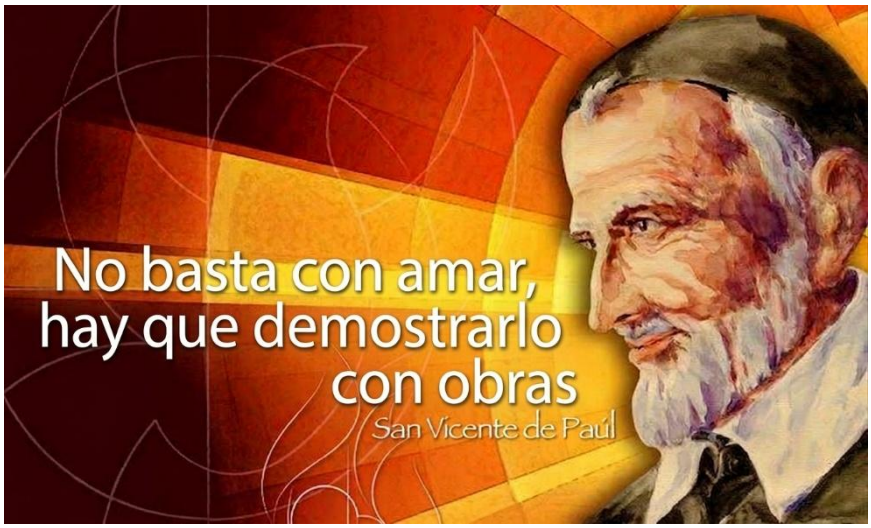
¡ESCUCHA! ¡ACOGE! DIALOGA!



Análisis y enfoque de la actividad:

Desarrollar la espiritualidad vicenciana y la importancia de la escucha activa como forma concreta de amor. El objetivo es transmitir valores de empatía, justicia y servicio.

Se pueden realizar varias dinámicas en torno a las enseñanzas de San Vicente sobre escuchar y amar:

1. Escuchar es la primera obra del amor. San Vicente de Paúl enseña que "*no basta con amar; hay que demostrarlo con obras*", y la escucha es la primera de esas obras. Escuchar con el corazón implica detenerse, acoger y actuar movidos por la compasión. Es un acto activo y transformador, no solo pasivo.

Dinámica:

- Practicar la **escucha activa por parejas**, donde uno habla y el otro escucha sin interrumpir, para experimentar cómo se siente ser escuchado de verdad. (Duración: 5'). Se intercambian los roles durante otros 5', con la misma pareja.
- Al finalizar, la persona que ha escuchado primero devuelve el mensaje que le ha llegado del que habla, y viceversa. Compartimos cómo nos hemos sentido mejor, escuchando o hablando, y si hemos percibido que la otra persona estaba atenta en la escucha y acogía nuestro mensaje, o no.

2. Escuchar es acoger al otro en su dignidad. La escucha activa y empática permite descubrir el valor propio y el de los demás, abriendo el corazón a la voz de Dios y de los más necesitados. Educar en la escucha ayuda a construir una convivencia fraterna y consciente de las voces del mundo: personas, la Tierra y Dios.

Dinámica:

- Una o dos personas del grupo, de manera voluntaria, **exponen algo de su historia personal:** cómo llego aquí, qué ventajas y dificultades ha tenido, qué necesidades tiene ahora... y los demás reflexionan sobre lo que sienten y cómo pueden actuar, siguiendo el proceso vicenciano: ver, escuchar, conmoverse y actuar.

3. Escuchar es dejar que el otro habite en mi corazón. Esto significa acoger al otro sin prejuicios, sin interrumpir, y con paciencia, permitiendo que se exprese plenamente.

Dinámica:

- Entre todos vamos a **crear un mural** con frases que empiecen por **"ESCUCHAR ES..."**, fomentando la reflexión sobre el valor de la escucha como compromiso de fe y servicio. Podemos hacerlo con palabras, dibujos...como cada uno quiera.

4. El silencio interior como condición para escuchar. Sólo quien sabe hacer silencio en su interior puede escuchar la voz de Dios y de los demás. El silencio es como un puente para la escucha profunda.

Ejemplo práctico:

- Se realiza un momento de silencio guiado para que todos aprendamos a escuchar tanto los sonidos externos como los de nuestro propio interior.

Terminamos con esta Oración final:

"SEÑOR, ENSÉÑANOS A ESCUCHAR."

Enséñanos a escuchar con amor, a callar cuando el otro necesita hablar,

a descubrir tu voz en quien sufre y espera.

Que, como San Vicente, sepamos ver, conmovernos y actuar.

Que cada silencio se haga puente, cada palabra sea consuelo,

y cada escucha nos acerque más a Ti. Amén