TARJETAS. Preguntas y respuestas.

1. Categoría OREJA (Azul)

1) Pregunta: En Folleville, un campesino enfermo desahogó sus miedos con San Vicente. ¿Qué descubrió Vicente tras escucharlo?

a) Que la gente del pueblo era mala.

b) Que la gente del campo estaba abandonada espiritualmente, que no había sacerdotes dedicados a la gente campesina. Los sacerdotes y frailes estaban en París. Y eso le hace pensar a Vicente que él se va a dedicar a ellos y reúne a otros para hacer lo mismo y a sí funda los Misioneros Paules. Nunca lo pensó, pero él al ver la necesidad se lanza a organizar el servicio y la atención.

c) Que no valía la pena ayudar.

2) Pregunta: ¿A qué lugar bajó Vicente para escuchar a los marginados a quienes la sociedad trataba como animales?

a) A las galeras / mazmorras. Los galeotes eran esclavos condenados a remar en las galeras, una forma de condena considerada la peor. Se aplicaba en España, Italia, Rusia y Francia, y se utilizaba para condenados por herejías y otros motivos. Los galeotes eran generalmente delincuentes y reclusos que no cabían en las cárceles. Su alimentación era mala y escasa.

Vicente de Paul se fue a los puertos donde los galeotes le esperaban, personas sin ninguna esperanza y maltratados a latigazos... Y Vicente les viene los abraza, les consuela, los mira, se detiene con ellos... Le habían nombrado capellán de las Galeras. Les viene a decir que, aunque el mundo los haya castigado, los haya encadenado, Dios siempre ha estado con ellos, nunca ha dejado de mirarlos. Él ve en los galeotes **hijos de Dios**... otros ven delincuentes, ladrones etc etc, pero Vicente los mira como los mira Dios.

b) A un palacio.

c) A una universidad.

3) Pregunta: ¿Qué ocurrió en Châtillon cuando Vicente escuchó que una familia entera estaba enferma y muriéndose de hambre?

a) Les mandó una carta con ánimos.

b) Aprovechó la Misa y en el sermón hizo la llamada a todo el pueblo. Movilizó a todos para llevarles comida. Respondió todo el pueblo, pero Vicente vio que ese día había muchos productos, pero dentro de pocos días ya no tendrían nada que comer. Y convocó a un grupo de señoras para ver cómo organizar las ayudas y la gente para que no les faltara nunca la comida. Así surgió la primera Cofradía de la Caridad... que luego se extendieron por muchas parroquias de París. “Los pobres necesitan nuestra ayuda hoy, pero también mañana, tenemos que organizarnos”, dice el cortometraje de CONFIDO. Esto tampoco lo había pensado nunca Vicente, pero al ver la necesidad se lanza para ver cómo responder.

c) Dijo que era asunto de los médicos.

4) Pregunta: San Vicente decía que no hay que inventar proyectos desde un despacho, sino...

a) Copiar lo que hacen en otros países.

b) Escuchar las llamadas de la realidad y responder. Vicente repetía muchas veces: esto nunca lo pensé, ni tampoco lo pensó la señorita Le Gras (así llamaba a Santa Luisa) creía que Dios, que es el que más quiere a los pobres, siempre sale al encuentro de ellos, pero hay que tener los ojos abiertos para ver. Él tuvo esa experiencia, nunca pensó en fundar las Cofradías ni las Hijas de la Caridad, pero como Dios sí lo quería y Vicente veía la realidad de los pobres, iban surgiendo acontecimientos que le llevaban a buscar cómo dar respuestas.

c) Esperar a que la gente pida ayuda por escrito.

5) Pregunta: ¿Cómo entendía San Vicente la escucha activa?

a) Como una forma de perder el tiempo.

b) Como la expresión del amor efectivo y afectivo. Son frases de San Vicente: "el amor es al mismo tiempo afectivo y efectivo" “El amor verdadero tiene que pasar del corazón a las obras.” “Amemos a Dios, hermanos míos, amemos a Dios, pero que sea a costa de nuestros brazos, que sea con el sudor de nuestra frente.” “No nos engañemos, toda nuestra obra consiste en la acción”. “No basta con sentir compasión; hay que convertir la compasión en servicio.”

c) Como una norma de educación básica.

6) Pregunta: San Vicente unió dos cosas de forma indisoluble: la escucha de la Palabra de Dios en la oración y...

a) La escucha de los acontecimientos y la realidad. Escuchaba a Dios en los largos ratos de oración y descubría la presencia de Dios en los pobres y en los acontecimientos y esto le hacía mirar a las personas como los mira Dios. Estaba convencido que, si un día dejaba de hacer oración para ir a atender a alguna persona que lo necesitaba, ahí se encontraba con el Dios que había dejado en la oración. Es decir, para Vicente de Paúl a Dios se le encuentra en la oración y en el pobre. *“Servir a los pobres es servir a Jesucristo y esto es tanta verdad como que estamos aquí” (SVP)*

b) La lectura de libros de historia.

c) El silencio absoluto.

7) Pregunta: ¿Por qué los prisioneros de las galeras se quedaron impactados cuando San Vicente fue a verlos?

a) Porque les llevó mucho dinero.

a) Porque nadie los escuchaba, ni los miraba a los ojos y Vicente se sentó a escuchar sus historias sin darles sermones ni juzgarlos. Hizo varias cosas por ellos: los miró, los escuchó, los tocó, los abrazó y les dio un mensaje de parte de Dios diciéndoles que ellos eran **HIJOS DE DIOS**, lo que equivalía a decir que tenían tanta dignidad como la reina o el Papa. También dio a conocer cómo eran tratados los galeotes a las señoras de la Caridad y denunció esta situación.

c) Porque les prometió sacarlos de la cárcel al día siguiente.

8) Pregunta para reflexionar: Cuando San Vicente bajó a las galeras, los demás veían "criminales peligrosos". ¿Qué vio él?

Seres humanos con dignidad, sufriendo y necesitados de comprensión. Él en las personas que sufrían, maltratadas, veía a JESUCRISTO maltratado, humillado, crucificado. Vicente en un pobre siempre vio a Jesucristo.

9) Pregunta para expresar: Expresa en una sola frase qué significa "escuchar con los oídos de San Vicente".

Es escuchar al otro con el corazón, sin juzgar, para comprender su necesidad y hacer algo por él.
Escuchar con los oídos de Vicente, es escuchar y no preguntar qué ha hecho, qué le llevó a la cárcel, qué pasó etc... Eso a Vicente no le importa, le importa la PERSONA.

10) Pregunta: ¿Qué diferencia hay entre simplemente "oír" a alguien y "escucharle" al estilo de San Vicente?

Oír es un proceso biológico, es algo pasivo, percibir lo que la otra persona dice... y **escuchar** implica prestar atención a lo que oyes, empatía y ganas de actuar, sin juzgar. Requiere comprender, responder.

2. Categoría GAFAS (Verde)

1) **Reto de Análisis:** "Un compañero nuevo llega al proyecto donde estamos y no habla con nadie y siempre viste de negro con capucha. Los demás lo dejan de lado y piensan que no está bien. ¿Qué diría San Vicente antes de juzgarlo?"

Respuesta: El equipo debe dar una respuesta que promueva la escucha y no la etiqueta Propondría acercarse a escuchar su historia sin dar por hecho los rumores. Nos diría: Una palabra amable puede abrir una puerta que lleva años cerrada. Mirad a esa persona como la mira Cristo y como nos mira Cristo a nosotros. Cada persona es un misterio sagrado que merece respeto y ternura. “No hagáis sufrir a los pobres, bastante tienen que sufrir en la vida. Vosotras sois sus madres” (SV)

Porque juzgar es fácil... pero amar al que parece distante, ese es el verdadero camino del Evangelio.
Diría también: *Cuanto más sucios y repugnantes sean, más deberás darle tu amor... (SVP)*

2) **Reto Rápido:** Decir en 15 segundos dos situaciones de la vida ordinaria donde se ponen etiquetas injustas a alguien.

Respuesta:
Pensamos que alguien es “vago” porque no trabaja,
Que es “conflictivo” porque tiene mala cara o una forma de vestir diferente.
Que es una persona *“antipática”* porque es seria
“Desorganizado” cuando llega justo de tiempo sin saber que está cuidando a alguien
“Poco implicado” porque habla poco y quizás sea inseguro y no sabe...
SIN CONOCER SU HISTORIA, PODEMOS SER MUY INJUSTOS.

3) **Reto en 30 segundos:** Nombra 2 etiquetas o prejuicios habituales que se ponen entre las personas vulnerables o con pocos recursos económicos.

Respuesta:

"Son vagos de naturaleza. Son pobres porque no se esfuerzan en trabajar, no quieren trabajar, son drogadictos".
"Están en la calle porque quieren. No quieren salir de ahí".
"Son problemáticos. No te puedes fiar. No pierdas de vista el bolso..."
"Siempre están pidiendo. Se llevan todas las ayudas". Se les acusa de depender de otros, sin ver que a veces recurren a ayudas porque el sistema no les ofrece alternativas reales.

4) **Caso práctico:** Ves a una persona en la calle pidiendo ayuda porque se ha caído y alguien dice: "No le ayudes, no le conoces, pasa de él, seguro que está borracho y no quiere nada bueno, ya le ayudará otra persona". ¿Cómo aplicamos la escucha de San Vicente de Paúl?

Respuesta: La escucha vicenciana no es oír el ruido, sino **escuchar el grito del pobre,** aunque sea incómodo, aunque otros digan que no merece la pena. San Vicente siempre empezaba por ver a la persona, no la etiqueta. Ante estas situaciones decir interiormente: Señor, que no pase de largo ante quien sufre.
Preguntarme**: ¿Y si fuera Cristo en ese pobre?**
Acercarme y preguntar con sencillez: ¿Qué te ha pasado? Observar si necesita ayuda física, compañía o simplemente calma.

5) Reto de empatía: ¿Por qué es más fácil ponerle una etiqueta a alguien que pararse a hablar con él o ella?

Respuesta: Explicar que la etiqueta es rápida y cómoda y no lleva tiempo, le juzgas, le pones una etiqueta y ya está... te vas... mientras que escuchar como escucharía San Vicente, exige tiempo e implicación.

6) **Caso práctico:** Dos personas que conoces se llevan mal porque son de países o culturas distintas y se juzgan sin conocerse. ¿Qué les propondrías? ¿Qué crees que haría San Vicente en esta situación?

Respuesta: Sugerir un momento para que cada uno cuente su experiencia personal mientras el otro solo escucha. Realizar un acercamiento y dedicar un tiempo a conocer y reflexionar para conocer a la otra persona, su realidad y su cultura. Escuchar teniendo en cuenta que no hay culturas buenas ni malas, son diferentes y nos toca escuchar y comprender.

7) **Caso práctico:** Un amigo te cuenta que ha cometido un error grave y tiene miedo de la reacción de los demás. ¿Cómo le escuchas sin ponerte en el papel de "juez"?

Respuesta: Primero se trataría de comprenderle y escucharle, de acoger su sentimiento, no hacerle sentir mal y ofrecerle nuestro apoyo y ayudarle a buscar soluciones. Expresarle la verdad de que lo que ha hecho está mal, le hace daño a él y a los demás, es importante cambiar de conducta... Pero primero escuchar.

8) **Reto rápido:** Invitar a nombrar una situación en la que se hayan sentido juzgados/as por su apariencia o por su forma de ser sin que te conocieran.

9) Reto de grupo: ¿Qué norma de convivencia pondríais en vuestro centro o proyecto para propiciar la escucha al estilo de San Vicente de Paúl?

Aquí no etiquetamos ni suponemos. Nos acercamos, preguntamos y escuchamos con respeto la historia de cada persona.

- Pone a la persona en el centro, no la apariencia.
- Invita a acercarse, no a juzgar desde lejos.
- Promueve la escucha activa, esa que busca comprender y no clasificar.

- Rompe prejuicios y crea un clima de confianza.

Aquí nadie es raro: cada persona merece ser escuchada sin prejuicios.

3. Categoría MEGÁFONO (Amarillo)

1) Roleplay de 45 segundos: Dos miembros del equipo representan una escena. Uno dice: "Estoy agobiado porque esta semana he gastado más de lo previsto, he fumado más porque he estado muy nervioso y no me llegará para la compra del sábado". El otro debe responder demostrando una "escucha estilo San Vicente"

Respuesta: Estás muy agobiado, esta semana las cosas se han complicado. No vamos a juzgarte, pero vamos a mirar cómo podemos ayudarte para que esto no se repita. ¿Cómo puedes hacer? SVP le escucharía, le acogería, pero trataría de buscar una solución concreta y esto lo haría con firmeza.

2) Solución Práctica: "Un amigo te cuenta un problema grave pero tú no dejas de mirar el móvil. ¿Cómo corriges la situación al estilo 'Megáfono'?"

Respuesta: Apagar/guardar el móvil, pedir disculpas, darle una breve explicación del por qué ha actuado así, y pedirle que vuelva a empezar para prestarle atención plena.

3) **Pregunta de reflexión**: Vicente decía que *"el amor es al mismo tiempo afectivo y efectivo" "El amor verdadero tiene que pasar del corazón a las obras." "Amemos a Dios, hermanos míos, amemos a Dios, pero que sea a costa de nuestros brazos, que sea con el sudor de nuestra frente."* "No nos engañemos, toda nuestra obra consiste en la acción". *"No basta con sentir compasión; hay que convertir la compasión en servicio."* ¿Qué le falta a una persona que escucha, pero nunca mueve un dedo por nadie?

Respuesta: No ha comprendido a S. Vicente, que quería que quisiéramos mucho a las personas y se lo demostráramos ayudándoles para salir de donde están. Le falta compromiso, le falta que aquello que siente por la persona le mueva a actuar, le falta concreción, le falta arriesgarse, en definitiva, le falta amor. Está engañado.

4) Roleplay (45 seg): Representar la diferencia entre dar un "sermón" a un amigo que lo está pasando mal, o "acompañarle en el problema".

(Sermón) Es que siempre haces lo mismo. Tienes que aprender a organizarte mejor. Otra vez lo mismo, me estás cansando. Como no pongas más de tu parte y seas más responsable... mal vamos.
(Acompañamiento) Te veo bastante agobiado. Te agradezco que me lo cuentes. Entiendo que estés preocupado por todo esto... ¿quieres que miremos juntos cómo te puedo ayudar? Ten seguro que no estás solo... Tienes muchas personas que te quieren y te comprenderán...

5) Reto de creatividad: En Châtillon, San Vicente organizó a todo el pueblo para atender a una familia enferma. Si entre vuestro grupo detectáis que alguien necesita ayuda para caminar, para aprender español, para el aseo, para comprar... etc, ¿se os ocurre algo que podrías hacer para organizaros?

Respuesta: Proponer a los educadores, profesionales, nuestra voluntad de ayudar, de colaborar y pedirles que organicen cómo hacerlo.

6) Caso práctico: Escuchas que un compañero está preocupado y está triste porque se siente solo y le van a operar, por tanto, estará algunos días ingresado. ¿Qué pequeño "gesto de megáfono" le regalarías esta semana?

Respuesta: Proponer una acción concreta, dedicar y organizar un tiempo para hacerle visitas, llamadas, hacer lo que no va a poder hacer él esos días... preguntar si deja algo pendiente para hacerlo nosotros...

7) Reto en equipo: Tenéis 30 segundos para diseñar un lema o eslogan que anime a otros a escuchar más y juzgar menos.

Antes de juzgar... escucha.
Escuchar abre el corazón... juzgar lo cierra.
Escucha con el corazón... no con el juicio.
Cuando escuchas... haces espacio al otro

8) Caso práctico: Un compañero del Centro de Día, Comedor o de Chatillon, se enfada y empieza a gritar. En lugar de gritarle tú también, ¿cómo usas la escucha para calmar la situación?

Respuesta: Mantener la calma, acercarte a él con cariño, pero manteniendo cierta distancia, sin amenazas, separarlo a parte, dejarle que se desahogue, sin interrumpirle, y hablarle desde la serenidad. Hacer seguimiento algunos días.

9) Reto de compromiso: Piensa en una persona, en concreto del Centro de Día, del Comedor, de Chatillon... ¿Qué gesto concreto puedes hacer esta semana para hacerle la vida un poco más fácil?.

Sentarme un rato, pues normalmente está solo.
Escucharle sin mirar al móvil.
Preguntarle cómo está respecto a algo que te contó algún día.
Ayudarle en alguna tarea que le cueste.
Acompañarle en algún rato, cuando va al comedor etc

4. Categoría CORAZÓN (Rojo)

1) Mímica de la Escucha: Dos participantes deben representar sin hablar, solo con gestos faciales y posturas, la diferencia entre "Oír por compromiso" y "Escuchar con el corazón" para que su equipo lo adivine en 30 segundos.

"oír por compromiso" no le mira a los ojos ni a la cara, se distrae con cualquier cosa, se mira al reloj, está bastante separada de la otra persona... pasa alguien por allí y se va a hablar con él...
"Escuchar con el corazón" mira de cerca a la otra persona, mueve la cabeza demostrando que le sigue, se inclina hacia la persona un poco, le echa la mano al hombro... se ponen a pasear para demostrarle que tiene tiempo para escucharle...

2) Adivina la Emoción: Un jugador lee una frase neutra: "Mañana hay un taller de lectura de español, va a durar una hora... tenemos que llegar a las 9 de la mañana..."Va cambiando el tono de voz para expresar miedo, tristeza o rabia. El equipo debe adivinar la emoción exacta solo escuchando el tono.

3) Pregunta de reflexión: ¿Por qué cuando alguien nos escucha sin juzgarnos nos sentimos libres y tranquilos?

Respuesta: Porque cuando nos escucha sin juzgarnos, ni intentar que cambiemos a la fuerza, no tenemos que esconder lo que nos pasa, ni tenemos que defendernos...

como sabemos que no nos juzga podemos hablar libremente y sin ponernos nerviosos.

4) Reto de lenguaje corporal: Nombra 3 gestos con el cuerpo que demuestran a la otra persona que la estás acogiendo de verdad.

Mirar a los ojos, inclinarse hacia adelante mostrando interés, echarle la mano al brazo, sonreír cuando le está hablando, no cruzar los brazos, un rostro tranquilo no de amenaza, no mirar hacia otro lado, no mirar el reloj, respetar el espacio personal sin que se sienta invadido, y si procede un abrazo.

5) Caso práctico: Un amigo viene sonriendo, pero sabes que lo está pasando mal. Le preguntas cómo está y dice: "bien". ¿Cómo escuchas con el corazón lo que no está diciendo con palabras?

Respuesta: Decirle con delicadeza que le notas diferente, preocupado, y que estás ahí si necesita hablar cuando quiera. Y no dejarlo al instante, permanecer ahí por si quiere hablar. Permanecer, aunque sea en silencio. Es bueno respetar los silencios.

6) Reto de empatía: Recordad en grupo palabras que definan cómo te sientes cuando alguien te dedica su tiempo al 100%.

Valorado, Acogido, Escuchado, Importante, Querido, Comprendido, Respetado, Aceptado, Agradecido, Feliz.

7) Demostración rápida: Ahora vamos a hacer una cosa muy importante: Por parejas vais a miraros a los ojos durante 15 segundos, en silencio. No hay que hablar, ni reírse, ni apartar la mirada. Solamente estar uno frente al otro. Es para darnos cuenta qué se siente cuando alguien nos presta toda su atención, sin prisas, sin distracciones. En esos 15 segundos solo importa la persona que tengo delante.

Después preguntar: ¿Qué habéis sentido?: ¿Cercanía? ¿Confianza? ¿Vergüenza? ¿Tranquilidad? ¿Conexión? ¿Nervios? ¿Cariño? ¿Seguridad? ¿Incomodidad?

8) Pregunta de reflexión: ¿Qué significa la frase: ¡Tú me importas!

Respuesta: Significa: tú eres importante para mí, tu vida me afecta, me interesa cómo estás, me interesa lo que te ocurre, te valoro, estoy dispuesto a dedicarte mi tiempo, mi apoyo. Lo que te pasa no me da igual. Si estás bien, me alegro; si estás mal, me preocupa.
Si quieres hablar, si necesitas apoyo, si estás pasando algo... puedes contar conmigo.
San Vicente habría entendido “tú me importas” como: *Eres un hermano, una hermana, y tu sufrimiento lo hago mío porque es también responsabilidad mía.*

9) Caso práctico: Un compañero comete un error en un juego, en una conversación, en un taller, y todos se ríen. ¿Cómo actúa alguien que tiene el "Corazón" de Vicente de Paul?

Respuesta: No se une a las burlas, pero tampoco se queda pasivo, saca la cara por él, acoge a la persona para que no se sienta mal y advierte a los demás de que todos cometemos errores y es una falta de caridad humillar a los demás.

10) Reto final: Decid en equipo una frase de agradecimiento para una persona que siempre haya estado ahí para escucharos cuando lo habéis necesitado, para ayudaros, para comprenderos, para perdonaros.

Quiero darte las gracias porque, cada vez que he necesitado ser escuchado, tú has estado ahí con una paciencia infinita y una ternura que no me juzgaste nunca. Cuando me has comprendido, cuando me has perdonado, cuando me has acompañado en silencio, he sentido que Dios también me miraba a través de ti. He caído y recaído varias veces, pero siempre me diste una nueva oportunidad. Gracias por ser ese reflejo de misericordia que me ha sostenido tantas veces. GRACIAS.