

FORMACIÓN PERMANENTE DE AGENTES

ÍNDICE DE TEMAS

- 1- COMUNIDAD Y COMUNICACIÓN
- 2- TRABAJO EN EQUIPO
3. INTEGRACIÓN



CARPETA IV AÑO IV

TEMA 1

Comunidad y Comunicación

“PARA PODER COMUNICARME TENGO QUE HACER ESTAS COSAS:
 DARME CUENTA DE TI (DESCUBRIRTE).
 HACER QUE TE DES CUENTA DE MI (DESCUBRIRME YO MISMO).
 ESTAR LISTO PARA CAMBIAR DURANTE NUESTRA CONVERSACIÓN, Y ESTAR
 DISPUESTO A REVELARTE MIS CAMBIOS.
 PARA QUE LA COMUNICACIÓN SEA SIGNIFICATIVA DEBE ESTAR VIVA.
 TIENES QUE IR MÁS ALLÁ DE “TI Y DE MÍ” Y ALCANZAR EL “NOSOTROS”.
 SI NOS COMUNICAMOS REALMENTE, PUEDO ACEPTAR QUE TU VIDA ES DISTINTA,
 Y SIN EMBARGO PARTICIPAR DE ELLA.
 Y TÚ TAMBIÉN COMPARTIRÁS LA MIA.
 SALDREMOS DE NOSOTROS MISMOS Y SEREMOS ALGO NUEVO.
 PARA LOGRAR ESTE TIPO DE COMPARTIR NO PUEDO ENTRAR EN UNA
 CONVERSACIÓN SUJETÁNDOME. TENGO QUE ENTREGARME A LA COMUNICACIÓN
 ACEPTANDO LO QUE NAZCA DE ELLA.

HUGH PRATHER

OBJETIVOS DEL TEMA:

- 1.- Descubrir nuestro ser como personas que se comunican y se encuentran con otras personas.
- 2.- Entender nuestra vida, nuestras relaciones, nuestra experiencia religiosa, nuestra intervención social desde la comunicación y el encuentro.
- 3.- Mejorar algunas herramientas de nuestra comunicación.



INTRODUCCIÓN GENERAL

La vida plantea enigmas que pueden ser descifrados, la persona, sin embargo es un misterio que sólo se hace accesible cuando ella misma se COMUNICA. Esta comunicación es la base del ENCUENTRO, que es posible cuando dos personas se comunican, es decir, cuando se da una correspondencia entre la revelación personal de una persona y la aceptación confiada de otra; creándose un espacio donde el amor y la entrega mutua harán crecer la libertad y el compromiso responsable.

En este encuentro interpersonal son imprescindibles la persona que decide comunicar; y el diálogo, la palabra como expresión del sentido compartido. A su vez de este encuentro, surge la comunidad donde el diálogo hace posible la revelación, la comunicación, el amor.

Este planteamiento nos lleva a preferir la definición de persona frente al individuo, y así reconocemos, siguiendo el personalismo cristiano, que la persona es el ser que busca el sentido en función de su vocación. Desde su vocación, desde su particular llamada a ser persona, la persona se unifica y se hace fecunda. Además la persona realiza su vocación dándose, comunicándose a otros, sin caer en la tentación del repliegue. Y, por la comunicación, se abre a la comunidad. Así entendida la persona genera comunidad, pues no se encuentra sino dándose, mediante un doble dinamismo de acogida y donación. En este proceso la persona se hace creativa y donadora de vida en su entorno.

Así podemos intentar descubrir a la persona como aquella realidad valiosa por sí misma (digna), espiritual y de carácter psicosomático (interioridad y exterioridad), sexuada, abierta al cosmos, a las demás personas y a la trascendencia, que constituye una tarea para sí misma. Esta autorrealización la lleva a cabo mediante proyectos que elabora desde un sentido que descubre para su vida, a partir de las posibilidades que se le ofrecen, apoyado por las cosas, las demás personas y la trascendencia. En este sentido, la persona es realidad dialógica y relacional, de modo que para realizarse y llegar a la plenitud lleva una vida personal y comunitaria. Esta vida comunitaria se realiza mediante los encuentros interpersonales, los cuales son posibles porque la persona es el único ser capaz de salir de sí, ponerse en el punto de vista del otro, tomarlo sobre sí, donarse a él y permanecerle fiel. (Cfr. E. Mounier. "Manifiesto al servicio del personalismo." OBRAS COMPLETAS. Sígueme. Salamanca 1992). A lo largo de las siguientes páginas vamos a intentar hacer una lectura de nuestra vida y de nuestra intervención social en Cáritas desde la clave de la comunicación y el encuentro. Os invitamos a releer todo lo que somos y hacemos desde estas claves.



SER PERSONA Y COMUNIDAD

Toda persona es en si misma merecedora de un respeto absoluto y es responsable de construir su personalidad, vida y modos de relación; la persona es una realidad abierta a las cosas, a los demás y a la trascendencia; es por ello un ser esencialmente comunitario.

La persona es una unidad, equilibrio y tensión entre ENCARNACIÓN, VOCACIÓN Y COMUNIÓN:

- ENCARNACIÓN: no se trata de que las personas se evadan de sus condiciones concretas sensibles (familia, capacidades personales, sexo, cultura, idioma, nación) sino de trasfigurarlas. Así la vida de las personas es presencia y compromiso con la realidad.
- VOCACIÓN: entendida como llamada que permite unificar a la persona. Desde esta vocación cada persona tiene que hacer su propia vida.
- COMUNIÓN: la persona sólo se encuentra así en la comunidad. La persona realiza su vocación dándose, comunicándose a todos, sin caer en la tentación del repliegue. Y, por la comunicación, se abre a la comunidad.

Así entendida, la persona genera comunidad mediante un doble dinamismo de acogida y donación. Sólo se posee lo que se da, la persona es la que es capaz de correr el riesgo del amor.

DINÁMICA I -QUIÉN SOY-

OBJETIVO:

- I. Demostrar que la comunicación, en ocasiones, se puede lograr sin palabras y, de todos modos, ser muy eficaz.
- II. Ilustrar que la comunicación interpersonal es posible con el empleo de gestos y otros métodos no verbales.
- III. Ser conscientes de las limitaciones de la comunicación verbal cuando no se puede acompañar del resto de tipos de comunicación.

DESARROLLO:

- I. Dividir el grupo en equipos de dos personas. Expresar que la finalidad de este ejercicio es que cada quien comparta algún aspecto de su vida con su compañero, algo que puede que el otro no conozca o que le haya ocurrido últimamente, pero tiene que hacerlo sin PALABRAS. Pueden utilizar imágenes, fotografías, signos, gestos, señales o cualquier cosa excepto palabras. Si es necesario, se pueden dar ciertos indicios, por ejemplo, señalar el anillo de matrimonio para dar a conocer que es una persona casada, simular que va corriendo, etc.
- II. Damos dos minutos a cada miembro del equipo y posteriormente que cada uno dedique unos minutos a escribir lo que cree que le estaba comunicando el otro.
- III. Se pone en común, compartiendo las siguientes preguntas.

PREGUNTAS PARA DISCUSIÓN:

- 1.- ¿Cómo de exactos habéis sido al descubrirnos a vosotros mismos? (Hacer que se califiquen del uno al cinco).
- 2.- ¿Cómo de exactos habéis sido al "leer" los gestos y señas de vuestro compañero? (Calificarse otra vez).
- 3.- ¿Cuáles fueron algunos de los mejores indicios que le dio su compañero?
- 4.- ¿Qué obstáculos o problemas han encontrado? (Falta de útiles, falta de experiencia en la comunicación sin palabras).
- 5.- ¿Cómo podríamos eliminar o reducir esos obstáculos?



SER COMUNICACIÓN

La sociedad se ha ido desarrollando y transformando y la comunicación también se ha hecho más compleja. En este diálogo más complejo podemos usar las palabras para expresar lo que queremos decir a los demás, esto es lo que llamamos comunicación verbal que puede ser oral o escrita. También podemos usar la comunicación no verbal, en la cual utilizamos el lenguaje del cuerpo (gestos del rostro, mirada, postura corporal) y otros sistemas de comunicación no verbal (olfato, tacto, espacio, imagen, objetos, mímica,...).

Por último cabe destacar que lo que con más frecuencia empleamos es la comunicación mixta en la que los sistemas o formas de comunicación que empleamos son lenguajes verbales y no verbales (medios de comunicación social, prensa, radio, televisión, publicidad, teléfono) y lenguaje verbal y lenguaje de la imagen (cómic, fotonovela, cine, vídeo, ordenador). Cuando se da este tipo de comunicación debemos ser conscientes que siempre se prioriza la información que nos llega a través de la comunicación no verbal.

Establecer comunicación con otras personas, por muy breve que sea, pone en juego nuestras habilidades sociales. La comunicación tiene un valor terapéutico y reparador vital; quien sabe escuchar al otro, le da la oportunidad de reconstruirse, porque le reconoce como a un igual, reconoce su existencia y, si escuchamos con atención e interés, ofrecemos a quién nos habla dignidad. Hay cinco niveles de comunicación:

5 niveles de comunicación:

NIVEL 5: SUPERFICIAL O TÓPICA

Se trata de aquellas conversaciones completamente triviales en las que no se comparte nada excepto la convencionalidad (frases hechas, hablar del tiempo, preguntar por la familia,...)

NIVEL 4: SOCIAL

No damos nada de nosotros ni pedimos nada de los otros a cambio (cotilleos, trivialidades,...)

NIVEL 3: PERSONAL

Empezamos a comprometernos ya que comunicamos cosas de cada uno de nosotros a las otras personas. Hacemos algunas revelaciones, mostramos nuestras opiniones. Se observa detenidamente al otro para captar cómo está recibiéndonos.

NIVEL 2: EMOCIONAL

Las puertas de quien soy yo se abren definitivamente y te muestro aquello que me individualiza, es decir, mis sentimientos. Un verdadero encuentro personal debe basarse en esta comunicación.

NIVEL 1: INTERPERSONAL

Es la comunicación más comprometida. Transparencia y sinceridad. Aquí ya no sólo hablo de mí sino que expreso lo que siento contigo. Ser capaz de manifestarte los sentimientos que me despiertas, tanto en lo que nos une como en el desacuerdo. A través de la comunicación interpersonal las personas aprendemos a conocernos mejor y crecemos; utilizamos el término interpersonal de un modo muy profundo, intentando expresar una interacción coordinada entre dos o más personas en la que se produce información.

A medida que conocemos a las personas y profundizamos en la relación, vamos pasando por los niveles de una forma natural. Cuanto más estrechas las relaciones, más interpersonales son.

¿Somos capaces de distinguir el nivel en el que está la persona con la que hablamos?, ¿Sabemos respetarlo? ¿Sabemos acompañarlo a otro nivel? ¿Qué me impide acompañar al otro?



Esta concepción de la persona que hemos visto y que responde a nuestra propia experiencia vital, tiene consecuencias en todos los niveles de nuestro ser y estar en el mundo. Tarea de la persona es integrar todas las dimensiones para que nos ayuden a crecer y madurar.

1.- RELACIÓN CON LA TRASCENDENCIA.

Un aspecto que tendemos a disgregar de nuestro ser personal es la relación con la trascendencia, con Dios. Olvidamos que el Dios Cristiano es PERSONA en Jesús de Nazaret, y que si algo define al ser personal de Dios es su deseo de autocomunicarse. Esto es la REVELACIÓN cristiana, que no es una comunicación de un saber teórico, sino la comunicación del ser de Dios como un misterio incondicionado, que se manifiesta al hombre en el encuentro personal e histórico, como don libre y gratuito. El amor es lo que motiva la revelación de Dios y al mismo tiempo representa su contenido decisivo, ofreciendo una comunión en la contingencia de la historia concreta que vive el hombre. Y es que Dios, en su absoluta libertad, acepta las condiciones en las que sólo resulta posible el encuentro con el hombre: en la historia y por la palabra.

Moisés refleja en su relación con Dios este proceso de comunicación. En un primer momento, Dios revela su nombre:

“Contestó Moisés a Dios: «Si voy a los israelitas y les digo: “El Dios de vuestros padres me ha enviado a vosotros”; cuando me pregunten: “¿Cuál es su nombre?”, ¿qué les responderé?» Dijo Dios a Moisés: «Yo soy el que soy.» Y añadió: «Así dirás a los israelitas: “Yo soy” me ha enviado a vosotros.» Siguió Dios diciendo a Moisés: «Así dirás a los israelitas: Yahveh, el Dios de vuestros padres, el Dios de Abraham, el Dios de Isaac y el Dios de Jacob, me ha enviado a vosotros. Este es mi nombre para siempre, por él seré invocado de generación en generación”. (Ex. 3, 13-15).

En esta relación Moisés, llega a asumir ver el rostro de Dios, algo prohibido para el israelita, así se manifiesta el nivel de confianza que Dios quiere tener con Moisés: "Yahveh hablaba con Moisés cara a cara, como habla un hombre con su amigo". (Ex. 33, 11).

En el horizonte de la historia, como lugar el encuentro, como espacio de libertad y como lugar de la realización del hombre, acontece la revelación de Dios como invitación al hombre, a través de hechos y palabras, a los que responde con la fe. Pero ésta no condiciona ni el amor ni la libertad de Dios. Su comunicación es libre y amorosa y la entrega confiada del ser humano son los dos aspectos de una realidad, EL ENCUENTRO, en la que la palabra, como elemento esencial del diálogo, posibilita la apertura, el reconocimiento, la comunicación, desentrañando e interpretando el sentido profundo de los acontecimientos.

Esta revelación y este encuentro llega a su plenitud en Jesús, Dios y hombre, en el que se produce el encuentro definitivo entre humanidad y divinidad. Así lo expresa la Carta a los Gálatas:

"Pero, al llegar la plenitud de los tiempos, envió Dios a su Hijo, nacido de mujer, nacido bajo la ley, para rescatar a los que se hallaban bajo la ley, y para que recibiéramos la filiación adoptiva. La prueba de que sois hijos es que Dios ha enviado a nuestros corazones el Espíritu de su Hijo que clama: ¡Abbá, Padre! De modo que ya no eres esclavo, sino hijo; y si hijo, también heredero por voluntad de Dios. Pero en otro tiempo, cuando no conocíais a Dios, servíais a los que en realidad no son dioses". (Gal. 4, 4-8).

Por eso, nuestra dimensión creyente que se expresa en la fe, no es fruto del miedo, o del temor ante un Dios que controla el universo y la evolución de la historia. Sino que la fe del creyente es la respuesta al diálogo que Dios quiere establecer con la humanidad a través de su revelación o comunicación. Somos creyentes en la medida que nuestra palabra y nuestra vida es coherente en el diálogo que Dios establece con nosotros. Aunque, aquí radica la dificultad de la fe, en percibir la comunicación que Dios establece conmigo a través de la experiencia vital. La fe se convierte así, en confianza en la persona de Dios que está cerca de mí en el camino de la vida. Tarea del creyente será acertar a leer y percibir los signos de esa presencia de Dios.

¿Cómo percibimos, desde las cosas sencillas de cada día, la presencia de Dios?



2.- PERTENENCIA A LA COMUNIDAD.

Pero el encuentro personal con la revelación de Dios no es algo privado o individualista, sino que responde al ser personal del hombre y de Dios, por eso, tiene lugar en una COMUNIDAD CREYENTE, que mantiene la fidelidad a la palabra de Dios que resuena en su seno a través del tiempo. Esta comunidad eclesial es la mediación histórica del encuentro con Dios y el ámbito humano donde se concretiza la responsabilidad de la fe al servicio de todos los hombres. “La Iglesia, misterio de comunión, tiene la misión de significar y actualizar el amor de Dios en el mundo y el diálogo con él”. (La Caridad de Cristo nos apremia 1).

Dentro de esta comunidad creyente que llamamos Iglesia, se enmarca Cáritas, como la organización responsable de animar, promover y dinamizar la acción socio caritativa dentro de la comunidad eclesial. Es decir, Cáritas responde a su finalidad en la medida que diáloga o responde a la revelación de Dios, pero en la atención a los últimos. Nuestro objetivo es comunicar el amor incondicionado de Dios, que hemos experimentado y del cual vive nuestra experiencia religiosa, a todos los hombres y mujeres que pasen por nuestros servicios. *“La Iglesia se presenta como signo eficaz de la presencia operante de Dios en la historia, cuando su fe obra por amor y se entrega a construir la fraternidad en Cristo. La comunidad eclesial tiene la misión de desarrollar la comunión filial y fraterna de los llamados a formar el pueblo de Dios. La acción caritativo y social, por tanto, es una expresión externa de la entraña misma de la Iglesia”.* (La Caridad de Cristo nos apremia 5).

Esta comunicación tendrá que ser fundamentalmente existencial, no un discurso teórico, sino un modo de estar junto a la persona. Así de claramente nos lo recuerda el Papa:

“Éste es un modo de servir que hace humilde al que sirve. No adopta una posición de superioridad ante el otro, por miserable que sea momentáneamente su situación. Cristo ocupó el último puesto en el mundo —la cruz—, y precisamente con esta humildad radical nos ha redimido y nos ayuda constantemente. Quien es capaz de ayudar reconoce que, precisamente de este modo, también él es ayudado; el poder ayudar no es mérito suyo ni motivo de orgullo. Esto es gracia. Cuanto más se esfuerza uno por los demás, mejor comprenderá y hará suya la palabra de Cristo: « Somos unos pobres siervos » (Lc 17,10)”. (DCE 35).



Dicho de otra manera, Cáritas responderá a su finalidad, en la medida, que ofrezca un cauce, un puente, un camino, para que las personas que busquen ayuda, puedan establecer un ENCUENTRO con Dios, a través del diálogo con los agentes de la organización. Pero siendo conscientes de la gratuidad de la ayuda otorgada:

“La caridad no ha de ser un medio en función de lo que hoy se considera proselitismo. El amor es gratuito; no se practica para obtener otros objetivos. Pero esto no significa que la acción caritativa deba, por decirlo así, dejar de lado a Dios y a Cristo. Siempre está en juego todo el hombre. Con frecuencia, la raíz más profunda del sufrimiento es precisamente la ausencia de Dios. Quien ejerce la caridad en nombre de la Iglesia nunca tratará de imponer a los demás la fe de la Iglesia. Es consciente de que el amor, en su pureza y gratuidad, es el mejor testimonio del Dios en el que creemos y que nos impulsa a amar. El cristiano sabe cuando es tiempo de hablar de Dios y cuando es oportuno callar sobre Él, dejando que hable sólo el amor”. (DCE 32).

Como agentes de Cáritas, participamos dentro de la organización, consciente o inconscientemente, somos parte de ella, por eso es importante reflexionar sobre nuestro nivel de implicación y participación, no sólo en lo que hacemos por otros, sino en lo que somos con otros en el seno de la organización. Estar vivos y vivir en sociedad nos enfrenta a los procesos de “acción” y a la capacidad de hacer. Frente a una concepción individualista de la misma (poder) desarrollamos otra manera de entenderla (potencia) que está esencialmente en la sinergia, es decir, en aquello que emerge cuando varios trabajan juntos y que no estaba en cada uno de ellos por separado. (Cfr. Nuestro modelo de acción social. Documento de trabajo de la 62 Asamblea general. Pag. 13).

Es este el modo de cultivar nuestra identidad, que no está volando por las sedes de Cáritas, o los despachos, sino que reside en las personas, los agentes de Cáritas que desarrollamos intervenciones según nuestro estilo o modelo de acción social. ¿Dónde vemos reflejada nuestra identidad en el día a día de lo que hacemos?

3.- LA ACCIÓN SOCIAL COMO DIÁLOGO Y ENCUENTRO.

La tarea que todos realizamos en Cáritas que llamamos acción social, relación de ayuda, intervención social... no es otra cosa, sino una acción entendida como diálogo entre sujetos. Sólo mediante el diálogo se garantiza que los dos sujetos (ayudante y ayudado) puedan interactuarse, y por lo tanto, que sea efectivo el diálogo, las dos personas se reconozcan y puedan emprender los cambios necesarios fruto del amor.

Todos somos conscientes de que los dos sujetos del diálogo en la relación de ayuda son asimétricos, es decir, parten de diversas situaciones pero tenemos más en común, como sujetos, que lo que nos diferencia. Ambas partes tenemos grados de libertad y grados de condicionamiento. Los dos tenemos proyecto, pero nos diferencia el grado de conciencia del mismo, aunque ambos aspiramos a ser más persona. La ayuda existe, pero ambos somos ayudados y ayudamos, nuestro rol se alterna. (Cfr. Nuestro modelo de acción social. Documento de trabajo de la 62 Asamblea general. Pag. 12).

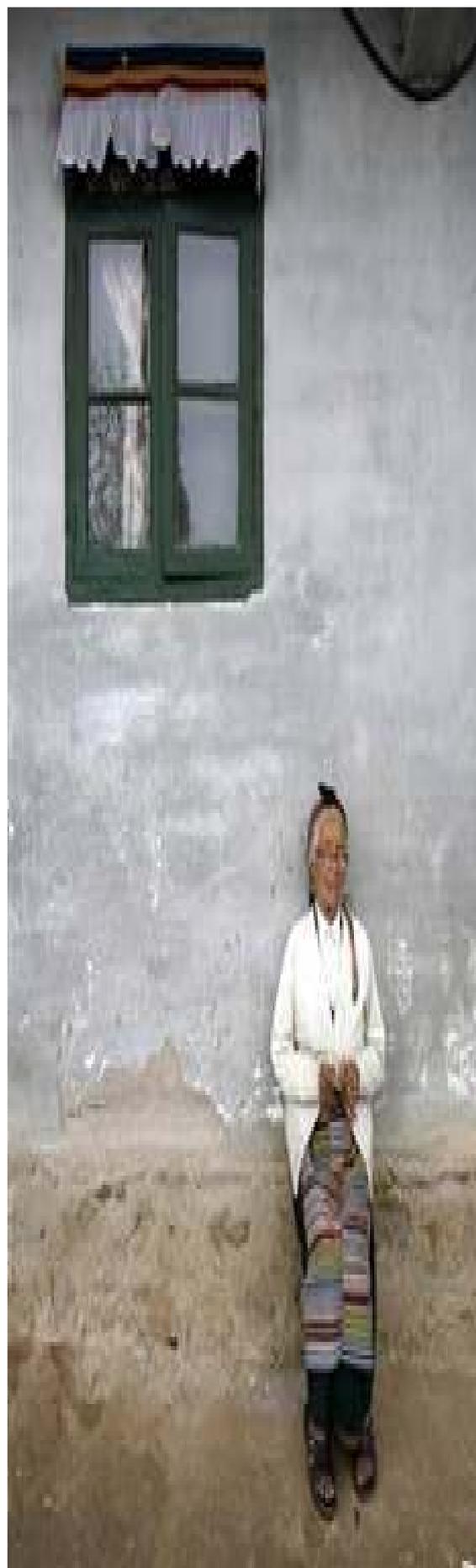
Pero, no es menos cierto, que los dos sujetos se enriquecen en el diálogo, y los dos sujetos crecen en la medida que el amor determina su entrega. Cada uno tendrá que superarse según su nivel, para intentar ser más persona.

Entender así nuestra acción social, desde el diálogo, hace que reconozcamos al otro como lo que es, una persona, entendida como la hemos definido en la primera parte de este tema. Por eso, nuestra acción social es un ENCUENTRO basado en el reconocimiento del otro como sujeto, asimétrico a nosotros pero igual en dignidad. Un encuentro amoroso del que emergen conductas de reconocimiento del otro. Se construye el encuentro 'confiando' y 'acompañando' en el proceso de personalización, que sólo se puede sustentar en las potencialidades, que habrá que ir desvelando en el otro mediante el diálogo. (Cfr. Nuestro modelo de acción social. Documento de trabajo de la 62 Asamblea general. Pag. 15).

En el fondo, respondemos al estilo de nuestro ser personal, de la organización, y de la revelación del Dios cristiano cuando mediante el diálogo, ayudamos a reconocer el proyecto personal que toda persona que se acerca a Cáritas tiene, ahí se produce el encuentro que trasforma mediante el amor. Y por supuesto, mediante las técnicas y procedimientos actuales que facilitan la integración de la persona en exclusión. Todo lo que venimos diciendo no mengua ni niega la competencia técnica necesaria de los agentes de Cáritas, sino que nos resitua en nuestra opciones vitales cuando nos encontramos con un persona que necesita ayuda.

“Las organizaciones caritativas de la Iglesia, comenzando por Cáritas (diocesana, nacional, internacional), han de hacer lo posible para poner a disposición los medios necesarios y, sobre todo, los hombres y mujeres que desempeñan estos cometidos. Por lo que se refiere al servicio que se ofrece a los que sufren, es preciso que sean competentes profesionalmente: quienes prestan ayuda han de ser formados de manera que sepan hacer lo más apropiado y de la manera más adecuada, asumiendo el compromiso de que se continúe después las atenciones necesarias. Un primer requisito fundamental es la competencia profesional, pero por sí sola no basta. En efecto, se trata de seres humanos, y los seres humanos necesitan siempre algo más que una atención sólo técnicamente correcta. Necesitan humanidad. Necesitan atención cordial. Cuantos trabajan en las instituciones caritativas de la Iglesia deben distinguirse por no limitarse a realizar con destreza lo más conveniente en cada momento, sino por su dedicación al otro con una atención que sale del corazón, para que el otro experimente su riqueza de humanidad. Por eso, dichos agentes, además de la preparación profesional, necesitan también y sobre todo una « formación del corazón »”. (DCE 31).

Si echamos una mirada al Evangelio, cualquiera de los encuentros de Jesús con personas que necesitaban ayuda nos descubren la capacidad de Jesús de llegar al encuentro auténtico entre dos personas, y esto provoca en el ayudado, la capacidad de salir de su situación reorientando la vida. Veamos un ejemplo:



Curación de un enfermo en la piscina de Betesda (Jn 5,1-18).

1 Después de esto, hubo una fiesta de los judíos, y Jesús subió a Jerusalén.
 2 Hay en Jerusalén, junto a la Probática, una piscina que se llama en hebreo Betesda, que tiene cinco pórticos.
 3 En ellos yacía una multitud de enfermos, ciegos, cojos, parálíticos, esperando la agitación del agua.
 4 Porque el Ángel del Señor bajaba de tiempo en tiempo a la piscina y agitaba el agua; y el primero que se metía después de la agitación del agua, quedaba curado de cualquier mal que tuviera.
 5 Había allí un hombre que llevaba treinta ocho años enfermo.
 6 Jesús, viéndole tendido y sabiendo que llevaba ya mucho tiempo, le dice: "¿Quieres curarte?"
 7 Le respondió el enfermo: "Señor, no tengo a nadie que me meta a la piscina cuando se agita el agua; y mientras yo voy, otro baja antes que yo."
 8 Jesús le dice: "Levántate, toma tu camilla y anda."
 9 Y al instante el hombre quedó curado, tomo su camilla y se puso a andar.
 Pero era sábado aquel día.
 10 Por eso los judíos decían al que había sido curado: "Es sábado y no te está permitido llevar la camilla."
 11 Él le respondió: "El que me ha curado me ha dicho: Toma tu camilla y anda."
 12 Ellos le preguntaron: « ¿Quién es el hombre que te ha dicho: Tómala y anda ? »
 13 Pero el curado no sabía quién era, pues Jesús había desaparecido porque había mucha gente en aquel lugar.
 14 Más tarde Jesús le encuentra en el Templo y le dice: "Mira, estás curado; no peques más, para que no te suceda algo peor."
 15 El hombre se fue a decir a los judíos que era Jesús el que lo había curado.
 16 Por eso los judíos perseguían a Jesús, porque hacía estas cosas en sábado.
 17 Pero Jesús les replicó: "Mi Padre trabaja hasta ahora, y yo también trabajo."
 18 Por eso los judíos trataban con mayor empeño de matarle, porque no sólo quebrantaba el sábado, sino que llamaba a Dios su propio Padre, haciéndose así mismo igual a Dios.



Vamos a reflexionar sobre algunos aspectos significativos del modo de actuar de Jesús: Jesús participa en la vida como uno más, también acudía a fiestas, y es que el estar preocupado por los demás no impide el disfrutar y compartir los aspectos buenos.

Pero en el camino de la vida se le presenta la situación de 1 persona que necesita ayuda, seguramente que allí en la Piscina de Betesda había muchos enfermos, pero Jesús se fija en 1, se centra en 1 persona, y percibe en él un situación especial, no sólo estaba enfermo, sino que además estaba sólo, no tenía a nadie que le acercara al agua cuando se movía. A pesar de la evidencia de la necesidad, Jesús respeta la libertad del enfermo y le pregunta: *¿Quieres curarte?* Al mismo tiempo, le refuerza la voluntad, esto es el empoderamiento, hacer creíble que se puede curar, devolver la fuerza para seguir luchando en la vida, desde la situación que tiene.

Jesús no intentó curar a todos los enfermos, sino a uno sólo, en el fondo es una curación ejemplar, que sirve de modelo, esto mismo nos pasa en Cáritas, no podemos ayudar a todos los que tienen problemas, pero a los que decimos ayudar debemos hacerlo ejemplarmente.

Cuando Jesús le cura le dice: *Levántate, toma tu camilla y anda.* Con estas sencillas palabras Jesús consigue recuperar a este enfermo. Le pide que se levante, que recupere las fuerzas que están en él para poder salir adelante. Le invita a aceptar su situación, toma tu camilla, acepta tu enfermedad, quíete en esta situación personal que estas pasando. Y a la vez, anda, mantén viva la esperanza en el futuro, claro que te puedes curar, claro que puedes salir de esta situación...

Jesús está así reactivando la energía de la vida: fe, esperanza y la caridad. En los relatos bíblicos se consigue unir la ayuda social a la recuperación de la persona ante Dios. Por eso, plantea la ayuda de un modo integral: aceptarse a sí mismo, restablecer la esperanza de la vida y, recuperar la relación con Dios. El proceso de curación de Jesús tiene una dimensión trascendente, termina en el centro de la vida del pueblo, integra al enfermo en el Templo, el centro de la vida social de la época. Jesús llega a un lugar de "curación" de la época (piscina de Betesda), y en lugar de criticar lo que hacen otros, complementa la curación formal y externa, con la curación integral e interior. Es como la tarea de Cáritas, nosotros usamos las mismas técnicas sociales, pero añadimos la terapia del corazón, recuperamos la dimensión personal, su modo de sentirse y verse ante los demás y ante Dios. Quizá este texto del evangelio nos ayude a reflexionar, os invitamos ahora en el grupo a pensar si en vuestro grupo se da comunicación sobre la acción social que cada uno realiza. Intentad poner en común algún aspecto de vuestra tarea concreta.



La palabra, como elemento esencial del encuentro y como entorno de sentido compartido, nos descubre que estamos necesitados de una comunidad donde el diálogo haga posible la revelación, la comunicación, el amor.

El encuentro que se da entre dos personas tiene características únicas, a menudo este diálogo se bloquea de tal forma que nos atrapa, ya que surgen dificultades en la comunicación, por lo que ésta se hace ineficaz.

Por otro lado en todo encuentro e interacción hay siempre comunicación, aunque a veces no sea la más apropiada, no nos digan lo que queremos oír, o no entendamos lo que nos quieren decir; para evitar esta descomunicación existen también una serie de herramientas que nos proporcionan una comunicación eficaz.

A continuación os presentamos la siguiente tabla en la que aparecen actitudes y planteamientos que perjudican la comunicación así como estrategias que la hacen más eficaz; te proponemos que completes esta tabla en su columna central para ser más consciente de cómo convertir un estilo de comunicación negativo en uno positivo, también resultaría útil que propusieras alternativas para aquellos apartados que están sin completar.

COMUNICACIÓN INEFICAZ	¿QUÉ HACER?	COMUNICACIÓN EFICAZ
JUICIOS: En los demás vemos lo que queremos ver y tendemos a categorizar a las personas.		
DECIR LO QUE HAY QUE SENTIR: debemos expresar lo que sentimos pero hacerlo de manera oportuna. Debemos dejar al otro expresar sus sentimientos sin infravalorarlos: "No te pongas así, no es para tanto"		INTELIGENCIA EMOCIONAL: reconocer las emociones propias, controlarlas, motivarse, reconocer las emociones en las otras personas y manejar las relaciones.

INTERPRETAR el comportamiento de los demás de acuerdo a las intenciones de nuestras propias conductas.		
		EMPATÍA: capacidad de ponernos en el lugar del otro, de entender lo que le pasa, lo que siente.
ESCUCHARSE A SÍ MISMO: no escuchamos al otro, porque no nos interesa lo que dice, porque estamos pensando en lo que queremos responderle o en nuestros sentimientos.		ESCUCHA ACTIVA: significa entender bien lo que nos están diciendo y sobre todo entender cómo nos lo están diciendo.
PERSONALIZACIÓN: relacionar sin base real los sucesos del entorno consigo mismo.		
PRESUPOSICIONES: dar por hecho que el significado que damos a las intenciones de otra persona son ciertas.		CENTRADOS EN EL OTRO: debemos dejar a un lado nuestras propias opiniones y creencias para comprender lo que el otro nos expresa.
MANIPULACIONES. IDENTIFICACIONES EXCESIVAS CON LAS NECESIDADES DEL OTRO. SER VÍCTIMA DEL SUFRIMIENTO EMPÁTICO.		CAPTAR MÁS QUE SENTIR: Para poder acompañar al otro, debemos mantener una ligera distancia que nos permita captar lo que pasa, en vez de sufrir con el otro.
EFFECTO-CAUSA: atribuir causas imaginadas a los relatos de otra persona.		
LOS DEBERÍA: Hay personas que centran su vida o sus relatos en lo que debería hacer o ser, o en lo que deberían haber hecho o sido.		
ACONSEJAR: cada uno debe aprender sus propias lecciones; además hay personas que demandan constantemente consejos, que refugian sus inseguridades y su falta de decisión en los consejos de los demás.		LO QUE YO HARÍA EN LA MISMA SITUACIÓN... o narrar una experiencia similar, generalmente no resulta útil, más bien sirve para situarnos en una posición de superioridad, ya que hemos pasado esa situación y hemos podido superarla.
INFERENCIAS ARBITRARIAS: Anticipar conclusiones sin evidencias que las demuestren.		PREGUNTAS SIN TRAMPA: el objetivo no es que nosotros acabemos comprendiendo, sino que debemos ayudar a que se aclare el que habla, potenciar que el otro pueda reflexionar.

<p>SOBREGENERALIZACIONES: a partir de hechos aislados se extiende la experiencia negativa al resto de situaciones vitales.</p>		
<p>DECIR LA ÚLTIMA PALABRA: pensamos que al decir la última palabra en una conversación es como si se guardara la esencia misma de la verdad.</p>		<p>RESUMIR DELICADAMENTE: es conveniente hacer pequeños resúmenes de lo que hemos escuchado, sobre todo para que el otro tenga una idea de lo que hemos entendido.</p>
<p>QUERER TENER RAZÓN: Debemos aprender a respetar el punto de vista y las experiencias de los demás.</p>		
<p>ABSTRACCIÓN SELECTIVA: es percibir sólo lo congruente con el estado de ánimo del que escucha.</p>		<p>ASERTIVIDAD: expresar los sentimientos, actitudes, opiniones y derechos de modo directo, firme y honesto, respetando al mismo tiempo los sentimientos, deseos, opiniones y derechos del otro.</p>
<p>PENSAMIENTO DICOTÓMICO: Tendemos a clasificar todas las experiencias en una o dos categorías (blanco o negro).</p>		
<p>HABLAR SIN DECIR NADA: En lugar de hablar con sinceridad nos enmarañamos en un conjunto de palabrerías que distraen la comprensión.</p>		<p>SINCERIDAD EFECTIVA: opinar sincera y oportunamente sobre aquellas conductas y/o hechos de los demás o nuestros, para saber qué aspectos han resultado positivos y cuáles son mejorables.</p>
		<p>DEJAR QUE RESPIRE: Para acercarnos al mundo interior de otra persona debemos dejarle espacio, saber estar en los silencios y respetar los ritmos emocionales del otro.</p>