



“La vida es luz”

Dinámica de inicio

Al hablar de vida, fácilmente podemos hablar de luz, de claridad... así como su ausencia o su debilidad evocan en nosotros imágenes de sombra, oscuridad... Desde nuestra fe nos es familiar la luz de la Pascua y la oscuridad del viernes santo, de la muerte. Con estos símbolos de fondo vamos a realizar la siguiente dinámica.

Nos situamos todos en una sala o espacio con una luz muy tenue... Sentados en postura cómoda y relajada. Cada persona tiene una velita apagada. Quien dirige la dinámica dice:

“Vamos a tomar conciencia de nuestra propia vida. Nos disponemos a sentir y asumir a través de nuestro cuerpo, de nuestros sentimientos, de nuestra mente y de nuestro corazón, las veces que he vivido, incluso que he provocado oscuridad en mí y en los demás seres creados; las veces que he sentido mi vida oscurecida y opacada por otros.

Después de un momento de silencio compartimos en una breve frase la situación, la actitud o la palabra que me quitó luz, que me envolvió de oscuridad.

(Las personas van diciendo. Cuando veamos que se ha compartido lo necesario se apaga en su totalidad la luz y se invita a tomar conciencia que sin la luz no hay vida)

“El Espíritu hace presente y renueva continuamente la vida, construyendo y regenerando el amor en nosotros. Francisco y María Ana nos muestran que el Amor y triunfa sobre la muerte y por el amor crea un ser humano nuevo, fraterno... También nosotros hemos experimentado esta vida nueva en múltiples situaciones, que nos ha llegado de otras personas.

Y ahora que estamos “a oscuras” vamos a recordar y a preguntarnos ¿Cuándo he sido yo luz, vida, para mis hermanos? ¿Cuándo lo soy o puedo empezar a serlo?

Después de unos momentos de silencio para pensarlo, uno por uno vamos encendiendo la vela (o la linterna del móvil) a la vez que expresa:

“He sido luz para mis hermanos... o, soy luz para mis hermanos cuando....”

Cuando todos han hablado y encendido sus velas, quien dirige la dinámica llama la atención sobre la “luz” que con pequeñas velitas, peor aportadas por todos se puede lograr. De la vida que podemos fortalecer y renovar entre todos.

Se puede terminar con un canto de alabanza, de luz, de vida... apropiado.