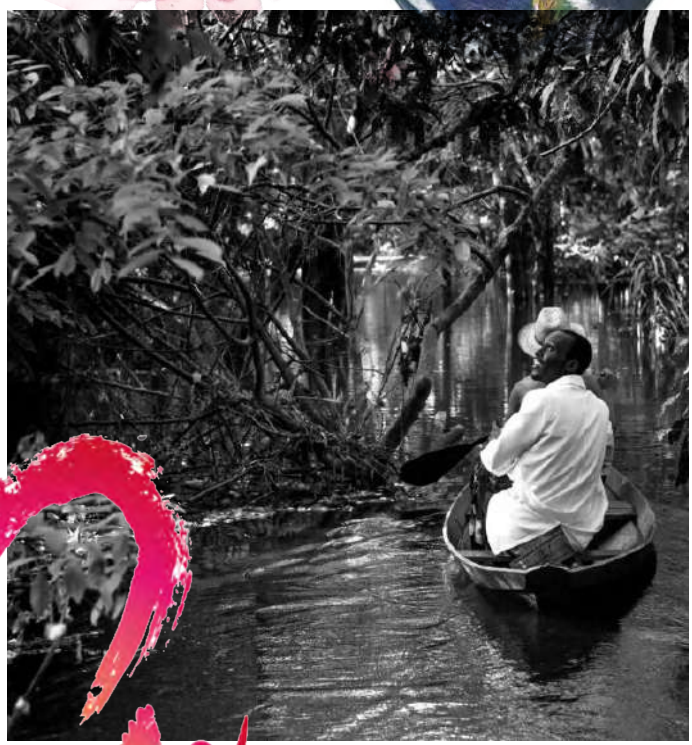
Cáritas
Diocesana de
Salamanca

TU VOZ

JUNIO 2018

Nº 5

TU COMPROMISO MEJORA EL MUNDO



Tu compromiso
mejora el mundo

¿PREPARADOS PARA PLASMAR MOMENTOS DE COMPROMISO?

TU COMPROMISO MEJORA EL MUNDO

Vivir el compromiso es ***dejarse transformar*** por la **fraternidad,** la **entrega, la fidelidad, la utopía y la gratuidad.** La opción y el compromiso por las personas más vulnerables **nos cambia como personas, transforma la sociedad y ofrece una propuesta de vida para ser feliz.**

Atrévete a ir contracorriente, conviértete en **motor de cambio** de la sociedad, centra tu vida en el **ser con los demás y para los demás:** es una propuesta de vida para ser feliz. Te invitamos vivir un compromiso que da sentido a los pequeños gestos imperceptibles, a lo cotidiano, al trabajo. **La realidad actual se caracteriza por la falta de compromiso** tanto en lo personal como en lo social. Comprometerse está asociado al para siempre y en **un mundo en que casi todo es para un rato** suena a trasnochado. Pero en **Cáritas** vamos contracorriente y con toda la fuerza que nos exige el momento que vivimos **proponemos un compromiso que es un modo de ser, de relacionarnos con nosotros, con las demás personas y con el mundo.** Nuestro compromiso **es una manera de entender y compartir la vida.**

La solidaridad no es un sentimiento de vaga compasión o de superficial ternura hacia los males de tantas personas cercanas y lejanas; al contrario, es la determinación firme y perseverante de empeñarse por el bien común, es decir, por el bien de todos y cada uno, porque todos somos verdaderamente responsables de todos. Se extiende ante nosotros un amplio horizonte sin límites de aventura, de experiencia vital y transformadora. No se trata de venid y haced sino de ir y ver con los propios ojos bien abiertos para mirar la realidad del mundo y hacer de ella nuestro hogar. Ante el vértigo que nos genera este mundo en caos donde las injusticias, el sufrimiento y el desprecio continuado por los derechos humanos son el pan cotidiano, no podemos ocultarnos El **compromiso desinstala, descoloca y desestabiliza nuestra seguridad. Nos saca de la zona de confort y nos pone en comunicación con el mundo.** El compromiso te hace salir de ti mismo para acudir al encuentro de los otros, de otras personas que pasan por el camino.Este ejercicio requiere **valentía, creatividad, denuncia y acción.**

En la era de la comunicación donde el progreso tecnológico avanza de forma vertiginosa generando herramientas y canales para hacer cada vez más instantánea la información, vivimos la terrible paradoja

Tu compromiso mejora el mundo

de la no-comunicación entre las personas. Algo ya tan imprescindible como el WhatsApp –y no le restamos sus ventajas- se ha convertido en nuestro principal canal de comunicación sustituyendo a la mirada, al abrazo o a la sonrisa, haciendo breve e imperceptible el tiempo que dedicamos a compartir sueños, proyectos e incertidumbres. Estas nuevas formas de relación que utilizamos de forma inocente o inconsciente asfixian, sin darnos cuenta, nuestra capacidad de parar nuestra rutina vertiginosa para fijarnos, conmovernos y movernos al estilo del buen samaritano, y no solo para hacernos cargo de quien sufre y necesita comer o vestirse sino, además, para ser hermanos y ser capaces de vivir con pasión la mística de la fraternidad que nos rescata del pasar de largo y de la indiferencia. En este tiempo fragmentado por el egoísmo, el odio, la xenofobia y la violencia, millones de hombres y mujeres rotos sufren y se lamentan por la indiferencia de quienes siguen sosteniendo una forma de vida injusta. Estamos necesitados de desierto, de caminar noches y días silenciando nuestra mente y nuestra alma, para escuchar el eco que no percibimos y que se ha instalado en nuestro corazón.

Cualquier cambio empieza con gestos cotidianos muy concretos, prácticos y sencillos, desde lo personal y desde lo cercano, con presencia en el barrio, a través de pequeños núcleos de personas, comunidades vivas **capaces de ampliar la mirada y vivir atentas a la realidad para fortalecer lo público, lo que es de todos.** El compromiso, en definitiva, debe **tomar postura ante la realidad que vivimos marcada por la pluralidad y diversidad cultural que tantas veces genera temor y desconfianza.** También ante la movilidad humana y la realidad migratoria de millones de personas buscando un hogar para vivir en paz, las situaciones de conflicto, violencia y extrema desigualdad, el incumplimiento de los derechos humanos fundamentales que día a día se relativizan perdiendo valor, el modelo de desarrollo económico y social que genera pobreza, violencia y abuso y la sobreexplotación de los recursos naturales y la explotación de las personas que viven en esclavitud. Y tantas otras realidades que hacen de nuestra casa común una tierra inhóspita y degradada, un paraíso perdido en las penumbras de la ambición humana.

7

17

5

31

13

SUMARIO

CAMPAÑA 5

EN NUESTRO INTERIOR 7

SALIDAS CULTURALES 13

OPINIÓN 17

DE TÚ A TÚ... 31

REFLEXIONANDO 35

Maquetación: ***Ángela Barros Carballo***

COMPROMETERSE ES UN MODO DE SER Y ESTAR EN EL MUNDO

La falta de compromiso es una de las características de nuestra sociedad, en la que casi todo es para un rato. Las nuevas generaciones se relacionan pensando que el compromiso con la familia, los amigos, en el colegio o en el trabajo no es importante. Hablar hoy de comprimo suena a trasnochado y a conservador. Hablar hoy de compromiso es ir contracorriente.

La campaña pretende: Transmitir la vivencia del compromiso como motor de cambio de la sociedad, promover el valor del compromiso: Alimentar la conciencia de misión colectiva, renovar y reforzar la vivencia del compromiso: Atreverse a ir contracorriente.

1. Motor de cambio de la sociedad: La mayor parte de las veces reducimos el compromiso a una experiencia concreta dejando diluir en los quehaceres y las prisas la hondura de su significado. Esto provoca que se pierda la fuerza y se llegue al desánimo, incluso a la impotencia preguntándonos: ¿qué sentido tiene lo que hacemos si la sociedad está cada vez peor? ¿Qué sentido tiene si la sinrazón, el dolor y la injusticia se han adueñado del mundo?

2. Atreverse a ir contracorriente: hacer posible que los intereses económicos no estén nunca por encima de la dignidad de los seres humanos:
Abrir los ojos y los oídos al clamor de la tierra, que es el clamor de los pobres, y a trabajar por una ecología integral, una ecología en la que resultan inseparables la preocupación por la naturaleza, la justicia con los pobres, el compromiso con la sociedad, la defensa de la vida, el desarrollo integral, y la paz y el equilibrio interior del ser humano. (Papa Francisco, Laudato si).

3. Conciencia de misión colectiva: Vivimos la terrible paradoja de la no-comunicación entre las personas. Algo ya tan imprescindible como el WhatsApp , al que aunque no le restamos sus ventajas, se ha convertido en nuestro principal canal de comunicación sustituyendo a la mirada, el abrazo, la sonrisa, haciendo breve e imperceptible el tiempo que dedicamos a compartir sueños, proyectos e incertidumbres, estamos llamados a ser agentes de transformación de nuestra sociedad e incluso del mundo, pero esta solo va a ser posible desde el ejercicio de un compromiso vivido como vocación y don para los demás que planta sus raíces y se desarrolla en comunidad.

Cumplir es ejecutar algo que se había dicho que se iba a hacer. **Comprometerse va más allá de cumplir**, supone poner en juego nuestras capacidades, es **implicarse al máximo en una labor, dar un poco más,** porque realmente nos **importa y motiva** lo que está en juego.

Podríamos decir que **el cumplimiento es como la base del compromiso.** Si pudiéramos representarlo mediante un termómetro, la parte de más baja temperatura sería el cumplimiento y la de más alta sería el compromiso. O sea, el cumplimiento es más bien frío, y el compromiso es más caliente. El cumplimiento es más racional y el compromiso más emocional, y para pasar de uno a otro se precisa poner fuerza, intención.

El compromiso también es un balance entre lo que se da y se recibe. Las personas se comprometen y ponen de su parte cuando confían en que van a recibir. Supone un balance entre dar y recibir. Por eso, si queremos que nuestros equipos se comprometan, primero tenemos que dar, **para conseguir que confíen en nosotros.** Es conveniente saber que supone el compromiso y **qué características tiene:**

1. El compromiso **nace de la libertad,** no de la imposición. **Para pasar del cumplimiento al compromiso, las personas han de tomar la decisión de hacerlo**, y los líderes han de manejar habilidades para influir en ello. **Se trata de tomar conciencia, no de obediencia.** La imposición no genera compromiso, la imposición genera resentimiento. La imposición lleva a las personas a tomar tres posibles actitudes: rebelarse, someterse o evadirse.

2. El compromiso **se gestiona en la cercanía de las relaciones.** Los líderes tienen la llave para ello. Es en la relación entre los miembros del equipo y el líder en dónde se mantiene y desarrolla la llama del compromiso.

3. El compromiso **es sobre todo emocional, se siente.** Más allá de que la razón nos provea de argumentos para el compromiso o no, es el sentimiento el que finalmente decide. Es el **compromiso emocional** el que hace que las personas aporten más.

4. El compromiso **se basa en la congruencia y en la honestidad.** Si los líderes no son congruentes entre lo que dicen y lo que hacen, inspirarán desconfianza en sus equipos, y por tanto, no habrá compromiso.

Más allá de nuestros roles y funciones en la empresa, somos seres humanos, estamos sujetos a cambios. No somos estáticos. Vivimos entre contradicciones e incongruencias. **La cuestión es aceptar que podemos tenerlas, y en ese caso, ser honestos con nosotros mismos y con nuestros equipos.** Esto nos volverá, paradójicamente, de nuevo congruentes.

5. El compromiso **comienza por uno mismo.** Si quieres que tu equipo se comprometa, has de comprometerte tu primero. Es como si hubieras contraído una enfermedad que se llama compromiso. Inevitablemente, irás contagiando a los de tu alrededor (siempre y cuando éste sea genuino, es decir, **no algo que digas, sino que vivas**).

La **RAE** nos define **compromiso,** entre varios significados, como la palabra dada u obligación contraída. Pareciera algo sencillo pero en realidad es difícil llevarlo a la vida diaria de cada quien.

Más que una palabra, **compromiso exige que hagamos lo necesario para cumplir con una misión determinada**, bien sea en el hogar, el estudio, las amistades, el trabajo, etc. En otras palabras, **exige que haciendo uso de nuestra libertad personal encausemos nuestros mejores esfuerzos a una tarea determinada o definida**. Es decir que desde el principio **debemos saber hacia dónde vamos encausando nuestros esfuerzos,** de esta manera siempre habrá **claridad de cuál es el objetivo** y no correremos el riesgo de perder el camino.

Detrás del compromiso vienen muchas situaciones o actitudes que pueden ayudarnos a ahuyentar la monotonía, gran enemiga que todo lo destruye. **Tenemos por ejemplo la creatividad, conocer cada vez más detalladamente la tarea que realizamos, tener iniciativa, acudir a personas de buen juicio que puedan darnos ánimo o luces en el momento necesario.** Procurar **buscar los medios** que permitan que seamos **más efectivos y seguros en lo que queremos.** Tenemos entonces que:

COMPROMISO + objetivos = cambios

Recordemos que **de los errores ajenos también se aprende y esto no puede ser obstáculo para intentar algo en donde otros han fracasado.** Podemos tener una visión diferente y hasta más estudiada que nuestros antecesores que permita hallar ese éxito que alguna vez fuera esquivo. **La idea es que donde otros no triunfaron puede ser el terreno ideal para cosechar lo que queremos.**

Sin embargo, para alcanzar esos cambios, el compromiso **no se basta por sí solo, requiere de perseverancia y tenacidad**. Dicho de otra manera, **no podemos perder el norte y para llegar a nuestro destino es indispensable una brújula** (tenacidad y perseverancia) **que permitirá los medios para alcanzar la meta.** No basta con saber en dónde esta nuestro destino, sino que es necesario poner el pie en el camino para comenzar con el primer paso el largo recorrido.

Ahora bien, el compromiso **nos revela esa parte interior intelectual, emocional y de responsabilidad de quien lo asume y su sentido de pertenencia.** Es bueno entonces que periódicamente nos hagamos ciertas preguntas para evitar que la dejadez, el descuido y la irresponsabilidad cobren terreno, **¿en que he cambiado? ¿Me he capacitado para cumplir el compromiso? ¿Qué aportes he hecho? ¿Me cuesta trabajo los cambios o adaptarme a nuevas situaciones?, etc.** Esta serie de cuestionamientos atraerá varias consecuencias:

Ideas aclaradas o encausadas; mejorar los planes a futuro; adaptarnos a nuevas situaciones y hacer lo necesario para no perder el objetivo; crecimiento personal; mejorar en el servicio; dar mucho más de lo necesario…

¿Qué es lo que hace que unas palabras se vuelvan realidad?, les comparto un pensamiento de **S. Lehman:**

"Compromiso es lo que transforma una promesa en realidad, es la palabra que habla con valentía de nuestras intensiones, es la acción que habla más alto que las palabras, es hacerse al tiempo cuando no lo hay, es cumplir con lo prometido cuando las circunstancias se ponen adversas, es el material con el que se forja el carácter para poder cambiar las cosas, es el triunfo diario de la integridad sobre el escepticismo"

Cada vez que nos embarcamos en algún proyecto personal o un nuevo objetivo -no importando cuán grande o pequeño pueda parecer- **es muy importante imprimirle un alto grado de compromiso, dedicación y propósito para su buen desarrollo y cumplimiento.** Comprometernos con aquello en lo que ponemos nuestra imagen, nuestro nombre y energía es fundamental, Una vez asumimos nuevos desafíos, esto debiese convertirse en nuestra tarea principal, ya que **entra en juego nuestro sentido de responsabilidad y el uso coherente y generoso de nuestros dones y talentos.**

La falta de compromiso en nuestra vida es sinónimo de caos y es, en esencia, solamente miedo disfrazado de distintas formas: Miedo a fracasar, a explorar aspectos desconocidos en nosotros y a ser más. Es aquí cuando comienzan a aflorar la falta de claridad, la tendencia a "dejar para mañana lo que podemos dejar para pasado mañana", el desgano y la falta de dirección, entre otras variantes nocivas para nuestra integridad personal.

Las siguientes acciones pueden ayudarnos a comprender más todo lo anterior:

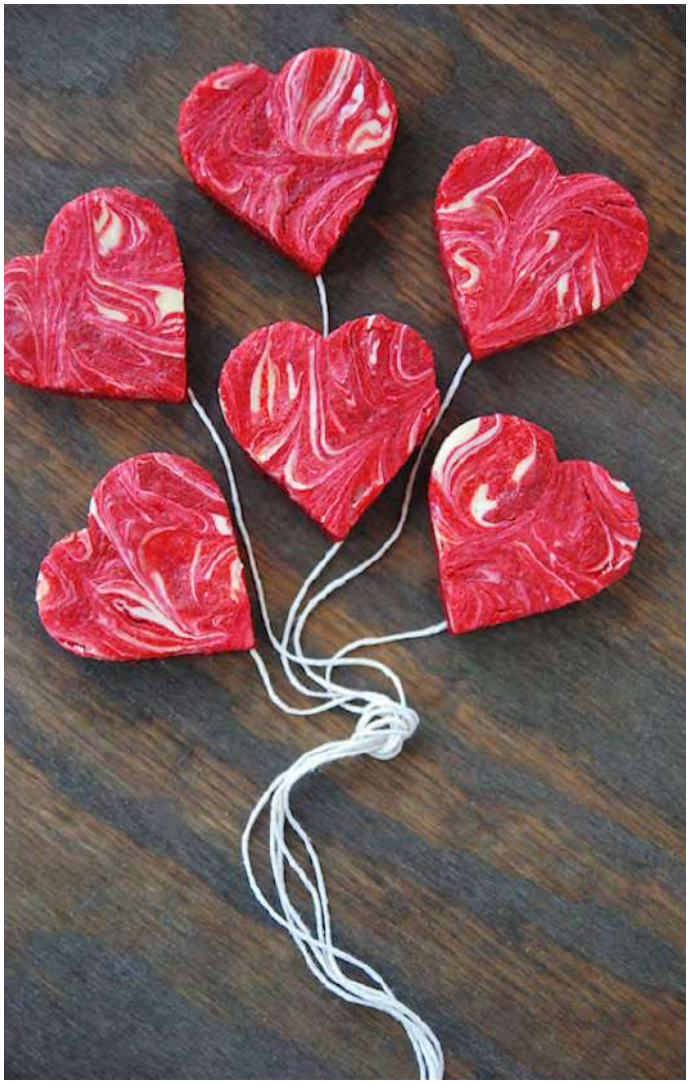
1. Tomar responsabilidad:

Tomar responsabilidad es **adquirir conciencia de la grandeza de quienes somos**, del lugar en donde estamos y de la necesidad de tomar el control de nuestros propios actos prestigiándolos lo más posible. **El verdadero compromiso comienza siempre con nosotros;** por tanto, para poder recibir más y mejores cosas, debemos partir por casa.

2. Dar el esfuerzo extra:

Esforzarnos un poco más e ir más allá de lo que habitualmente tenemos planificado fortalece nuestra energía interna y nos brinda una gran sensación de plenitud y satisfacción. Nos damos cuenta de que tenemos una capacidad de dar mucho más grande de la que imaginamos. La dedicación, la preocupación por los detalles y dar lo mejor de nosotros –y más- es un excelente hábito a cultivar.

3. Distribuir inteligentemente nuestras actividades:



¿Cuántas veces nos quejamos de que no tenemos tiempo y no podemos dedicar horas a las actividades más importantes? Aquí se hace presente un ejercicio de conciencia a realizar que tiene que ver con nuestra **tendencia a querer abarcar demasiadas cosas, sin comprometernos demasiado con ninguna, y con nuestra verdadera noción de distribución del tiempo**. En este sentido, **aprender a decir que no y reorganizar nuestras tareas priorizando las más fundamentales** nos permite imprimir la dedicación que merece cada una de las acciones que dependen de nosotros.

La importancia del compromiso y la dedicación es un aspecto esencial en nuestro cotidiano. Completar lo que empezamos, cerrar ciclos de la mejor manera y cultivar nuestra claridad e impecabilidad en cada una de nuestras esferas de acción nos llevan a disipar el caos y traer calma y claridad a nuestro mundo. El momento para hacernos cargo es, siempre, ahora.

Para que todos encontremos el sentido de la vida y seamos buenas personas, tendremos que saber diferenciar las cosas buenas y las cosas malas, de lo que le pertenece y no le pertenece para su vida y saber manejar nuestras iras para llegar al fin último que todo ser humano busca, **la felicidad,** ya que este deseo es anhelado por muchos pero son pocos los que llegan a alcanzarlo. Debemos comprometernos con la vida de manera global.

Os daremos algunos argumentos para demostrar que para llegar a ser feliz debemos comprometernos con la vida de manera global y no parcial.

Comprometerse va más allá de cumplir con una obligación, es poner en juego nuestras capacidades para sacar adelante todo aquello que se nos ha confiado para hacer que suceda lo que nos hemos propuesto; porque **una persona comprometida es aquella que lo da todo haciendo un poco más de lo esperado hasta el grado de sorprendernos,** porque vive, piensa y tiene como meta sacar adelante a su familia, su trabajo, su estudio y todo aquello quiere para su vida, tiene como meta alcanzar la felicidad. Pero para que esta meta se haga posible debe comprometerse con la vida de manera global y estricta. Cuando alguien se compromete con uno mismo y se propone en hacer cumplir sus anhelos, emprende una confianza añadida y eso es importante. Hay que aprender a confiar en uno mismo para que otras personas puedan confiar en usted, y **el compromiso es una de las cosas que conducen a laconfianza.**

Cuando alguien aprende a comprometerse con uno mismo, aprende a cumplir lo que se promete. Pero este compromiso nunca debe ser parcial porque si no se vive de manera equivocada, como algo que deriva del compromiso global y esto corre el riesgo de convertirse en un error, porque se estarña tomando solo un aspecto de la vida y el resto dejándolo de lado; incluso lo más importante, porque **el factor clave para llegar a ser felices y encontrar el sentido de la vida, es el compromiso con la vida entera sin olvidarse de nada: el amor, el estudio, el dinero, la amistad, la esperanza, la ira, la solidaridad e incluso la tolerancia**

En conclusión para que cada uno encuentre el sentido de su vida y alcanzar la felicidad debe de comprometerse con la vida, con uno mismo, y con el resto de personas de manera global sin olvidar nada, teniendo en cuenta todos los factores que estén en juego y recordando que debe confiar desde el principio, ya que nadie lo hará si no lo haces tú. El compromiso debe empezar desde este instante.

"No dejes para mañana lo que puedas hacer hoy"

Comprometerse es poner al máximo nuestras capacidades para sacar adelante todo aquello que se nos ha confiado. **El compromiso que se hace de corazón va más allá de la firma de un documento, o un contrato.** Cuando nos comprometemos es porque **conocemos las condiciones que estamos aceptando y las obligaciones que éstas conllevan.**

"La Zorra y el Chivo en el pozo"

Cayó, una vez, una zorra en un pozo muy profundo, viéndose obligada a quedar adentro por no poder alcanzar la orilla. Más tarde llegó un chivo sediento, y viendo a la zorra le preguntó si el agua era buena. Ella, ocultando su verdadero problema, se deshizo en elogios para el agua, afirmando que era excelente, e invitó al chivo a descender y probarla donde ella estaba. Sin pensarlo saltó el chivo al pozo, y después de saciar su sed, le preguntó a la zorra cómo harían para salir de allí. Dijo entonces la zorra: Hay un modo, que sin duda es nuestra mutua salvación. Apoya tus patas delanteras contra la pared y alza bien arriba tus cuernos; luego yo subiré por tu cuerpo y una vez afuera, tiraré de ti.

El chivo le creyó y así lo hizo, la zorra trepando hábilmente por la espalda y los cuernos de su compañero, alcanzó a salir del pozo, alejándose de la orilla al instante, sin cumplir con lo prometido. Cuando el chivo le reclamó la violación de su convenio, se volvió la zorra y le dijo: ¡Oye socio, si tuvieras tanta inteligencia como pelos en tu barba, no hubieras bajado sin pensar antes en como salir después!

Antes de comprometerte en algo, piensa primero si podrías salir de aquello, sin tomar en cuenta lo que te ofrezcan extraños.

Invitamos a todos los cristianos, en particular a cuantos trabajáis en la acción caritativa y social, a un **compromiso** que sea **liberador,** que contribuya a mejorar el mundo y que impulse a todos los bautizados **a vivir la caridad** en las relación con los hermanos y en la transformación de las estructuras sociales.

Transformados interiormente por la contemplación del amor incondicional de Jesucristo, que entrega su vida para liberarnos del mal y hacernos pasar de las tinieblas a la luz, de la muerte a la vida, **queremos recordar a todos y cada uno de los cristianos, así como a los hombres y mujeres de buena voluntad que quieran escucharnos, el mensaje de la campaña institucional de Cáritas: *"Tu compromiso mejora el mundo".***

Somos conscientes de que, hoy, no está de moda hablar del compromiso. Es más, para muchos, en esta cultura de lo virtual, de lo inmediato y pasajero, **la preocupación por los demás se considera como algo trasnochado.** Sin embargo, **el compromiso en favor de los más débiles y por la transformación del mundo, es la más noble expresión de nuestra dignidad, de nuestra responsabilidad y solidaridad.**

Para los cristianos, **el compromiso caritativo y social,** el ser con los demás y totalmente entregado a ellos, **camina en paralelo con nuestra configuración con Cristo**. Se trata de un compromiso que **nace de la fe en la Trinidad.** Los cristianos creemos en un Dios, que es Padre, que ama incondicionalmente a cada uno de sus hijos y les confiere la misma dignidad; un Dios Hijo que entrega su vida para liberarnos del pecado y de las esclavitudes cotidianas, haciéndonos pasar de la muerte a la vida; un Dios Espíritu que alienta el amor que habita en cada ser humano y nos hace vivir la comunión con todos, tejiendo redes de fraternidad y de solidaridad al estilo de Jesús, que ***"no vino a ser servido, sino a servir y dar su vida en rescate por todos"*** (Mt 20,28). Desde esta configuración con

Cristo, os proponemos un cuádruple compromiso:

1. **Vivir con los ojos y el corazón abiertos a los que sufren:** Hemos de abrir los ojos y el corazón a todo el dolor, pobreza, marginación y exclusión que hay junto a nosotros. Convivimos con una cultura que ignora, que excluye, oculta y silencia los rostros del sufrimiento y la pobreza. Sin embargo, **no podemos ignorarlos.** Este desafío resulta "cruel", cuando constatamos que **estas situaciones no son el fruto de la casualidad, sino la consecuencia de la injusticia social,** de la miseria moral, de la codicia de unos pocos y de la indiferencia generalizada de muchos.

2. **Cultivar un corazón compasivo:** La multiplicación y la complejidad de los problemas pueden saturar nuestra atención y endurecer nuestro corazón. Frente a la tentación de la indiferencia y del individualismo, **los cristianos debemos cultivar la compasión y la misericordia, que son como la protesta silenciosa contra el sufrimiento y el paso imprescindible para la solidaridad.**

3. **Ser capaces de ir contracorriente:** Esta invitación al compromiso no es algo superficial o periférico. Pone en juego dimensiones tan hondas como la propia libertad. En la vida, podemos seguir la corriente de quienes permanecen instalados en los intereses personales y

pasajeros o **podemos vivir como personas comprometidas al estilo de Jesús, actuando contracorriente y poniendo los medios para que los intereses económicos no estén nunca por encima de la dignidad de los seres humanos y del bien común.**

4. **Ser sujeto comunitario y transformador:** Los cristianos estamos llamados a ser agentes de transformación de la sociedad y del mundo, pero **esto sólo es posible desde el ejercicio de un compromiso comunitario, vivido como vocación al servicio de los demás**. Esto quiere decir que hemos de poner todos los medios a nuestro alcance para la creación de comunidades, que sean signo y sacramento del amor de Dios. Comunidades capaces de compartir y poner al servicio de los hermanos los bienes materiales, el tiempo, el trabajo, la disponibilidad y la propia existencia. **Comunidades capaces de poner a la persona en el centro de su mirada, palabra y acción.**

La caridad es transformadora

Para todos aquellos que trabajan en el ámbito de la acción caritativa y social de la Iglesia, **este compromiso transformador se hace todavía más urgente al tomar conciencia de la fuerza transformadora de la caridad.** La doctrina social de la Iglesia habla permanentemente de ella.

Recordemos un texto antológico del papa Francisco: «*La Iglesia, guiada por el Evangelio de la misericordia y por el amor al hombre, escucha el clamor por la justicia y quiere responde a él con todas sus fuerzas. En este marco se comprende el pedido de Jesús a sus discípulos: "¡Dadles vosotros de comer!"* (Mc 6,37) *lo cual implica tanto la cooperación para resolver las causas estructurales de la pobreza y para promover el desarrollo integral de los pobres como los gestos más simples y cotidianos de solidaridad ante las miserias muy concretas que encontramos*» (EG, nº 188).

De acuerdo con estas enseñanzas del Santo Padre, podemos concluir que **la acción caritativa no es mera asistencia. La caridad, además de ofrecer los gestos más simples y cotidianos de solidaridad, promueve el desarrollo integral de los pobres y coopera a la solución de las causas estructurales de la pobreza.**

Los obispos españoles también hemos insistido en esta dimensión transformadora de la actividad caritativa y hemos manifestado que «***nuestra caridad no puede ser meramente paliativa, debe ser preventiva, curativa y propositiva. La voz del Señor nos llama a orientar toda nuestra vida y nuestra acción desde la realidad transformadora del reino de Dios***». Esto implica desenmascarar la injusticia por medio de la denuncia profética, socorrer al necesitado mediante la asistencia y colaborar en la organización de estructuras más justas por medio de la transformación social.

Sabemos que **la tarea no es fácil**, pero la caridad no está para dejar las cosas como están ni consiste en hacer lo que siempre se ha hecho en el campo social. **La caridad denuncia la injusticia y promueve el desarrollo humano integral, nos impulsa a la conversión de nuestros criterios y actitudes, de nuestra manera de pensar y de actuar para colaborar en todo lo que podamos.**

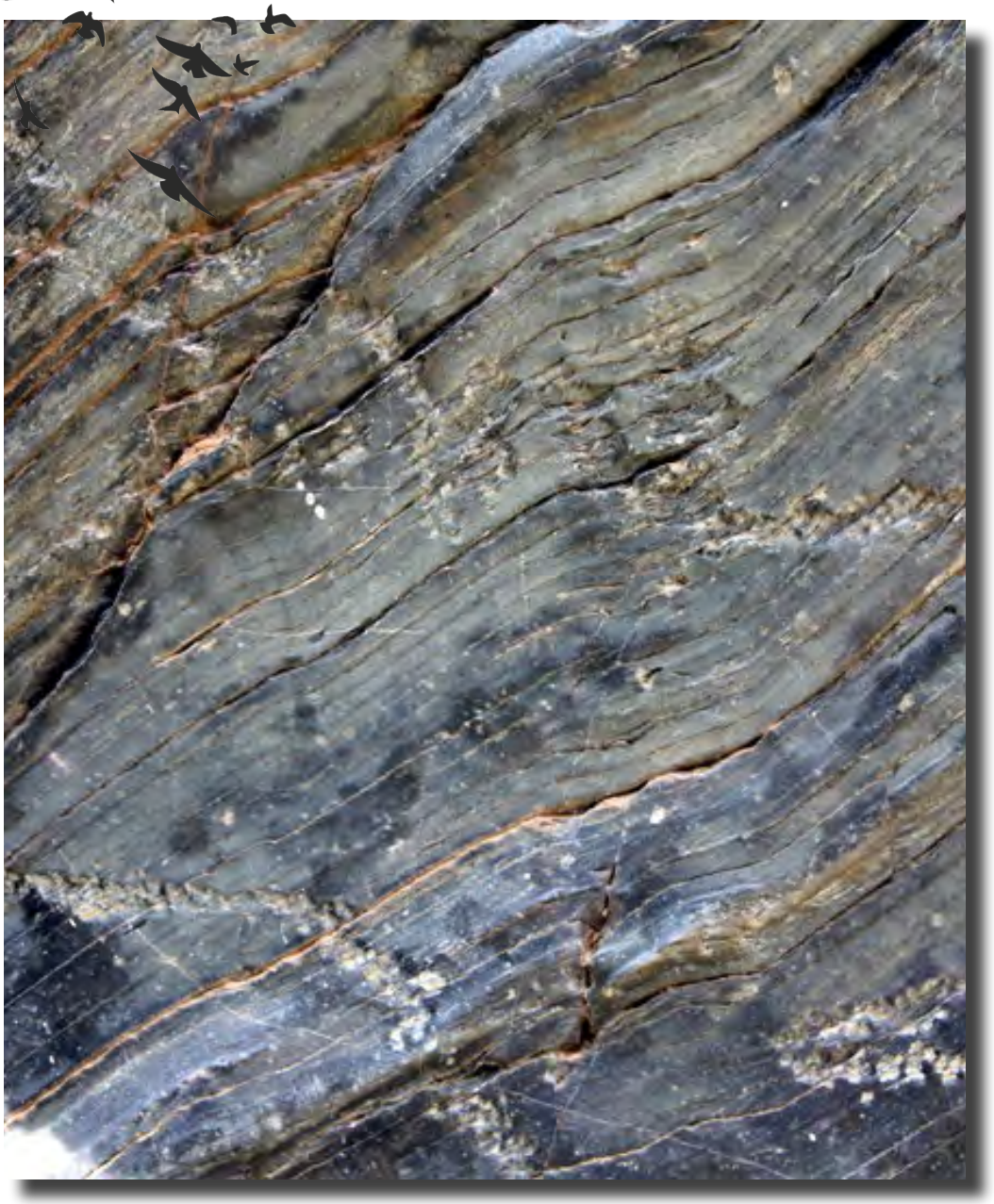
SIEGA VERDE Y CIUDAD RO

La mañana del 5 de Abril de 2018 nos reunimos a las puertas del Centro de Día con el fin de ultimar los preparativos para poder disfrutar de una muy esperada excursión a **Siega verde y Ciudad Rodrigo.** Nos montamos en los vehículos y tomamos rumbo al destino…

Cuando llegamos a Siega verde y antes de comenzar con las visitas, nos tomamos un tentempié todos juntos disfrutando de una hermosa mañana y una temperatura agradable propia de un día primaveral, y después de este grato momento, acto seguido nos dispusimos a **visitar el Centro de interpretación de grabados rupestres en el cual pudimos observar sobre las rocas, a orilla del Río Agueda los distintos grabados realizados por los habitantes de la zona en aquella época, que algunos de ellos databan de hacía hasta 33.000 años de antigüedad**. En ellos pudimos observar animales como caballos, cabras, lobos y toros, entre otro tipo de signos también que acompañaban a estos grabados.

Después de esta visita **nos dirigimos a Ciudad Rodrigo para acudir al Museo y Exposición de Orinales**, en el cual debemos destacar que es **único en toda España y en el mundo,** propiedad de la familia de **José María Del Arco Ortiz,** y en el que pudimos ver hasta **1.300 piezas** diferentes de diversas épocas, materiales y de hasta **27 nacionalidades distintas.**

Terminada esta visita nos dirigimos al **seminario de San Cayetano** para poder reponer fuerzas con una estupenda y contundente comida para, a continuación, dirigirnos



al **Parador Nacional** a tomar un café, al que fuimos todos invitados por José Maria con motivo de su cumpleaños. (Falto cantarle el cumpleaños feliz y tirarle de las orejas….) Cuando terminamos el café pudimos **disfrutar de la muralla que rodea este lugar histórico y tan bonito que es Ciudad Rodrigo.**

Una vez en el cuerpo de guardia, allí se nos explicó cómo vivían un asentamiento vetón, primeros habitantes de Ciudad Rodrigo, de las armas que utilizaban por aquel entonces y de la guerra entre Portugueses, Franceses y Españoles, y p**udiendo disfrazarnos de época para hacernos todos unas fotos y así recordar siempre el momento.**

Queremos agradecer todo el empeño por parte de los coordinadores de esta excursión José Mari y Pepe y de todos los voluntarios, sin los cuales no hubiera podido ser un día tan gratificante en nuestras vidas. **Siempre quedará en nuestro recuerdo...**

CASTROS VETONES

Salimos de Salamanca con dirección al **Castro de Saldeana desde el Centro de Día.** Allí, Toño nuestro guía ornitológico, nos explicó en qué iba a consistir el día. Empezamos la marcha y **el primer avistamiento fue un Águila Calzada** y se diferencia de otras águilas porque tiene plumas blancas en las patas. **Oímos el canto de un ruiseñor** que tiene mil maneras de cantar y **vimos Buitres Leonados** con los catalejos pudiendo observar perfectamente en las rocas su nido y como protegía a sus polluelos del sol.

Toño nos explicó que **las aves tienen dos sonidos,** siendo **uno de ellos de canto y otro de reclam**o y que los machos cantan para atraer, así, a las hembras, a la vez que defienden y delimitan su territorio.

Otras aves que pudimos ver fueron los **Vencejos** que copulan en el aire, algo que nos llamó mucho la atención porque nosotros no lo habíamos oído nunca. También pudimos ver a un ave que se llama **Avión Roquero.**

Mientras caminábamos también **pudimos observar distintos tipos de plantas,** como por ejemplo el **Gamón o el Cantueso,** que es de la familia de la lavanda.

Cuando llegamos a la zona del **Chozo del Pastor,** hicimos una parada para seguir avistando más aves, donde pudimos ver a las reinas del cielo sobre las peñas además de **Águilas Reales, Buitres Leonados, Alimoches**… Echamos en falta poder ver la Cigüeña Negra pero no fue posible.

A las 14:30 llegamos a un molino donde colocamos las mesas para comer y poder saborear una rica paella en buena armonía

y compañía. Cuando acabamos, varios compañeros se ofrecieron voluntarios para fregar y pasamos un rato agradable, **además de haber sonrisas, buena armonía y sintonía, buen humor y sobre todo pudimos disfrutar del hermoso paisaje.**

Después hicimos una caminata para bajar la comida hasta llegar al **Territorio Vetón,** un viaje en el tiempo y espacio. **También hicimos el sendero que nos llevó al Castro de las Merchanas, el corte en la muralla, la puerta Vetona, la muralla Verraco y el campo de piedra Hincada.** Allí nos explicaron que los castros son poblados que habitaban los vetones y que **no vivían más de 15 o 20 personas.**

Fue un día muy agradable en el que pudimos disfrutar del momento hasta que posteriormente nos volvimos a Salamanca.

Los participantes del Centro de Día encienden la luz de su corazón...

... a través de palabras

Yo **me comprometí** en el Centro de Día **a mejorar como persona** y a cambiar mis actitudes negativas por positivas, viendo la vida de otra manera totalmente diferente y, así, ser mas positivo.

Antes solo veía las cosas negativas, como el mundo de las drogas y la delincuencia, ahora veo la vida más positiva y, las cosas buenas por las que tienes que luchar; ya que la vida no te regala nada si tú no lo buscas. Por ejemplo, tener contacto con toda tu familia y ser cariñoso con las personas que, sin ánimo de lucro, te están ayudando a que lo puedas conseguir poco a poco, sin prisas, pero sin dormirte en los laureles. Sin su ayuda creo que hubiese sido casi imposible llegar a conseguir todo lo que me estoy proponiendo, como he dicho: salir de las drogas, de la delincuencia y, sobre todo, tener el apoyo de las personas más importantes de tu vida, como son tus hijos.

Como ya he dicho antes, **todo esto hubiera sido casi imposible sin la ayuda de los profesionales del centro de día: psicólogos, educadores, médicos, ATS, trabajadores sociales, etc.; y de los voluntarios**, que con su cariño, saber estar, el buenísimo trato que nos dan a todos y cada uno de nosotros y su compañía, el Centro de Día es muy agradable. El trato es totalmente diferente a como lo veía yo antes, ahora me doy cuenta que hay muchísima gente buena, buenísima. Antes de entrar en Padre Damián creía que la gente siempre me miraba por encima del hombro, ahora me he dado cuenta que no es así, que **las personas te ven tal y como tú te comportes en la vida**. Si no haces las cosas mal, pues eres un ciudadano más de a pie, como cualquier otro.

Muchas gracias a todos los que me han ayudado.

Antonio PVR

Yo **me comprometí a reforzar mi abstinencia a mi adicción y cambiar ciertas actitudes,** por eso decidí venir al Centro de Día. Me ofrecieron su ayuda para **cambiar todas estas actitudes** y poder seguir abstinente de las sustancias que me perjudicaban en mi día a día, así podría **mejorar mi forma de ser y de ver las cosas a nivel personal y social.**

A día de hoy me encuentro muy bien y esto me sirve para reforzarme y seguir como estoy y no olvidarme de que, en una adición, **hay que tener siempre los ojos abiertos y ser consciente de ello.** Por eso estoy aquí en el **Centro de Día,** para cambiar mi estilo de vida y **poder llegar a esa meta,** que cada vez esta más cerca, **y a nivel familiar poder recuperar el tiempo perdido** con mi hijo y poder disfrutar al máximo de él.

Todo esto me refuerza aún más día a día y me ayuda a no volver a tener que pasar por prisión debido a delitos cometidos bajo los efectos de las sustancias y a no perder todo lo ganado hasta ahora.

No quiero volver a la decepción personal de una recaída y de comenzar desde el principio de nuevo, eso sería un fracaso muy difícil de aceptar en mi vida. Por eso **me he comprometido a cambiar mi estilo de vida, para crecer como persona y tener una nueva vida alejado del consumo**, con una nueva red social de amistades que están alejadas de ello, ampliar la confianza y el apoyo de mis seres queridos y poder llegar a una estabilidad plena y satisfactoria y poder tener un trabajo estable, una vida estable personal y familiar y poder tener a mi hijo y pasar tiempo con él, tiempo que he perdido por culpa de mis adicciones que me llevaron a prisión y me alejaron de él y eso, es algo que siempre tendré ahí presente en mi vida.

Quiero aprender en este proceso a ser sincero conmigo mismo y con los demás, a mejorar y cambiar sentimientos y actitudes de mi pasado, a ver una realidad que antes no veía a causa de las sustancias y situaciones vividas, a nivel del tiempo libre aprender a relacionarme con gente nueva fuera del círculo del consumo y tener actividades alternativas para no entrar en la monotonía y la rutina y con ello, volver a recaer de nuevo.

Jaime

Bogdan

Yo **me he comprometido conmigo mismo** que no tienes que meterte en el mundo de consumir alcohol y en el mundo de las otras sustancias nocivas a ti y al cuerpo tuyo, porque esas sustancias te pueden manipular y enganchar tanto. Te empiezan a comer la cabeza y te olvidas de las buenas maneras y forma de hablarles a tus familiares, amigos y; en general a todo lo que te rodea. Ósea que no eres la misma persona que eras antes de empezar a consumir el alcohol y las otras sustancias nocivas.

Yo empecé tomando alcohol porque porque a mi me gustaba el sabor del vino, cerveza, aguardiente etc… Me hacia sentir bien en un momento dado del día cuando estaba con los colegas y, cuando entraba en casa, ya no era yo al que conocía mi madre antes de beber y de entrar en un estado que no lo querría ni recordar. A mi madre empezaba a insultarla, ósea que muy mal, demasiado, también te lleva a romper puertas, cristales y cortarte las manos... Estás eufórico... "Esta si que es vida que me estoy pegando, colega que me estas contando". Pues no porque llegas en un momento que después de un largo plazo de meterte tantos licores en tu cuerpo, despues de decirte mil veces que basta ya y mirarte: ¡Cómo has llegado a esto! y mirar a tu alrededor... y pensar que, ahora, ya ni tu madre, ni tus hermanas, hermanos ni amigos te aguantan, que tienes que parar y cambiar esa vida no saludable y pedir ayuda a alguien que esté trabajado con gente que consume sustancias nocivas y no saludables.

No es un estilo de vida adecuado, tampoco hay un buen tiempo libre y unos buenos hábitos. A todo esto es un mar de mal con muchos conflictos que te aparta de tu familia y amigos, que te da una patada en el culo y a la calle.

Mi compromiso es hacer un programa terapéutico con unos profesionales que, cuando consideren que estoy apto y preparado para enfrentarme con la realidad y los riesgos de rigor, pues **a la lucha** que no es poco, que **hay que tener confianza, valentía y seguridad** para enfrentarme con todo lo que venga.

En conclusión, somos humanos, nos equivocamos y hacemos maldades unos a otros, sin querer o queriendo, sin pensar o pensando...

Manu

Mi **compromiso fundamental** era el **dejar las drogas ,**el mundo que lleva a ellas, delinquir, traficar. Tenía una vida que, de tener todo de mi parte: dinero, familia, pareja, casa, con el tiempo acabé en la calle.

Decidí irme a la Unidad de Desintoxicación y **hacer el Centro de Día, un paso y compromiso conmigo mismo.** Estaba cansado, harto, desilusionado con el mundo y sobre todo, conmigo mismo. **Decidí darme otra oportunidad, volver a tener ilusión, levantarme con ánimo y sobre todo con ganas de vivir**. Hoy es el día que estoy poco a poco consiguiendo el volver a tener otra vez ilusión, ánimo y luchar por ser una persona normal, sin necesidad de tomar ninguna droga para poder levantarme.

Intento aprender de todas las clases que nos dan, me está dando vida el venir aquí al centro y luchar por ser mejor persona y aprender de todo y de todos mis compañeros. Mis actitudes cuando vine no eran las correctas: mucha impulsividad, críticas hacia todo y todos en general y, cada día me veo que voy corrigiendo esas malas conductas. **Me queda mucho por aprender y seguir en esta carrera que me he marcado, pero me he comprometido conmigo mismo y con las personas que mas quiero**, mi familia por un lado, mi psicólogo, mis terapeutas y el grupo en general, pero también a mi novia, una mujer que lleva media vida estando a mi lado. Quiero volver a recuperarla y esto tiene un coste: mis actitudes. Estoy intentando cambiarlas: la rabia, la impulsividad, la violencia; son cosas que estoy trabajando.

Hoy es el día que pienso hasta cinco antes de saltar o decir algo inadecuado, me importa mucho el tiempo libre y el ocio, estoy intentando que los amigos de antes me vuelvan a importar y darles la relevancia que tienen en realidad, a mi familia intento llamar cada día y saber de ellos, mi novia ha vuelto a hablar y entablar amistad conmigo otra vez, así que tengo que tener paciencia y ponerme en el lugar de ellos. No puedo pedir todo otra vez rápido, hay que ganarse la confianza de la gente que me quiere con tranquilidad paso, a paso. **Doy gracias a Dios por seguir dándome otra oportunidad en esta vida.**

Os voy a contar una historia: **Mi compromiso con Cáritas en el Centro de Día es porque necesito cambiar algunas actitudes que tenía negativas,** como no saber escuchar, también para aprender a gestionar el tiempo libre, que siempre ha sido la causa de mis consumos.

Llevo tres meses en el Centro de Día. Cuando llegué no toleraba las críticas, venía de estar muchos años en prisión y solo conocía el mundo de las drogas y de la prisión. Aquí **estoy aprendiendo a tolerar las críticas, a respetar a las personas, a crecer como una persona normalizada, a gestionar el tiempo libre, a coger estrategias para no recaer y a tener paciencia.** Soy una persona muy reservada por la situación en la que he vivido durante muchos años, la prisión, **y quiero cambiar mi vida,** ser una persona normal. Es decir, **ser uno más en esta sociedad y lo voy a conseguir,** aunque a veces falle, y ahora, **lo importante, es que cuando fallo, busco el por qué he fallado.**

Cada día que paso aquí aprendo cosas nuevas, hay muchos talleres y todos me aportan algo para mi vida. El Centro de Día se acaba y si no estoy preparado para la vida, me veré otra vez en la que conozco y es lo que no quiero. **Quiero seguir perteneciendo a esta nueva etapa**, para mí es nueva porque nunca había hecho nada por dejar la mala vida y para mí **es muy importante y gratificante todo esto.**

Jose

Susana

No sé que me deparará el futuro pero creo que ya **estoy comprometida, a varios niveles.** Me he comprometido a un cambio de actitudes, de hábitos, pero sobre todo a un cambio de estilo de vida.

El día 23 de octubre del 2017, me he comprometido a varias cosas que poco a poco las voy logrando. Creo que mi vida es bastante complicada y lo que estoy intentando es **resolver cada obstáculo que me viene,** y lo tengo que pensar... la palabra comprometerse es bastante amplia, **yo me comprometo, a intentar tener una actitud más abierta de cara al futuro** y ya estoy trabajando en ello con los profesionales. Pero todo lleva su tiempo, **todos tenemos que comprometernos a tener unos valores y objetivos marcados,** tanto para encarar esta sociedad que, todavía, nos sigue rechazándo, bien sea por tu enfermedad o por tu problemática con las drogas… Yo gracias a Dios,- ya que cada profesional, tanto en la casa donde vivo como en el Centro de Día,- **voy encaminando mi vida a un futuro mejor, donde pienso y creo profundamente que puedo cambiar…**

Tengo una vida llena de obstáculos y sufrimientos, y estoy trabajando, tanto a nivel profesional como a nivel personal, el **ir cambiando y moviendo fichas para obtener resultados beneficiosos.** Esta es mi realidad y cada día que me levanto y no pienso en drogas ni en cosas que yo se que me van a perjudicar, **para mí cada día es una victoria…**

Siempre con ayuda de profesionales y personal, gracias a dios me considero una persona valiente, con unos valores que he ido obteniendo poco a poco y quiero seguir en esa línea…

Hoy por hoy estoy comprometida con migo misma a cambiar mi estilo de vida y una vez mas con la ayuda de profesionales se que en un futuro puedo lograr muchas cosas beneficiosas para mi vida con el tema de voluntariado eso es algo, que todavía, no me lo he planteado, ahora mismo estoy en el centro de día de caritas, donde estoy haciendo un proceso, y estoy trabajando varias cosas, y una de ellas es el compromiso a largo plazo…

Yo no me niego a nada todo lo contrario, estoy abierta a todo, a pesar de que hay algo importante: y es bastante importante que es mi estado de salud, gracias a Dios, voy tirando, pero siento que cada día me veo mas limitada, hacer cosas que a mí me encantaría en un futuro, pero por mi estado de salud, no se si podré lograrlo…

Espero y deseo que se me entienda todo lo que escribo aquí, que quede claro que no me cierro a nada, y que estoy abierta a todo el compromiso, que para mi, me vaya a beneficiar, así que no puedo poner mucho mas de lo que he escrito en esta hoja.

Espero de corazón poder comprometerme, con cada cosa que se me plante, yo soy una mujer luchadora y espero tener las armas necesarias y las herramientas para seguir luchando por mis objetivos y sueños que todavía están hay, asíque sin mucho más que añadir, vuelvo a repetir, yo estoy abierta a cualquier compromiso que se me proponga, dentro de mis limitaciones aunque para mi nada es imposible…

Soy una persona creyente y creo que Dios, siempre me hecha su mano para ayudarme a caminar…

Me piden que escriba unas líneas del cambio personal. Enfrentarse a este lienzo vacío, que es un folio en blanco da miedo.

Volver la mirada atrás y recorrer los paramos del ayer, nunca fue una tarea fácil. Recorrer los áridos surcos del camino y contemplar las ausencias, las derrotas y también las victorias, no es un ejercicio inocuo ni tampoco sencillo, porque nunca fue fácil transitar los senderos del cambio. Sobretodo añoro el trecho del camino en que me acompañaba la inocencia; al final los hombres por un camino y otro siempre la extrañamos.

Fue la inocencia, una compañera imprescindible en el viaje, que me susurraba al oído justo cuando más la necesitaba, que los esfuerzos, los desvelos y las lágrimas vertidas acabarían mereciendo la pena. Yo la creía, necesitaba creerla, pues en verdad esta es una carretera muy mal señalizada y un trecho se recorre a oscuras.

Con frecuencia pienso que me gustaría que este titánico ejercicio transmutara los esfuerzos, los logros en cosas que pudiera tocar, pero me temo que este es un camino más espiritual. Y es entonces cuando vuelvo los ojos hacia dentro, a esa encrucijada del ser, ese punto entre el estomago y el diafragma donde se anudan las emociones y veo que por fin está en paz. Es probable que no me acompañe la inocencia ya, pero seguro que lo hace el orgullo.

Con frecuencia las personas desconocemos las inercias que nos empujan, esa desconocida energía motriz que nos lleva a luchar incluso cuando parece que todo esta perdido ya.

Solo espero que "ESA FUERZA" que me ha estado acompañando, que seguro que estaba aquí hoy, continué ahí mañana.

Julio

Yo tengo **el compromiso de cambiar de estilo de vida**. ¿Cómo lo voy a trabajar? **Poniendo ilusión, esfuerzo y constancia,** uniendo lazos familiares para mantener una relación saludable. **A nivel personal tengo confianza en mí mismo.** Trabajarme más mis actitudes, aunque a día de hoy estoy satisfecho y asombrado por el esfuerzo y ganas que le estoy poniendo en mi cambio de vida; pues gano salud, bienestar y una vida estable con la sociedad, y conmigo mismo.

Ya tuve una vida desordenada y me tocó pagar las consecuencias con cárcel y celdas de castigo. Pues lo malo ya lo conocí, y **ahora tengo toda una vida por delante para descubrir lo bella que es la vida**. No quiero más castigos ni cárceles y mucho menos, la desgracia de la droga y el alcohol. Hoy en día llevo 28 meses sin consumir ningún tipo de drogas y no me ha sido fácil salir de ese mundo, de hecho soy consciente que lo tengo ahí para toda la vida; **pero con mi voluntad y constancia se que voy a conseguir mi objetivo.**

He elegido el camino de ser libre y disfrutar de la vida: la amistad, la alegría, la confianza de las personas, el amor... **Y sobre todo tener la seguridad en mi mismo de que puedo y quiero seguir caminando hacia una vida mejor.**

Santy

Por el tema de las drogas me metí en la mala vida estafando y perdí la familia, amigos, y todo en general, y acabé en prisión. Desde que estuve en prisión tuve muchos días para pensar en cómo era y cómo me gustaría volver a ser, entonces cambié mucho en todos los aspectos y **me propuse y me comprometí a pensar en una vida nueva mejor y cambiar totalmente toda la mala vida que llevaba.** Cuando Salí de prisión volví poco a poco a recuperar a mi familia y, en general, un poco todo lo que había perdido.

La verdad que ya di un cambio muy grande y pensaba, en aquellos días, que eso es lo que quería para mi y para mi futuro y que no quería nunca más llevar otra vez la vida que tuve. Salí de prisión y **empecé hacer el programa de Centro de Día y me sirve mucho de ayuda para prevenir y para saber manejarme mejor en la vida** y, hoy por hoy, puedo decir que a nivel personal me encuentro muy bien y muy contento, a nivel familiar la verdad que también todo muy bien: recuperé toda familia y hasta ahora puedo decir que están muy contentos de mi y de que haya cambiado a mucho mejor.

Ahora pienso en poder terminar el proceso de Centro de Día y poder pensar en un futuro mejor como cualquier persona: llevar una vida bien, buscar un trabajo, una buena chica y ser feliz. De mis actitudes negativas me gustaría cambiar mi agresividad y alguna cosa más que eso con los días ya lo voy trabajando y lo intento cambiar y, la verdad, que estoy muy contento de todo lo que estoy consiguiendo y no lo quiero perder por nada del mundo.

David

Me gustaría **cambiar mi estilo de vida a uno más sano**, porque llevo unos años en los que la droga y la delincuencia me han acarreado muchos problemas y, malos hábitos, que me han llevado a descontrolarme completamente, a pasar muy malas temporadas.

Al final quise pararlo y creo que el Centro de Día me ayudará bastante. **Uno de mis propósitos sería estabilizar mi vida,** como por ejemplo encontrar un empleo, independizarme y, por supuesto, no volver a caer en el mundo de la droga, las peleas y los robos, ya que no me aportan nada bueno y creo que debería trabajar cosas a nivel personal como es la responsabilidad para poder a empezar mi nueva vida. También me gustaría **olvidar un poco todo esto, todo mi pasado, aunque sé que con fuerza lo conseguiré para labrar mi gran futuro y este presente en el que me estoy comprometiendo.**

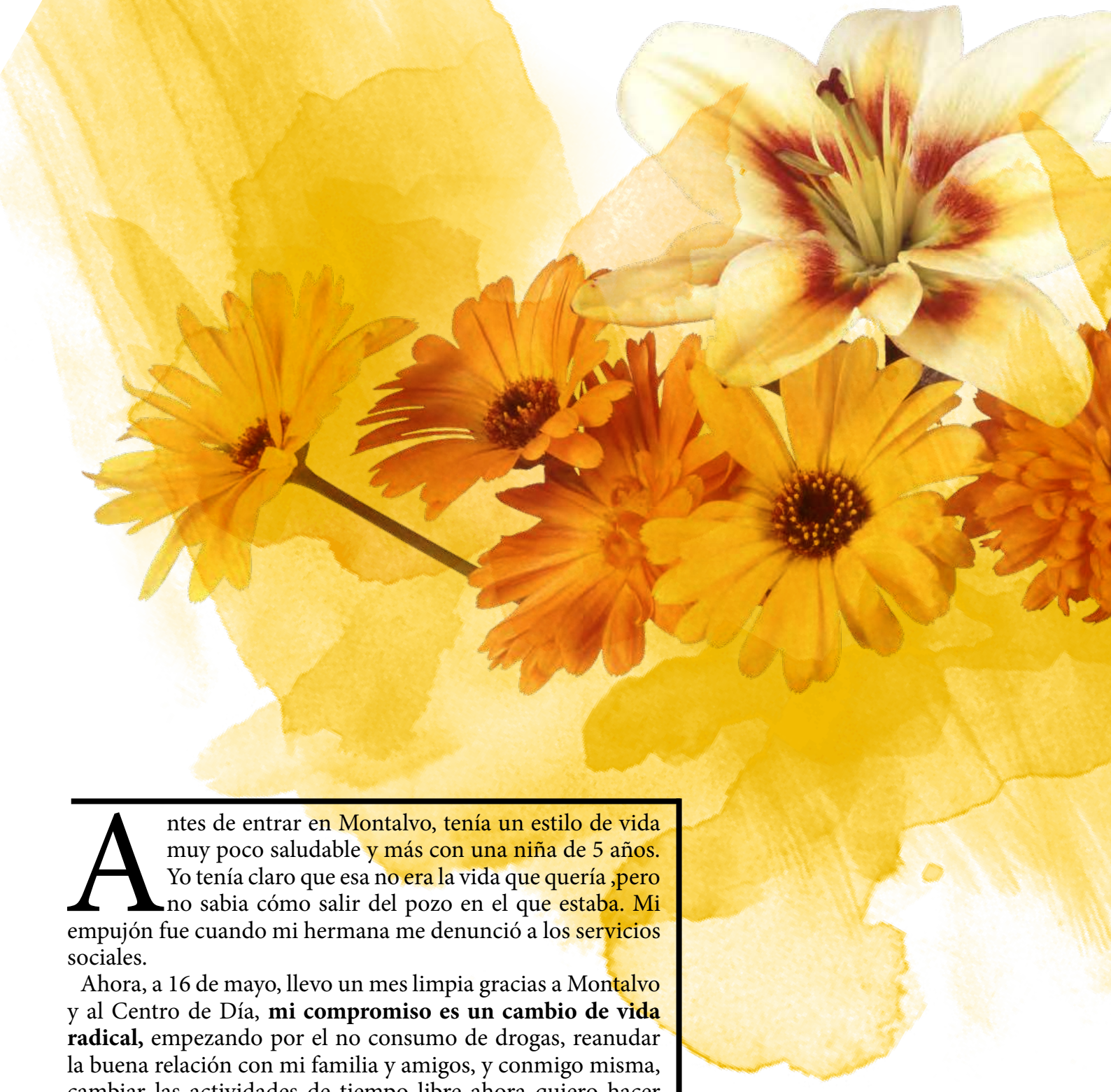
Nelson

Me he **comprometido** a nivel personal para **cambiar mi estilo de vida y mejorar como persona al venir al Centro de Día de Caritas**, en el cual, a nivel personal, trabajamos nuestras debilidades como adicciones o enfermedades crónicas y nuestras actitudes como la impulsividad, inseguridad, baja autoestima, etc.

A nivel tiempo libre trabajamos actividades como: deporte, yoga, pilates, manualidades etc. A nivel familiar actitudes como la confianza, la fidelidad, la sinceridad, etc…y a nivel general, trabajamos una reinserción laboral, pues muchos somos parados de larga duración.

E**s una manera de ver la vida llevada por unos valores y forma de ser:** humilde, de igualdad entre todos los pueblos del mundo. Empezando por el respeto, la solidaridad y la entrega, (en el voluntariado por ejemplo).

Yo me comprometo a ser más empática con todas las personas de mi grupo del Centro de Día de Cáritas y ayudar en las revisiones semanales para, así, **acabar el proceso con éxito.**



Antes de entrar en Montalvo, tenía un estilo de vida muy poco saludable y más con una niña de 5 años. Yo tenía claro que esa no era la vida que quería ,pero no sabia cómo salir del pozo en el que estaba. Mi empujón fue cuando mi hermana me denunció a los servicios sociales.

Ahora, a 16 de mayo, llevo un mes limpia gracias a Montalvo y al Centro de Día, **mi compromiso es un cambio de vida radical,** empezando por el no consumo de drogas, reanudar la buena relación con mi familia y amigos, y conmigo misma, cambiar las actividades de tiempo libre ahora quiero hacer deporte, y una vida normal con el resto del mundo. Quiero ser responsable de mí y de mi hija, seguir trabajando y poder vivir sin el estrés de las drogas y ese mundo.

También el tema de la sinceridad, porque la vida de las drogas te hace mentir mucho en una doble vida, quiero poder ir tranquila a los sitios, estar sentada en un banco en el parque o hacer cola en el supermercado sin perder los nervios. En definitiva una vida normal, trabajar y criar a mi hija y olvidar esta parte de mi vida para siempre.

María

Jordi

Es curioso para mí que salga este tema, puesto que después de salir de la U.P.D. de Los Montalvos e inmediatamente tras mi incorporación al Programa de Drogodependientes de Cáritas Diocesana de Salamanca, **siempre ha estado presente en mi cabeza la idea de poder hacer un voluntariado en esta organización.**

Me gustaría poder ayudar a personas con el mismo problema que, durante muchos años de mi vida he ido arrastrando yo, el consumo de drogas; me gustaría ayudar a aquellas personas que tengan claro que quieran curarse y tener otra vida mejor, personas que tenga ese problema y ante todo se dejen ayudar. Lo intentaría hacer de la siguiente manera: En primer lugar trataría de acercarme a esa persona para poder dialogar con ella, tratando de ganarme su confianza, después le hablaría de la U.P.D. Los Montalvos y de Centro de Día de Cáritas y ya por último, el siguiente paso, sería convencerla para que se viniese conmigo y ahí la dejaría en manos de los profesionales para que la ayudasen en todo lo que esté a su alcance.

Con total compromiso y altruistamente, **gracias a todos vosotros por ayudarme y por hacer que yo quiera hacer lo mismo.**

ENRIQUE ROSADO BEJARANO: VOLUNTARIO DEL CENTRO DE DIA DE ATENCION INTEGRAL DE LAS DROGODEPENCIAS DE CARITAS SALAMANCA

- Entendiendo que parte del compromiso es una promesa o una declaración de principios, ¿Cuáles son los principios que te mueven para adquirir dicho compromiso?

- Al adquirir el compromiso de mejorar el mundo que me rodea, me fundamenté en mis principios de ser útil a la sociedad poniéndome al servicio de los demás, al prójimo, al próximo, a los más necesitados. **Con la acogida, la cercanía, el acompañamiento y el respeto a la persona.**

- Por otra parte, el concepto de compromiso también hace referencia a una dificultad, por ejemplo, la renuncia o concesión de ciertas cosas. Con esto, ¿A qué recurres para incrementar dicho compromiso (y no dejar de estar motivado)?

- Efectivamente he tenido que renunciar a ciertos estereotipos que constantemente nos presenta la sociedad, el ambicionar solo el tener, la competitividad, pasar por encima del otro, etc… y me he dado cuenta que renunciando a todo eso y alguna cosa más, **el ser más que el tener me hace muy feliz,** dedicando parte de mi tiempo a los demás para mí es muy importante como persona. Para incrementar mi compromiso recurro al Evangelio, la opción por los necesitados, por los pobres y por la justicia.

- ¿Cómo sabes si estás haciendo lo correcto... ?

- Creo que estoy haciendo lo correcto en mi compromiso **cuando veo que los usuarios del centro van evolucionando, van dando pasos en su vida, se ven ilusionados con mi servicio, con mi apoyo, cuando vivo con ellos sus ilusiones y sus fracasos**. En una palabra cuando camino con ellos su proceso de valorarse a sí mismos e irse integrando en la sociedad.

- ¿Cómo te hace sentir el hecho de estar comprometido con Cáritas?

- Mis sentimientos son de felicidad y responsabilidad, felicidad por estar colaborando con una entidad Católica que tiene los mismos objetivos que yo tengo, ayudar a los más desfavorecidos, a los más necesitados. Y responsabilidad de la formación y medios que Caritas me ofrece, para poder ser más valido en mi servicio.

- ¿Qué te aportan las consecuencias (o los frutos) que se vierten a causa de haberte comprometido con Cáritas?

- El haberme comprometido con Caritas **me aporta ilusión,** pues veo que mis ideales y sueños de mis opciones personales Caritas me ayuda a cumplirlos. **Me siento muy agradecido** pues en este servicio el más beneficiado soy yo, como decía en otra respuesta me siento feliz con lo que puedo aportar para que otros sean un poco más felices.

- ¿Cuál crees que es el nivel de compromiso, con los demás, de la sociedad (individual y/o colectivo)?

- Es difícil evaluar el nivel de compromiso con los demás, con la sociedad, etc… Pero personalmente, si vale podría decir que mi nivel de compromiso es normal alto, pero siempre las expectativas pueden ser un poco más altas, dependiendo de las circunstancias que van surgiendo a lo largo de la vida.

- ¿Crees que si el concepto de compromiso de la sociedad para con los demás aumentara o, directamente, estuviera más presente cambiaría a mejor nuestra realidad social?

- Creo indudablemente que cambiaría y mejoraría la realidad social, si los políticos que manejan el dinero, si los centros sociales, si las diferentes organizaciones que saben cómo educar y como ayudar, si los voluntarios que saben cómo acompañar, **si toda la sociedad fuera consciente de que hay personas que necesitan de todos nosotros, entonces mejoraría la realidad social de todos.**

JOSE MARÍA RODRÍGUEZ ÁLVAREZ: SECRETARIO GENERAL DE CARITAS DIOCESANA DE SALAMANCA

- Entendiendo que parte del compromiso es una promesa o una declaración de principios, ¿cuáles son los principios que te mueven para adquirir dicho compromiso?

- Creo que podría resumirlos en los principios que aparecen en nuestro Modelo de Acción Social es decir; **saber que estamos inmersos en una gran tarea que tiene como finalidad la construcción de un mundo más justo y solidario**, que lo hacemos movidos por el amor a aquél que nos ha amado primero, que lo hacemos desde una lectura creyente de la realidad, que estamos llamados a aportar nuestro grano de arena para transformar el mundo y que lo hacemos en nombre y con la Comunidad.

- Por otra parte, el concepto de compromiso también hace referencia a una dificultad, por ejemplo, la renuncia o concesión de ciertas cosas. Con esto, ¿a qué recurres para incrementar dicho compromiso (y no dejar de estar motivado)?

- Creo que es un **compromiso comunitario;** es la comunidad, el equipo al que estás vinculado, el que muchas veces te sostiene, te renueva constantemente; por supuesto, también recurro a la **revisión de las motivaciones más profundas que hacen que te mantengas en ese compromiso**, y que en mi caso, son motivaciones de fe que intento alimentar con la oración, la participación activa en mi parroquia (Comunidad que invita y envía) y mi servicio en Cáritas.

- ¿Cómo sabes si estás haciendo lo correcto...?

- Intento preguntarme constantemente por lo que hago, estar siempre alerta y hacer un ejercicio sincero de revisión de por dónde va el compromiso, la coherencia existente con lo que se me pide, con lo que puedo aportar y, descubrir desde ahí mis fallos e intentar mejorar. En el equipo, intento estar abierto a lo que se dice, a las consecuencias de mis actos, y a las decisiones que tomo. **En Cáritas hacemos un ejercicio constante de revisión y evaluación para saber si nuestro enfoque, nuestro hacer, es el correcto.**

- ¿Cómo te hace sentir el hecho de estar comprometido con Cáritas?

- Tengo un sentimiento de agradecimiento al encontrarme con una entidad de Iglesia, que pone a la persona en el centro, que es enviada a sanar heridas, a restaurar relaciones, a crear comunidad, y reconocer, que aunque cueste es un don del Amor de Dios hacia todos nosotros. Este sentirnos amados, nos permite, como dice el Modelo de Acción Social, estar inmersos en la realidad de una forma determinada, poniendo a la persona en el centro y por lo tanto **sabiendo que nuestro compromiso es para y con los demás,** teniendo el convencimiento que no lo hacemos por nosotros mismos, que es el Señor el que nos envía y sostiene, ya que por nosotros mismos no somos capaces de nada. Pero a la vez mi compromiso me hace sentir, y lo vivo, como una gran responsabilidad.

- ¿Qué te aportan las consecuencias (o los frutos) que se vierten a causa de haberte comprometido con Cáritas?

- Me ayuda a construirme como persona, como creyente, a **optar por una determinada forma de estar en la sociedad.** Me ayuda a **situarme con mucha humildad** ante esos frutos, que son debidos no solo a nuestro esfuerzo, sino que son frutos del soplo del Espíritu que nos acompaña en todo momento, del trabajo de empoderamiento que hace cada persona que conforma Cáritas para mejorar las situaciones personales y sociales. Desde luego, cuando ves que las cosas salen, que las personas y los proyectos salen adelante, no puedes hacer otra cosa que estar agradecido.

- ¿Cuál crees que es el nivel de compromiso, con los demás, de la sociedad (individual y/o colectivo)?

- En una sociedad individualista, líquida, sin valores profundos y en general muy marcada por la inmediatez, por el resultado contable y materialista, afortunadamente **hay muchas personas y grupos que apuestan por su transformación, por conseguir una sociedad más igualitaria, justa y**

solidaria, donde se ponga fin a la sociedad del descarte, de la que nos habla el Papa Francisco.

Caminar por esta vía es ir contra corriente; pero no podemos renunciar a ser sembradores de Esperanza, a aportar nuestro esfuerzo de construcción del Reino, y no lo podemos dejar de hacer con otros.

- ¿Crees que si el concepto de compromiso de la sociedad para con los demás aumentara o, directamente, estuviera más presente cambiaría a mejor nuestra realidad social?

- Totalmente. Nuestra realidad, **nuestra sociedad cambiará desde el compromiso personal y comunitario que adquiramos.** Tenemos que trabajarnos mucho más este concepto y creo que **tendría que formar parte de nuestras "obligaciones" potenciar el compromiso para con los demás.** No tendría que ser solamente una opción, tiene que partir de nuestra obligación moral, más aún, desde una posición de fe. **Cambiar nuestra mirada, mirar la realidad desde las personas que más sufren, desde la periferia, y ser conscientes** de que nuestras opciones, nuestras actitudes pueden ayudar a mejorar o a empeorar la realidad social, ya es un primer paso para el compromiso, para mejorar el mundo, aunque, evidentemente, no podemos quedarnos ahí.

Buenos días! —dijo el **zorro.**

—¡Buenos días! — respondió cortésmente **principito** que se volvió pero no vio nada.

—Estoy aquí, bajo el manzano —dijo la voz.

—¿Quién eres tú? — preguntó el principito—. ¡Qué bonito eres!

—Soy un zorro —dijo el zorro.

—Ven a jugar conmigo — le propuso el principito—, ¡estoy tan triste!

—No puedo jugar contigo —dijo el zorro—, no estoy domesticado.

—¡Ah, perdón! — dijo el principito.

Pero después de una breve reflexión, añadió:

—¿Qué significa "domesticar"?

—Tú no eres de aquí — dijo el zorro — ¿Qué buscas?

—Busco a los hombres —le respondió el principito—. ¿Qué significa "domesticar"?

—Los hombres —dijo el zorro— tienen escopetas y cazan. ¡Es muy molesto! Pero también crían gallinas. Es lo único que les interesa. ¿Tú buscas gallinas?

—No —dijo el principito—. Busco amigos. **¿Qué significa "domesticar"?** —volvió a preguntar el principito.

—Es una cosa ya olvidada —dijo el zorro—, **significa "crear vínculos… "**

—¿Crear vínculos?

—Efectivamente, verás — dijo el zorro—. **Tú no eres para mí todavía más que un muchachito igual a otros cien mil muchachitos y no te necesito para nada. Tampoco tú tienes necesidad de mí y no soy para ti más que un zorro entre otros cien mil zorros semejantes. Pero si tú me domesticas, entonces tendremos necesidad el uno del otro. Tú serás para mí único en el mundo, yo seré para ti único en el mundo…**

—Comienzo a comprender —dijo el principito—. Hay una flor… creo que ella me ha domesticado…

—Es posible —concedió el zorro—, en la Tierra se ven todo tipo de cosas.

—¡Oh, no es en la Tierra! —exclamó el principito.

El zorro pareció intrigado:

—¿En otro planeta?

—Sí.

—¿Hay cazadores en ese planeta?

—No.

—¡Qué interesante! ¿Y gallinas?

—No.

—Nada es perfecto —suspiró el zorro.

Y después volviendo a su idea:

—Mi vida es muy monótona. Cazo gallinas y los hombres me cazan a mí. Todas las gallinas se parecen y todos los hombres son iguales; por consiguiente me aburro un poco. **Si tú me domesticas, mi vida estará llena de sol. Conoceré el rumor de unos pasos diferentes a todos los demás.** Los otros pasos me hacen esconder bajo la tierra; los tuyos me llamarán fuera de la madriguera como una música. Y además, ¡mira! ¿Ves allá abajo los campos de trigo? Yo no como pan y por lo tanto el trigo es para mí algo inútil. Los campos de trigo no me recuerdan nada y eso me pone triste. ¡Pero tú tienes los cabellos dorados y será algo maravilloso cuando me domestiques! El trigo, que es dorado también, será un recuerdo de ti. Y amaré el ruido del viento en el trigo.

El zorro se calló y miró un buen rato al principito:

—Por favor… domestícame —le dijo.

—Bien quisiera —le respondió el principito pero no tengo mucho tiempo. He de buscar amigos y conocer muchas cosas.

—Sólo se conocen bien las cosas que se domestican —dijo el zorro—. Los hombres ya no tienen tiempo de conocer nada. Lo compran todo hecho en las tiendas. Y como no hay tiendas donde vendan amigos, los hombres no tienen ya amigos. ¡Si quieres un amigo, domestícame!

—¿Qué debo hacer? —preguntó el principito.

—**Debes tener mucha paciencia** —respondió el zorro—. Te sentarás al principio un poco lejos de mí, así, en el suelo; yo te miraré con el rabillo del ojo y tú no me dirás nada. El lenguaje es fuente de malos entendidos. Pero cada día podrás sentarte un poco más cerca…

El principito volvió al día siguiente.

—Hubiera sido mejor —dijo el zorro— que vinieras a la misma hora. Si vienes, por ejemplo, a las cuatro de la tarde; desde las tres yo empezaría a ser dichoso. Cuanto más avance la hora, más feliz me sentiré. A las cuatro me sentiré agitado e inquieto, descubriré así lo que vale la felicidad. Pero si tú vienes a cualquier hora, nunca sabré cuándo preparar mi corazón… Los ritos son necesarios.

—¿Qué es un rito? —inquirió el principito.

—Es también algo demasiado olvidado — dijo el zorro—. Es lo que hace que un día no se parezca a otro día y que una hora sea diferente a otra. Entre los cazadores, por ejemplo, hay un rito. Los jueves bailan

con las muchachas del pueblo. Los jueves entonces son días maravillosos en los que puedo ir de paseo hasta la viña. Si los cazadores no bailaran en día fijo, todos los días se parecerían y yo no tendría vacaciones.

De esta manera el principito domesticó al zorro. Y cuando se fue acercando el día de la partida:

—¡Ah! —dijo el zorro—, lloraré.

—Tuya es la culpa —le dijo el principito—, yo no quería hacerte daño, pero tú has querido que te domestique…

—Ciertamente —dijo el zorro.

—¡Y vas a llorar!, —dijo él principito.

—¡Seguro!

—No ganas nada.

—Gano —dijo el zorro— he ganado a causa del color del trigo.

Y luego añadió:

—Vete a ver las rosas; comprenderás que la tuya es única en el mundo. Volverás a decirme adiós y yo te regalaré un secreto.

El principito se fue a ver las rosas a las que dijo:

—No son nada, ni en nada se parecen a mi rosa. Nadie las ha domesticado ni ustedes han domesticado a nadie. Son como el zorro era antes, que en nada se diferenciaba de otros cien mil zorros. Pero yo le hice mi amigo y ahora es único en el mundo.

Las rosas se sentían molestas oyendo al principito, que continuó diciéndoles:

—Son muy bellas, pero están vacías y nadie daría la vida por ustedes. Cualquiera que las vea podrá creer indudablemente que mí rosa es igual que cualquiera de ustedes. Pero ella se sabe más importante que todas, porque yo la he regado, porque ha sido a ella a la que abrigué con el fanal, porque yo le maté los gusanos (salvo dos o tres que se hicieron mariposas) y es a ella a la que yo he oído quejarse, alabarse y algunas veces hasta callarse. Porque es mi rosa, en fin.

Y volvió con el zorro.

—Adiós —le dijo.

—Adiós —dijo el zorro—. He aquí mi secreto, que no puede ser más simple: **sólo con el corazón se puede ver bien; lo esencial es invisible para los ojos.**

—Lo esencial es invisible para los ojos —repitió el principito para acordarse.

—**Lo que hace más importante a tu rosa, es el tiempo que tú has perdido con ella.**

—Es el tiempo que yo he perdido con ella… —repitió el principito para recordarlo.

—Los hombres han olvidado esta verdad —dijo el zorro—, pero tú no debes olvidarla. Eres responsable para siempre de lo que has domesticado. Tú eres responsable de tu rosa…

—Yo soy responsable de mi rosa… —repitió el principito a fin de recordarlo.

REFLEXIONANDO

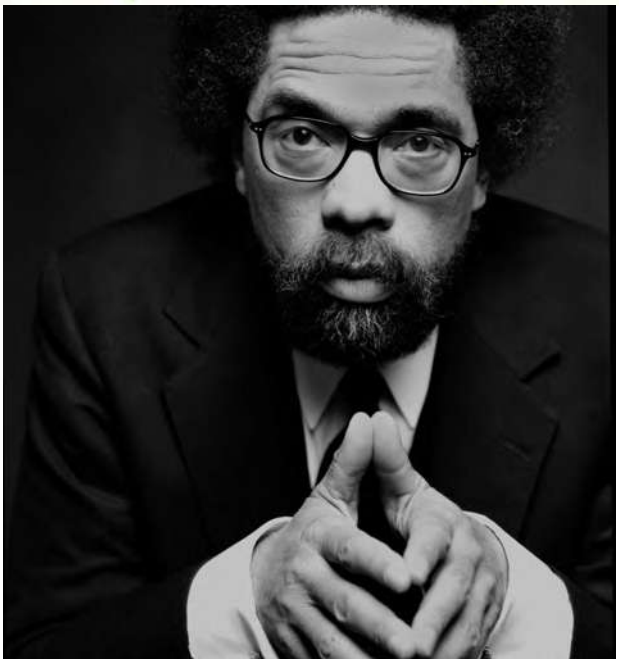
"Ser libre no es meramente soltarse las cadenas, sino vivir de una manera en la que se respete y se amplíe la libertad de los otros"

"Sólo se aguanta una civilización si muchos aportan su colaboración al esfuerzo. Si todos prefieren gozar el fruto, la civilización se hunde"

"Cuando estás rodeado de personas que comparten un compromiso apasionado en torno a un propósito común, todo es posible"

"La libertad no es la ausencia de compromisos, sino la habilidad de elegir, y comprometerme yo mismo con lo que es mejor para mi"

"Tenemos que reconocer que no puede haber relaciones a menos que haya un compromiso, a menos que haya lealtad, a menos que exista el amor, la paciencia, la persistencia"



"El compromiso es la respuesta valiente de quienes no quieren malgastar su vida, sino que desean ser protagonistas de la historia personal y social"

Tu compromiso mejora el mundo

Caridad 2018
www.caritasalamanca.org

Con la colaboración de:
Obra Social "la Caixa"

Tu compromiso mejora el mundo

Cáritas
Diocesana de
Salamanca