



ACOMPañAR A PARTICIPANTES EN EXPERIENCIAS DE ENCUENTRO CON MIGRANTES.

Como comunidad (CVX) una de nuestras prioridades es estar al lado de las personas más vulnerables y nos sentimos especialmente llamados a trabajar en la acogida al inmigrante. Queremos dar respuesta al sufrimiento de tantas personas que desean vivir entre nosotros e integrarse en nuestra sociedad.

Entre las acciones que realiza CVX en el ámbito de las migraciones, una que nos parece esencial, es la de promover experiencias de encuentro con migrantes. Queremos articular y acompañar toda una oferta de experiencias para jóvenes, adultos y familias que quieran entrar en contacto con la realidad de las migraciones. Con ello queremos, contribuir a cambiar miradas, a cambiar corazones y así cambiar nuestro entorno.

Que entendemos por experiencia de encuentro.

Por experiencia de encuentro entendemos todas esas actividades que facilitan la aproximación, la comunicación y la relación con las personas migrantes. Estas experiencias pueden ser muy variadas. Desde actividades guiadas, estructuradas y elaboradas para facilitar esos acercamientos a los migrantes y a su realidad. Hasta experiencias menos estructuradas pero que permiten la cercanía y el conocimiento de los migrantes. En todo caso concebimos estos

encuentros como experiencias vividas desde un sentido de fraternidad universal.

Estas experiencias pueden ir dirigidas a una gran diversidad de personas. Tanto a jóvenes, como a adultos, tanto miembros de CVX, como a otras personas con nuestra misma o distinta espiritualidad, e incluso a personas no creyentes que desean hacerse más sensibles y conocer de primera mano la realidad de los migrantes.

El ámbito de la experiencia puede ser muy variado. Hay algunas que se realizan a nivel local, pero también otras que se organizan en un ámbito nacional e incluso europeo. Estas además, pueden estar impulsadas por la propia comunidad (CVX), realizadas en colaboración con otros y además podemos proponer o participar en experiencias organizadas por otras entidades.

Entre las que ya se han puesto en marcha tenemos distintos ejemplos: Ruta Tarik Emaús, Casa Mambré, Acompañamiento a Familias Afganas.

¿Por qué es importante acompañar las experiencias de encuentro?

El acompañamiento es uno de los pilares fundamentales de nuestra espiritualidad, de nuestro carisma ignaciano, de nuestro modo de proceder y es algo que queremos ofrecer también a otros.



Desde nuestra espiritualidad entendemos al hombre y la mujer como seres en búsqueda; búsqueda de felicidad, búsqueda de sentido, búsqueda de nuestro propio lugar en el mundo.

Esa búsqueda tiene como punto de partida el vivirnos como criaturas amadas y llamadas por Dios. Conscientes de ser amados gratuitamente y del don y la gracia que esto supone para nosotros, de esta consciencia surge la respuesta agradecida a Aquel que nos amó primero. Respuesta que nos lleva a descubrir y abrazar la voluntad de Dios que nos invita a seguirle como discípulos. En este seguimiento nos sentimos especialmente urgidos a entregarnos a los que sufren la pobreza y marginación.

En este sentido la pedagogía ignaciana parte del contacto con la realidad. Ignacio habla de probaciones. Experiencias que afectan a quienes las viven. Como CVX queremos buscar modos concretos de experimentar así en el mundo. Las experiencias de encuentro, desde las más cotidianas, a las más extraordinarias nos invitan a buscar esa presencia y llamada de Dios en nuestra vida. Por ello es importante aprender a descubrirlo en cada momento, en cada situación que vivimos, encontrarle en cada relato de vida, especialmente cuando nos acercamos a las realidades más sufrientes, a las realidades de exclusión y marginación.



Por otro lado para dar respuesta a este deseo de buscar y hallar a Dios en todas las cosas nuestra espiritualidad nos ofrece una serie de medios: el examen del día, los EE.EE, el acompañamiento...

El acompañamiento por lo tanto, lo entendemos como un medio fundamental que nos ayuda a profundizar en lo que vivimos, a crecer en consciencia de lo que surge en nosotros y también a dar la dimensión y perspectiva a esas vivencias. Por otro lado, las experiencias de encuentro con las personas migrantes, en ocasiones producen un gran impacto personal, por lo que es necesario que sean adecuadamente acompañadas.

En este sentido nos parece importante tener nuestro modo específico de ACOMPAÑAR EXPERIENCIAS. Este es por lo tanto el objetivo de estas páginas, el dotarnos de herramientas que nos permitan acompañar a las personas que las realizan.

CLAVES PARA ACOMPAÑAR A LOS PARTICIPANTES EN EXPERIENCIAS DE ENCUENTRO.

Compartimos algunas de las claves necesarias para un mejor acompañamiento, estas son fruto de la experiencia de muchas personas de la comunidad que concretan un modo de proceder y de estar en el mundo.



Entendemos que hay que atender a dos dimensiones que son complementarias:

Por un lado lo que llamamos **dimensión vertical**, que tiene que ver con ayudar a que la persona profundice en lo que va viviendo y experimentando. Como acompañantes hemos de favorecer que lo que vive la persona no se quede en la superficie, ni únicamente en los sentimientos más o menos impactantes que pueden surgir en un momento concreto. Por ello hemos de facilitar que las personas puedan ahondar en la experiencia y en todo lo que de ella surge.

Pero además hemos de promover que la experiencia no sea algo desconectado de su propio proceso personal, de la dinámica de su propia vida, sería lo que llamados **dimensión horizontal**. Es una dimensión que nos hace caer en la cuenta de cómo una experiencia concreta se inserta en el propio itinerario vital y espiritual. Por ello es importante que haya un acompañamiento en **el antes, durante y después de la experiencia**. Y desde ahí surge también la invitación a utilizar **el discernimiento** para las búsquedas y llamadas que puedan haberse despertado en la persona con la experiencia vivida.

Estas dos dimensiones que hemos distinguido a efectos explicativos están interconectadas, no son algo que hayamos de abordar de manera independiente en el acompañamiento, pues como veremos se relacionan entre sí de manera constante.

I. DIMENSIÓN VERTICAL. Herramientas para ayudar a profundizar en la experiencia.

Para ayudar a profundizar en la experiencia es importante que el acompañante despliegue toda una serie de actitudes que facilitan, por un lado, que el participante pueda comunicar lo que vive y por otro que pueda ir poco a poco ahondando en eso que experimenta.

Alguna de estas actitudes son las siguientes:

a) LA ACOGIDA.

La acogida es una actitud global que incluye:

- **La actitud física**, que tiene lugar fundamentalmente a través de la comunicación no verbal: distancia interpersonal de respeto, organización del espacio, postura (hacia adelante mostrando interés), gestos de apertura, mirada respetuosa, tono de voz adecuado....

Para realizar una buena acogida es fundamental **crear un clima** de cercanía y confianza sinceras.

- La acogida supone **la aceptación incondicional** de la persona. El acompañante acoge a la persona que hace la experiencia, tal y como es, tal y como está en ese momento, con su forma de ser, su situación vital, su sentido de vivir. Desde ahí es importante estar abierto a lo que el otro nos quiera y pueda revelar. Supone dejarnos a un lado y sobre todo dejar a un lado los estereotipos o prejuicios que nos pueden surgir con respecto a la persona. Requiere ponernos entre paréntesis. En este sentido como dice Darío Moya es importante

“hacer al otro el protagonista”, desde el respeto profundo de la otra persona con toda su dignidad. Esto supone además, ir al paso del acompañado, sin adelantársele, ir a su ritmo.

- Finalmente acoger supone también el **apoyo afectivo y efectivo**. Acoger y acompañar dificultades concretas, necesidades personales, desánimos, preguntas... La acogida en definitiva nos lleva a promover el encuentro con el otro, con lo que le pasa, con lo que le preocupa, estar abierto a sus búsquedas.

b) LA ESCUCHA EMPÁTICA.

Para acompañar a quienes realizan estas experiencias es fundamental caminar con la persona a la que acompañamos con una actitud de escucha. Una escucha global que incluye lo que dice, pero también lo que no expresa con palabras. Se trata de intentar escuchar al otro en toda su globalidad.

“Se escucha con eficacia cuando se hace silencio dentro de sí interesándose realmente por el otro intentando comprender el significado de sus palabras. Cuando ponemos entre paréntesis las comunicaciones “intra-psíquicas” que piden derecho de ciudadanía dentro de nosotros mismos. Cuando dejamos de lado nuestra tendencia a responder a todo queriendo ofrecer soluciones. Se

escucha respetando y soportando el silencio, acogiéndolo como un momento precioso de la comunicación, leyendo en él el mensaje que encierra.”¹

Para ello es necesario atender:

- Al **contenido**. A lo que dice, tratando de entender y comprender lo que relata.
- A lo que **siente**. A los sentimientos que se le han despertado en la experiencia que comparte. Además a los sentimientos que le surgen durante la conversación con el acompañante.
- A lo que piensa. Al **significado y el sentido** que le da a lo que está viviendo y experimentando.
- A lo que **busca**. A lo que espera y desea tanto del encuentro de acompañamiento en ese momento, como a lo que busca en la experiencia concreta que está viviendo. En parte lo que busca con la experiencia lo puede haber manifestado en un momento anterior o inicial de la experiencia.

¿Cómo facilitamos que nuestra escucha sea empática?:

- En primer lugar, hemos de escuchar tanto lo que expresa, como lo que no se expresa con palabras, atender a la **comunicación no verbal de la persona**. En ocasiones, un gesto, un silencio, un comentario dicho a medias, dicen mucho más que las palabras.

¹ “Bermejo. José Carlos. La escucha que sana. Ed San Pablo.

- Por otro lado, si hemos de realizar alguna pregunta, estas pueden ser **aclaratorias** para poder comprender lo que está viviendo la persona. Preguntas que pueden tener que ver con elementos que no se conocen de la experiencia vivida, del contexto, de su persona, de su historia vital...

- La actitud empática se pone de manifiesto fundamentalmente en las **respuestas del acompañante**, respuestas que también se expresan de forma no verbal, al acoger con amabilidad a la persona entera. En estas respuestas lo importante es reflejar lo que el otro dice. Recoger el contenido de manera sencilla y clara. Recoger los sentimientos expresados y vividos por la persona. Reflejar también lo que busca, pidiendo en ocasiones que lo explicita antes de hacer la devolución.

Expresamos la vivencia del acompañado sin juicios ni valoraciones personales. Validamos sus sentimientos. Le devolvemos la luz y las sombras de lo que ha comunicado.

c) **LA PROFUNDIZACIÓN.**

Supone ayudar a ahondar en lo vivido, en lo experimentado.

No podemos perder de vista que si la persona está viviendo una situación impactante, la profundización va a ser lenta, porque aún no están preparados.

Por ello hemos de facilitar que pueda poner palabras y desde ahí poder ir

descubriendo a dónde y a qué le conduce. A veces ayudar a que se hagan conscientes de qué se les está removiendo, es un pequeño paso para poder iniciar esa profundización.

Ayuda a la profundización las preguntas abiertas, también subrayar algo que ha comentado o lo que más repite. En estas ocasiones las preguntas irán encaminada bien a clarificar lo que ha relatado, bien a que vaya ahondando en lo que vive, sobre todo en aspectos como:

- Lo que quiere. Lo que busca. Sus expectativas. Lo que le mueve. Esto, como hemos comentado, quizá lo ha explicitado ya antes o al inicio de la experiencia.

- Lo que siente. Ayudar a que pueda poner nombre a los sentimientos que le van surgiendo le ayuda a hacerse más consciente de ellos y también a irlos elaborando al expresarlos y darles significado.

- El significado y el sentido que le da a las cosas que vive y experimenta.

Por otro lado, para profundizar es importante ayudara **personalizar** lo que se vive:

- Identificar lo que vive en relación a su situación vital en este momento y período de su vida. Estar atento como acompañante a si se enlaza con la motivación que ha expresado en relación a participar de esta experiencia en este momento de su vida.
-

- Qué visión de sí emerge en la situación que está viviendo y experimentando. Qué dice de él o de ella lo que está viviendo, sintiendo, desde la com-pasión, el cuidado y respeto a su persona, con ternura. Que visión surge de sí mismo ante el mundo y ante Dios.
- Que dice de su identidad, de quién es, de su vocación. Qué llamadas se le plantean. Quizás sea bueno, que haya en algún momento una oración que hable de la identidad, qué es, cómo se construye, desde el otro que nos nombra.

II. LA DIMENSIÓN HORIZONTAL DE LA EXPERIENCIA.

Es necesario situar lo que está viviendo la persona en el itinerario de su propia vida, pues la experiencia y el encuentro con el otro no se produce en el vacío, no quiere ser un paréntesis en nuestra existencia, sino algo que la enriquezca, que se inserte en nuestro proceso vital y en el caso de ser miembro de CVX, en el ser y vivirse como CVX. Queremos que las experiencias de encuentro sean transformadoras de la propia persona.

Por ello hemos de tener muy presentes *el antes, el durante y después de la experiencia de encuentro.*

EN EL ANTES. Es importante que en un momento previo o al menos al iniciar la experiencia, la persona se haga consciente de cómo y porque ha llegado hasta allí. En este sentido sobre todo en experiencias más

estructuradas, es fundamental que haya uno o varios momentos previos, a través de algún encuentro, de un tiempo de oración, de alguna ficha preparatoria en la que la persona se pueda disponer para lo que va a vivir y puede caer en la cuenta de cómo llega a la experiencia. Esto le va a ayudar a disponer su persona, a disponer su corazón para lo que está por llegar y vivir con y junto a otros.

EN EL DURANTE. Hemos de tener en cuenta:

- **La situación vital** de la que parte la persona a la que se acompaña. Situación que tiene que ver con su día a día. Por ello es fundamental tener en cuenta aspectos tales como: la edad y estado civil, si estudia o trabaja, si está en algún aspecto de su vida se encuentra en un momento de búsqueda o cambio personal
- El **sentido** que le da a las cosas, a lo que vive, a la propia vida. Siendo conscientes de que hay tantos sentidos como personas.
- Además, es importante ir conociendo a la persona del acompañado y facilitar que se vaya conociendo a sí mismo, que vaya reconociendo **sus fortalezas personales.**

“Se ha constatado que algunas fortalezas están más relacionadas con la felicidad y la satisfacción con la vida que otras: el amor, la esperanza y la vitalidad fueron las fortalezas que en mayor medida se asociaron con la satisfacción vital dan sentido a la vida, reducen el vacío y la anomia presente en muchas

sociedades desarrolladas, reducen la depresión y la ansiedad y aumentan la autoestima, la empatía, el control emocional y la toma de perspectiva. Las fortalezas transcendentales permiten establecer relaciones más profundas con los demás, y fomentan la responsabilidad y el comportamiento pro social.²

EN EL DESPUES. También consideramos que puede ser importante que la persona continúe acompañándose una vez finalizada la experiencia, sobre todo si han surgido mociones o llamadas significativas para su vida. En ese caso entra en juego el discernimiento ignaciano.

Señalar finalmente que estas dos dimensiones: vertical y horizontal, que hemos diferenciado a efectos explicativos, están en continua interconexión. Se mezclan y se relacionan. No se pueden separar. De hecho cuando ayudamos a que la persona profundice en la experiencia (dimensión vertical), normalmente también da lugar a que se vaya haciendo consciente del valor que lo vivido adquiere en la propia vida, en nuestro itinerario vital y desde ahí pueden surgir búsquedas o llamadas en las que seguir trabajando y profundizando con el acompañante.

²Fortalezas personales y vida con sentido: aportaciones para el acompañamiento Alfonso Salgado Ruiz

III. EL DISCERNIMIENTO. Buscar la voluntad de Dios.

La experiencia de encuentro puede hacer surgir en los participantes toda una serie de sentimientos, pensamientos, emociones, mociones y llamadas a las que es necesario atender. Hemos de ayudar a que los que realizan las experiencias puedan ver que les está diciendo el Señor con lo vivido y con todo lo que está surgiendo en ellos.

El proceso que se vive en los Ejercicios espirituales tiene mucha similitud con esto. Dice Cabarrús que “En los Ejercicios, “Experimentar” es fundamental y determinante. Tres verbos ejes son cruciales en el camino de experimentar en los Ejercicios: “sentir” -dejar que mi sensibilidad vibre de la misma manera que vibra la de Jesús-, “hacer” - hacer con y como Jesús, en el horizonte de que venga el Reino- y “padecer” -consecuencia lógica de pretender el Reino a la manera de Jesús frente al poder de este mundo que lo ahoga y solo se entienden desde la construcción del Reino³”

Por ello, proponemos el uso de las herramientas propias del discernimiento sobre todo en él durante y el después de la experiencia. Este proceso lo vivimos en clave al “discernimiento nuestro de cada día” como decía Pep Baquer, respecto al examen diario.

³Carlos Rafael CABARRÚS, “La Espiritualidad ignaciana es laical, Apuntes sobre Ignacianidad”

-El discernimiento es un **ejercicio** espiritual a través de la percepción y análisis de las mociones la persona puede llegar a descubrir la voluntad de Dios y orientar la voluntad hacia Él. Se trata de **afinar la sensibilidad**, entrenarnos para mirarnos a nosotros mismos.

Tener familiaridad con el lenguaje de todas las sensaciones de nuestro cuerpo, sentires y pensamientos imaginables en nuestra mente y con el lenguaje de la interioridad: las mociones.

Ser capaz de ponerles nombre y saber comunicarlas. Porque creemos en un Dios al que se puede buscar y alcanzar, un Dios código, Dios respuesta, Dios con nosotros, Dios de nuestra historia, “derramado en nuestros corazones” (Rm, 5) Dios Espíritu Santo eficaz que habita, trabaja, labora (Contemplación para alcanzar Amor, EE 235) en nuestra historia, en nuestra vida.

“El discernimiento se funda en la convicción de que Dios está actuando en la historia del mundo en los acontecimientos de la vida, en las personas que encuentro y me hablan” (Francisco, 28/11/18)

Dios está en el discernimiento alentando el deseo de su búsqueda, hablando con la persona que está viviendo la experiencia, suscitando mociones, confirmando el proceso... de hecho se puede decir que es el “hábitat o atmósfera en la que se

desarrolla todo”, pero es necesario el **silencio** para poder escuchar a Dios, a los demás, a la realidad y sus circunstancias y la **oración** para interpretar lo escuchado a la luz de la Palabra y del Espíritu.

¿Cómo disponerse para discernir?

Para todo esto son necesarias una serie de disposiciones humanas psicológicas y espirituales, que se pueden descubrir en una entrevista previa a la experiencia y en reuniones de acompañamiento con la persona. Se espera de la persona que quiere iniciarse en la experiencia o que tiene deseo y voluntad de participar en la misma algunas de estas actitudes vitales:

- En primer lugar, la **intención** con la que se vive la experiencia, “...en cuanto es de nuestra parte, ha de ser simple, solamente mirando para lo que soy criado” [EE 169], “el hombre es criado para alabar, hacer reverencia y servir a Dios N.S.” [EE 23]
- La **indiferencia**, que en el sentido ignaciano significa lucidez sobre mi propia situación con respecto al objeto. Es una madura y sana toma de distancia de mis afectos o intereses (+/-). Respeto por la realidad.
- **Mirada bondadosa** a la realidad: “Cómo las tres personas miraban toda la planicie o redondez de la tierra” [EE 102] junto con el **deseo misionero**: “Hagamos redención” [EE 107]
- **Generosidad**: grande ánimo y liberalidad
- **Verdad**: sinceridad/honestidad

- **Confianza** en el Espíritu
- **Apertura** al bien mayor y más universal

El proceso de discernimiento lo propone vivir en sus **tres momentos**: Reconocer, Interpretar y Elegir.

- Para **reconocer** pido luz para conocer **lo que hay** tal y como es. Honestidad con lo real que sucede en mi cuerpo, mente y espíritu. Poniendo nombre a lo que experimento. ¿Dónde y cómo estás presente/ausente aquí, Dios mío?
- Para **interpretar** pido luz para conocer **hacia dónde** me envía el Espíritu desde esta realidad que vivo. ¿A qué me llamas? ¿Hacia dónde he de dirigir mis pasos, Dios mío?
- Para **elegir** pido luz para conocer **qué tengo que hacer** en concreto para responder a Tu llamada. ¿Qué tengo que hacer, Dios mío?

IV. HERRAMIENTAS IGNACIANAS PARA VIVIR UNA EXPERIENCIA DE ENCUENTRO.

Realizamos aquí algunas propuestas que se pueden hacer a los participantes de experiencias de encuentro. Propuestas que pueden facilitar que estas experiencias se vivan en clave de oración y desde el encuentro con el Señor.

○ **LA CONTEMPLACIÓN.**

Todo lo que vivimos va afectando a nuestra identidad, configurando nuestra vocación. Lo que vivimos lo vamos procesando a través de nuestros sentimientos y pensamientos y le damos un significado. Desde estos significados, si ahondamos un poco más podemos llegar a vislumbrar desde un punto de vista más amplio, un sentido. Y desde un punto de vista más espiritual, ver qué nos dice el espíritu desde ahí. Como afirma Darío Moya, " Ser contemplativo posibilita que nuestra cotidianeidad se abra a la experiencia de Dios, que quede iluminada por ella."

El proceso para vivir la experiencia desde la contemplación puede ser el siguiente:

- **Hacer memoria** de lo vivido. Afirma Darío Moya *que "lo que pretendemos con nuestra actitud y ejercicio de contemplar la historia cotidiana es el "conocimiento interno" de las cosas, las situaciones, las personas que contemplamos", "Contemplamos para conocer en profundidad, con un conocimiento que nos lleve hasta lo interior, hasta el fondo de lo que contemplamos, y con un conocimiento que nos llegue también a nosotros mismos hasta lo interior"*⁴
- Invitar a **pasar por los sentidos** la experiencia vivida. "Mirar, escuchar, oler, gustar, tocar...-cuántos más sentidos apliquemos más completo será nuestro conocimiento de aquello que contemplamos." Dado

³ HORIZONTES DE VIDA (VIVIR A LA IGNACIANA) Darío MolláLlácer, sj.

ese primer paso, hay que entrar a «considerar», a valorar, a caer en la cuenta del peso y el valor de lo que los sentidos nos han aportado, de su significado: aplica a esta realidad, tal como tus sentidos la han percibido, tu inteligencia, tus criterios y valores, tu sentido de la vida”⁵

- Invitarle a ver, además de lo que ha pasado, **lo que le ha pasado a él** y cómo le ha **afectado** lo vivido. *“Contemplar es una manera de que nuestra sensibilidad se deje afectar, se deje tocar, por la realidad; es decir, se deje cambiar”.*

“Sucede también muchas veces que nuestra contemplación de una historia humana mueve nuestros afectos, nos implica afectivamente con aquello que contemplamos o nos resitúa afectivamente de otro modo. O para bien o para mal. O para acercarnos más o para hacernos más distantes, aunque la experiencia dice que en el caso de la contemplación de personas e historias personales la contemplación nos suele situar en zonas afectivamente más comprometidas y próximas a las que estábamos antes de ellas.”⁶

Ser contemplativo supone caer en la cuenta de cómo se ha visto afectado por la experiencia de encuentro vivida. Y este verse afectado se puede dar a distintos niveles:

- o A un **nivel más corporal**. Lo que vamos viviendo provoca en nosotros sensaciones diversas, emociones

⁵HORIZONTES DE VIDA (VIVIR A LA IGNACIANA) Darío MolláLlácer, sj.

⁶ HORIZONTES DE VIDA (VIVIR A LA IGNACIANA) Darío MolláLlácer, sj.

corporales que procesamos y a las que hay que atender.

Es importante hacer consciencia sobre estas sensaciones que hemos vivido.

- A **nivel psíquico**. Las experiencias y situaciones vividas despiertan en nosotros sentimientos, afectos, creencias, de los que también es bueno hacerse consciente. En ocasiones es necesario clarificar estos sentimientos para no quedarnos bloqueados por ellos, sobre todo en casos de experiencias que pueden ser intensas.
 - A **nivel espiritual**. “Ignacio le pide al orante que dialogue esos sentimientos con el Señor y que le pida, sobre todo, que aquello que ha conocido más hondamente de Él le ayude a amarle y seguirle”⁷
- Desde ahí se puede invitar a **REFLECTIR**. La consciencia de lo que vamos viviendo, de cómo nos va afectando lo que vivimos, del significado que va adquiriendo para nosotros y para nuestra vida, que preguntas nos plantea.

⁷ HORIZONTES DE VIDA (VIVIR A LA IGNACIANA) Darío MolláLlácer, sj.



Todo esto también nos devuelve una imagen de nosotros mismos.

Las situaciones que vivimos puede cambiar la imagen que tenemos de nosotros mismos y del mundo.

- **EL EXAMEN IGNACIANO** es un buen instrumento para ayudar a vivir desde la consciencia. Nos dispone para discernir el paso de Dios por nuestra vida. Es una oración en la que se nos invita a contemplar lo que ha sucedido en el día, a interiorizar y poder ver el paso de Dios. Nos puede facilitar el recoger la experiencia de encuentro, a buscar y hallar a lo que Dios nos llama.

-

Recoger la experiencia, a través de un repaso, registro, evaluación del día, nos ayuda a tomar conciencia y avanzar. Algunas preguntas que nos pueden ayudar a pasar por el corazón la experiencia son: ¿qué he visto?, ¿qué he pensado?, ¿qué he sentido? Que sabor tuvo en el encuentro, con que gusto me he quedado, cómo se ha sentido la persona con la que me he encontrado. ¿A que invita hoy Jesús a través de esta experiencia de encuentro?

- **LA LECTURA DEL EVANGELIO DEL DÍA:**

Comenzar el día con la escucha o lectura del evangelio es buen telón de fondo, una buena música de fondo en todo lo que se va viviendo a lo largo



del día Y nos ayuda a ir identificándonos con Cristo en todo lo que vamos experimentando.

APUNTE FINAL PARA ACOMPÑANTES:

Como acompañante es importante que seamos conscientes del proceso que me lleva a acompañar, a las personas que se adentran en esta experiencia, desde mi vocación CVX, la misión a la que me siento llamado y enviado. Este proceso de acompañamiento tiene dos vertientes: lo que me pasa a mí en el proceso de acompañar estos procesos y lo que le pasa a la persona que estoy acompañando, estando atentos a los movimientos que provoca en mí este acompañar para reconocerlos, validarlos y presentarlos en nuestra oración personal, en clave del “discernimiento nuestro de cada día”.

Posteriormente compartiré con el grupo de acompañantes del que formamos parte, el fruto de mi oración, por dónde me va llevando el Señor. Pero igualmente hemos de estar atentos a los movimientos internos que se dan en la persona que acompaño en su propia experiencia, para nombrarlos, reconocerlos (tras ser nombrados), validarlos y presentarlos en su oración, su examen del día, pudiendo estar atentos a lo que sienten y a lo que les mueve.

Equipo de misión Migraciones CVX-E

