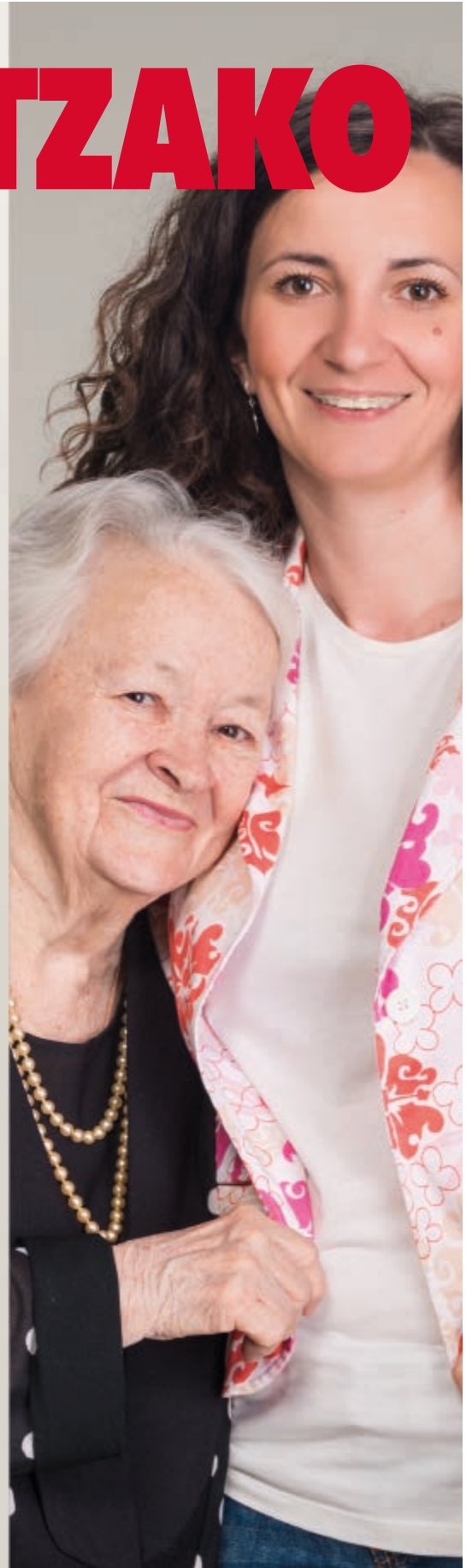


# HELDUENTZAKO

## GIDA DIDAKTIKOA



**2022-23 KANPAINA INSTITUZIONALA**

# ZER AURKITUKO DUZU GIDA HONETAN?

**Prestakuntzarako eta hausnarketarako materiala** Caritaseko eragileentzat, kristau taldeentzat edo goiburu instituzionalean sakontzeko jakin-mina sentitzen dutenentzat.

Era berean, **geure buruari tarte bat eskaintzeko eta eten bat egiteko** parada, egokiera ezin hobea egiten duguna zeinen alde egiten dugun, **nola eta nondik egiten dugun** kontzientzia hartzeko.



## EDUKIAK

### 1. Ilunpean murgilduta, argi izatera deituak

*Ilunpean bizi zen herriak argi handi bat ikusi zuen; heriotzaren lur eta itzaletan bizi zirenei egin zien distira argi batek<sup>1</sup>.*

Garai etsigarri eta zailak bizi ditugu oraindik ere; krisi-garaiak dira, eta orainari eusten diogu irmo, unean unekoari, gure ustez segurtasuna ematen digunari; izan ere, etorkizuneko ikuspegi oro ziurgabetasun-lainoz estalirik ageri zaigu.

---

<sup>1</sup> Is 8, 23-9,1.

Caritasen egunez egun ikusten ari gara hiri eta herri guztietan nola ari den zabaltzen pobrezia familia-ekonomietan, modu kezagarrian zabaltzen ere. Gero eta lan-aukera gutxiago dago, eta daudenak prekarioak dira; nekearen eta etorkizun ilunaren ikuspegiak etsipena eta itomena sortzen dituzte, eta giro horretan, ahultzen doaz harreman sozialak. Jendearen arteko lokarriak lasatzen ari dira eta gizartea gero eta leku ospelagoa da. Horrela dio Foessa Fundazioaren Txostenak<sup>2</sup>: Covid 19aren krisiak egitura sozialean, familien bizi-baldintzetan eta gizarteratzean eragin dituen ondorio larriak azaleratu ditu txosten horrek.

Horrela berresten dute egunez egun azkenen alde murgiltzen direnek, Jesusen kausaren alde bat egiten dutenek, pertsona guztiek baldintza bidezkoak eta duinak izateko lan egiten dutenek. Zenbaitetan, ordea, ahaztu egiten dugu kausa horren muina zein den: **Maitasuna**.

Hori da Jesusen misio nagusia, haren bizitzari, heriotzari eta piztuerari erabateko zentzua ematen diona. Jesusen maitatzeko moduak egiten du iraultzaile haren bizitza; desberdin, zirrargarri, erakargarri eta probokatzaille bihurtzen du.

Jesusen esperientzia izan zen Abba Jainkoak, aitaxok, maite zuela, harekin hartu-emanan izan zezakeela egunero, harekin hitz egin zezakeela eta hark entzuten ziola. Esperientzia horrek bihurtzen du apartekoa haren misioa. Maitatua sentitu izanaren esperientzia horrek, Jainkoaren maitasuna jasotzeko sentipen horrek, bultzatzen du Jesus **Aitarengandik jasotako maitasuna** —Maria Madalenaren lurrina haren oinetan nola— **halako eskuzabaltasunez zabaltzera** abegi egin nahi dioten guztien artean. Desira bera izan zuen beste emakume hark ere, “atzetik hurbildu zitzaionean eta kaparen orla ukitu zionean, pentsatuz kapa ukitze hutsarekin sendatuko zela”<sup>3</sup>. Jesusek ez die inolako eskakizunik egiten edo baldintzarik jarri jarraitu nahi diotenei: maitasunaren dinamika horretan *sartzen uzteko* nahia besterik ez da behar.

---

<sup>2</sup> Foessa Fundazioaren Txostena: “Evolución de la cohesión social y consecuencias de la Covid-19 en España” (Gizarte-kohesioaren eboluzioa eta Covid-19aren ondorioak Espainian).

<sup>3</sup> Mt 9, 20-21.



Eta horretarako, **ez ditugu ahaztu behar eta alde batera utzi behar** ez pandemiaren garaia, ez Ukrainako eta beste leku batzuetako gerrak, ezta pobreziatik ihesi eta bakean bizitzeko lur irrikatuaren bila, aukeren bila, mugak gurutzatzen ari diren pertsonen exodo masiboak ere. Ezinbestean ezin diegu uko egin gure sentimenduei ere: ezintasunari, gainezka egiteari, beldurrari eta ahultasunari... Amets eta jomugarik gabe, umezurtz, sentiarazten gaituzte sentimendu horiek, eta pobreenekiko gure arbuioaren eta bazterketaren itzalak elikatzen dituzte.

Bidegurutze nagusi batean gaude, itzulerarik gabeko bide baten aurrean, eta garai etsigarri horri ezinbestean **sormen handiagoz** ekin beharrea gaude, betiere **beste pertsona, talde eta erakunde batzuekin** batera. **Sareak ehuntzea, sarean lan egitea**, ez dago beste irtenbiderik.

**Errealitatearen karga geure gain hartu beharrea gara, baina errealitateak kargatu eta elikatu ere egin gaitzake**, eta horretarako zaindu egin behar dugu bihotza, eta garenaren muina, jasotako eta oparitutako bizitza, berreskuratu behar dugu; era berean, gurekin batera harreman sozialak, lana eta proiektuak saretzen eta partekatzen dituzten pertsona guztien esentziarekin ere bat egin behar dugu.

Ondo dio Esakuneak: “Zaindu zure bihotza, hor baitaude bizitzaren iturriak”<sup>4</sup>, zentzua, hasiera eta bukaera.

“Maisu, zer egin behar dut betiereko bizitza jasotzeko? Eta Jesusek galdetu zion: Zer dago idatzita Legean? Zer irakurtzen duzu bertan? Eta gizonak erantzun zion: Jauna maiteko duzu, zure Jainkoa, gorputz eta arima, eta hurkoa zure burua beste. Orduan Jesusek esan zion: “Ondo erantzun duzu; orain egin esaten duena, eta betiko biziko zara”<sup>5</sup>.

**Gure muinera itzultzea**, bizitzaren iturrira, **garen maitasun horretara itzultzea da**, gure asmoei ikuspegi bat ematea, eta benetan egiazkotik urruntzen gaituen guztia alde batera uztea, eta praktikan jartzea.

## 2. Maitasuna konpromisotzat hartuta bizitzea

Jesusi galdetu ziotenean nola lortu betiereko bizitza, zoriontasuna, hemen eta orain, gure eguneroko bizimoduan, ez zen aiko-maiko eta itzulinguruka ibili, eta emandako erantzuna ez da guztiak onartzeko eta entzuteko prest daudena: maitatu Jainkoa, **maitatu hurkoa, maitatu zure burua**.

Maitasun hirukoitz hori, *hirurak batean biltzen dituen maitasuna* da, eta ezin da osotasunean eman bakoitza bere aldetik, edo baten mesedetan besteari uko eginez. Mundu guztiak uler diezaion, Jesus istorio bat kontatzen hasten da, guztiok gogo onez entzuten ditugun kontakizun horietako bat, jakinduria txikiak biltzen dituen elezahar bat.

<sup>4</sup> Proverbios (Esakuneak) 4, 23.

<sup>5</sup> Lk 10, 27-28.



Jesusek gizakion bihotzaren hurbileko egin nahi du, bihotz horren egarria eta ahulezia ulertu nahi ditu, samurtasunez abegi egiteko.

Parabolaren hasieran, zauritu bati buruz ari zaigu: gizon gaixoak, biktima bat izaki, dagoeneko badu inguruko begikotasuna, lapur batzuek eraso egin baitiote.

Hasieratik, Jesusek **enpatia** eroin du, entzule dituen pertsonen bihotza ukitu eta hunkitu du leun-leun, eta, ondotik, kontakizunari jarraitu dio, ezusteko protagonista bat, atzerritar bat, hizpide hartuta.

Atzerritarra, kanpotik datorrena, beste ohitura eta hizkuntza batzuk dituen, beti da susmagarria. Ez du zertan beste herrialde batekoa izan. Aski da gure mundu txikitik, gure buruko eta lurraldeko mugetatik zertxobait urrunagokoa izatea, atzerritartzat eta desberdintzat hartzeko. Eta lehen begiratua beti izango da urrunekoa eta mesfidatia.

Oinarri horiekin, Jesusek beste leku batean kokatzen du atzerritarra.

**Samariar onaren kontakizun ebanjelikoak** auzitan jartzen du bere garaiko “errespetagarrien” sinesgarritasuna. Abade bat eta lebitar bat dira jaun ohoragarri horiek, jokabide paregabeko pertsonak, gizartean misio aintzatetsia dutenak. Alabaina, Jesusek izenik gabeko arrotz bat hartuko du aintzat eta goragoko lekuan jarriko du: ezagutzen ez duen pertsona baten minarekin **hunkitzen den samariarra**, eta jokabide hori adibidetzat harturik, protagonista eta jarraitu beharreko eredu bihurtuko du.

“Parabola horrek, itsas-argi baten moduan, agerian uzten du sakonean zer aukera hartu behar dugun mingarri zaigun mundu hau berregiteko. Hainbeste min eta hainbeste zauriren aurrean, irtenbide bakarra **samariar onaren parekoa** izatea da. Bestelako aukerarik hartuz gero, edo lapur-erasotzaileen aldera lerratuko gara, edo bidean zauriturik geratu den gizonari ez-ikusiena egin eta haren minarekin inolako errukirik izan gabe igarotzen diren horien aldera lerratuko gara. Parabolak erakusten digu zer-nolako ekimenak behar diren komunitatea berregiteko, komunitate bat non emakumeek eta gizonek bere egingo duten besteen ahultasuna, ez duten onartuko bazterkeriarik, eta hurkoaren lekuan jarriko eroriari altxatzen lagunduko dioten, gizarte osoaren onerako”<sup>6</sup>.

6 FRANCISCO, *Fratelli tutti*, 67.

**Maitasunetik eta maitasunarekin engaiaturik** bizitzeak gure presa eta berehalakotasunetik jaistera garamatza, beste aldera begiratzeari utzi eta bizitzari bestelako ikuspegi bat ematera, gure interesetatik harago. Ez dago beste modurik porrotari, gatazkari, monotoniari edo inertziari diogun beldurra gainditzeko; bizitzeko hautu horrek leialtasuna, hemen, orainaldi bakoitzean egotea lehenesten ditu; *zure ondoan nago, nahiz eta ez nauzun ikusten, ez nauzun ikusi nahi edo ezin nauzun ikusi*.

Fededunak garen aldetik, kristau komunitate bat osatzen dugun aldetik, Caritas garen aldetik, konpromiso bat dugu, eta konpromiso horretan ez dago epelkeriarako edo goxotasunean murgiltzeko aukerarik. Konpromiso horren bidez ahalegina egin behar dugu **Jesusen egiak lekua egin dezan eguneroko bizitzako eremu partekatuetan**, elkartasun-mugimenduak sor daitezen eta premia handienez direnen alde bideratu ahal izan ditzagun.

Modu horretara maitatzea konpromiso bat da **gure izaterik onena partekatzeko** eta beste pertsonen bizitzan **bidelagun izateko eta murgiltzeko**. Konpromiso hori eragingarri da gure begiratzeko, pentsatzeko eta sentitzeko modua akuilatzeke, eta bultzada bat zaintza, harrera, babesa eta sendatzea eskatzen diguten bizitzan buru-belarri engaiatzeko.

“Maitasunaren bidez baino iritsi ezin den gogobetetzko osotasunerako eginak gaude. Ezin dugu sorgor agertu minaren aurrean; ezin dugu onartu inor *bizitzaren bazter batean geratzerik*. Horrek sumindu egin behar gintuzke, gure erosotasun horretatik atera beharko gintuzke, giza sufrimenduak eragiten duen asaldura sentitzeraino”<sup>7</sup>.

### 3. Hausnarketarako eta talde-lanerako

Jainkoak hauxe nahi du zugandik: *zuzentasunez jokatzea, ontasuna maitatzea eta zure Jainkoa ondoan duzula umiltasunez ibiltzea*<sup>8</sup>.

Argi dago aurtengo kanpaina instituzionalaren gaia MAITASUNA dela. Alde horretatik, gure asmoa da **ematen dugun maitasunari** buruz **hausnartzea eta kontzientzia hartzea**; maitasun horrek **nola hezurramitzen duen gure ekimena eta gure konpromisoa** pertsoneri babesa emateko, natura eta naturako baliabideak zaintzeko, pobreenen duintasuna babesteko eta gure misioari (justizia egitea) zentzua emateko.

Baina prozesu hori bizitzeko, **onartu egin behar dugu garen maitasuna**, eta hori lortzeko bide bakarra dago: *begirada Jainkoarengana zuzentzea* eta gure bizitza pertsonalean eta lantaldeko bizitzan zenbait giltzarri ezartzea, **misioa berritzen** laguntzeko.

Geldialdi bat egitera gonbidatzen zaituztegu: har ezazue tarte bat zuentzat eta taldean, bestelako bide bati ekiteko. Agendan programatu behar baduzue, egin ezazue. Batzuetan, badirudi agendan idazten ez duguna, ez dela garrantzitsua.

<sup>7</sup> Ibid. 66

<sup>8</sup> Miqueas 6, 6-8.





# 1. HAUSNARKETA ESNATZEKO BIDEA

Gure bizitzaren zati handi batean lo bizi gara. Bizitzak “bizi” gaitu, baina guk ez dugu bizitza bizi. Batzuetan, bizitza gosez bizi dugu, gauzak konkistatzeko irrikaz, boluntarismo hutsez, “zer egin behar da” esanez, edo “egin egin behar dut” geure buruari aginduz.

Lozorro horretatik esnatzea **doakotasunez eta gorazarre eginez** bizitzea da, jakitun izanda bizitza ez dela gurea, gugan dagoen dohain bat dela eta uneoro dela.

Garen izakia esnarazi behar dugu, Jainkoaren argiarekin bat egin behar dugu berriro.

Gure bizitza zirkuitu-laburrez beterik doa, eta, horrenbestez, kezka eta artega goaz oinez, garrantzia duen bakarra jardura programatzea, proiektuak, bidelagun ditugun pertsonekin eskura ditzakegun lorpenak balira bezala. Pertsonen mina eta pobrezia akuilu dira guretzat eta haien arazoak konpondu, leundu, bideratu egin nahi ditugu, eta zenbaitetan salbatu ere egin nahi ditugu! Baina iturritik, Argitik, urruntzen bagara, gure ekimena Espirituz eta alaitasunez hustuko da, eta gris bihurtuz.

**a)** Irakurri arretaz **“Ilunpean murgilduta, argi izatera deituak”** pasartea.

- Zer egin zaizu deigarrien testuan?
- Idatzi edo azpimarratu zirrara eragin dizun esaldiren bat, zure bizitzan berritasunen bat ekarri duen esaldiren bat.

Besteekiko Maitasuna, pobreenekiko eta ahulenekiko, horixe da **Jesusen helburu** nagusia.

- Zein da zure helburua gaur? Zerk mugiarazten zaitu bizitzan, besteekiko harremanean, zure zerbitzuan eta konpromisoan?
- Zertara eramaten zaitu zure eguneroko bizitzan? Hori da benetan nahi duzuna, horretarako deia eta gonbidapena sentitzen duzu egiaz? Horrek gogobetetzen zaitu zure bizitzan?
- Zer iturritatik edaten duzu besteei emateko?

b) Esnatzeko bide horretan denbora behar da, bizitza osoa behar da. Baina geldialdi bat egiteko, geure baitan isiltzeko, gure buruari entzuteko, gure buruari eta besteei bihotza zabaltzeko ematen diogun aukera bakoitzak bide egokian jartzen gaitu zer mundutan bizi garen jabetzeko, garen maitasun horretaz eta emateko eta besteekin partekatzeko dugun maitasun horretaz ohartzeko.

Testuak aipatzen du **errealitateak kargatu ere egin gaitzakeela**, eta horretarako aukera eman behar diogula gure buruari. Sarri, ordea, bestela egiten dugu: *errealitatearen karga gure gain hartu*.

- Zenbait egoeratan *errealitatearen zama zure gain hartzen ari zara*. Pentsatu egoera jakin horietan. Nola sentitzen zara? Zer aldatu behar duzu?
- Zer aldatuko litzateke zure burua “kargatzen utziko bazenu”, laguntzen diezun pertsonen eta taldeen errealitatearen karga on hori zeure egiten saiatuko bazina?
- “Zaindu zure bihotza, hor baitago bizitzaren iturria”.  
Nola lagundu diezaiokegu gure buruari zaintza horretatik zeregin eta misio hori bizitzen?  
Nola zaindu dezaket nire burua eta nola zaindu ditzaket nire ingurukoak?

## OTOITZ EGITEKO TXOKOA

ABESTIA

### “Eсна nazazu”

*Ixcís (Cristóbal Fones, sj).*

<https://www.youtube.com/watch?v=UD-2yEVpqNU> 

Esna nazazu, Jauna, goizero  
ikas dezadan berriro eguna argitzen.  
Esna nazazu, Jauna,  
jar ezazu zure begirada nire bihotzean  
gaurko egunez zu aurkitzeko eta zuri gorazarre egiteko aukera izan dezadan.  
Esna nazazu, Jauna, goizero  
ikas dezadan berriro eguna argitzen.  
Esna nazazu, Jauna,  
jar ezazu zure begirada nire bihotzean  
gaurko egunez zu aurkitzeko eta zuri gorazarre egiteko aukera izan dezadan (2)

Esna nazazu, Jauna, goizero  
ikas dezadan berriro eguna argitzen.  
Esna nazazu, Jauna,  
jar ezazu zure begirada nire bihotzean  
gaurko egunez zu ikusteko aukera izan dezadan.



## **Jauna, gaur gure ametsetatik esnatu nahi dugu eta gure begirada bideratu nahi dugu, errealitatea zure begiz ikusteko. Zer ikusten dugu? Zer ikusten duzu zuk, Jauna, zure begirada errukitsu eta bihozberatik?**

- “Bihotza apurtuta, Alyonak maleta egin eta tren-geltokira jo zuen. Han, milaka lagun zeuden nasetan zain. Aukera izan zuen Ukrainako Lviv hirira, Poloniako mugara, eramango zuen tren bat hartzeko. 26 orduz beste bidaiari batzuen artean harrapatuta bidaiatu zuen. Estu-estu, apenas zuen mugitzeko eta bere konpartimentutik ateratzeko aukerarik. Dena ilun zegoen; galarazita zegoen argiak piztea, iluntasunean trena atzeman ez zezaten. Telefonoak ere zerbaitekin estalita erabili behar zituzten. Atzemanak izateko arriskua handiegia zen.

Azkenik jomugara iritsi eta eskaini zioten laguntza ikusi zuenean, negar egin zuen esker onez, baina baita amaren egoerak sortzen zion kezka ere”. (Alyonaren historia, Ukrainako gerraren biktima. Caritasen 2022ko martxo-apirileko aldizkaria).

- “Gaua gainean zela, 19:15ak aldera, Ekuatoreko Amazoniatik Esmeraldas kostaldera petrolioa garraiatzen zuten bi oliobideak hautsi egin ziren San Rafael sektorearen parean, Napo probintziaren iparrean, eta 15.000 petrolio-upel inguru isuri ziren Coca ibaira, Ekuadorreko Giza Eskubideen aldeko Elkartearen Aliantzak argitara emandako txostenen arabera.

*Bizitza ez da lehen bezalakoa! Ibaiaren inguruan bizitzea, familiarekin bainu bat hartzea, ez da lehen bezalakoa; izan ere, osasunean eragiten digu, seme-alabak gaixotu egiten zaizkigu, eta, gainera, ez dakigu ezer gaitz horiei buruz. Gure haurren elikaduran ere eragin nabarmena du. Orain ezin dugu Napo ibaira atera, arrantzatzer eta familia elikatzer, ibaia kutsatuta baitago”. (Héctor Pérez Zamorari elkarriketa. Ekuadorreko Caritas. Caritasen 2022ko martxo-apirileko aldizkaria).*

**Egin dezagun isilune bat urruneko eta hurbileko anaia-arreben errealitatearen berri jasotzeko, eta egin dezagun gure, Hitzaren Argitan.**

## **IRAKURGAIA: Juanen Ebanjelioa 20, 19-23**

Asteko lehen eguna zen. Ilunabarrean, dizipuluak etxe batean zeuden, ateak itxita, judutarren beldurrez. Halako batean, Jesus sartu zen, erdian jarri, eta esan zien: “Bakea zuekin”. Eta, hori esanda, eskuak eta saihetsa erakutsi zizkien. Eta dizipuluak pozez gainezka jarri ziren Jauna ikustean. Jesusek errepikatu zuen: “Bakea zuekin. Aitak bidali nauen moduan, horrela bidaltzen zaituztet nik”. Eta, hori esanda, putz egin zuen haien gainean eta esan zien: “Jaso ezazue Espiritu Santua”.

## **Partekatzeko garaia**

**ESKERRAK EMANGO DITUGU.** Aita Gurea.

## 2. HAUSNARKETA

# IRAUTEKO BIDEA



Zarataren gizarte honetan, hiper-estimulatuta eta hiper-konektatuta gaude, eta, horren ondorioz, *arreta defizitarekin* bizi gara. Ikusi gabe begiratzen dugu eta goaz aurrera, aditu gabe entzuten dugu, zaporerik hartu gabe jaten dugu. Dena bihurtu da premiazkoa eta berehalakoa, eta kanpora begira bizi gara besteen bizitzak biziko bagenu bezala. Zenbaitetan, gehiago interesatzen zaigu besteek pentsatzen edo egiten dutena, baina itxuraz ez gaitu kezkatzen haiek benetan sentitzen dutena edo benetan behar dutena.

Irauteak gure bidearen kontzientzia hartzera garamatza, nola eta non egiten dugun urrats bakoitza. Irauteak historiaz hitz egiten digu, bizitakoaz eta ikasitakoaz, baita egunerokoaz ere, orainaz, egoteaz.

Irautea sustraiei loturik dago, leialtasunari eta konpromisoari.

**a)** Irakurri arretaz “**Maitasunarekin konprometituta bizitzea**” atala.

- Zer egin zaizu deigarrien testuan?
- Idatzi edo azpimarratu zirrara eragin dizun esaldiren bat, zure bizitzan berritasunen bat ekarri duen esaldiren bat.

**b)** Irauteko bideak, zerbaiten edo norbaiten **ondoan geratzeak, konpromisoa** eskatzen du, aukera, hautua egitea. *Ez-ikusiarena ez egitea, iskin ez egitea* izan liteke hori adierazteko modu grafikoa. Ez-ikusiarena ez egitea da **sentitzeari bide emateko, zentzumenekin hautemateko** irekitzen dugun lehen leihoa. Hurrengo urratsa **hunkidurari** ateak zabaltzea da, eta hori sentimenduari hondo-hondoraino, bihotzeraino, iristen uzten diogunean dator.

Samariar onaren parabolan, Jesusi betiereko bizitzari buruz, zorientasun, harmonia eta gogobetezko bizitzan irauteari buruz galdetzen diote, eta berak, ekintza bakar batekin erantzuten du: **maita ezazue Jainkoa, maita ezazue hurkoa eta maita ezazue zuen burua**, hori baita zorientasun irrikatu hori lortzeko giltza.

- Zure esperientzian oinarrituta, zein dira sentitzeko eta hunkitzeko dituzun eragozpen nagusiak?
- Eta zer ematen dizu argia, argitasuna?

Grafikoago egiteko, *laino* batzuk eta *eguzki* batzuk marraz ditzakezue, eta baita moztu ere. Ondoren, 2-3 hitz idatz ditzakezue adierazteko zerk lainotzen dizuen bihotza eta burua, eta zerk eraginda egiten duzuen ez-ikusiarena zuen bizitzan. Eguzkien bidez, berriz, zerk ematen dizuen argia eta inspirazioa adierazi dezakezue. Banaka zein taldean egin dezakezue jarduera hau. Paper jarraitu bat jar dezakezue, *lainoak* eta *eguzkiak* itsasteko, eta hausnarketan parte hartzen duten gainerako pertsonen gogoetak irakurtzeko.

- Irakurri Samariar Onaren kontakizuna, Lukas 10, 25-37 pasartean. Nahiz eta pertsona guztiok izan kontakizunean deskribatzen diren pertsonaia guztietatik zerbait, haietatik nor sentitzen duzu hurbilago gaur egun? Zergatik? Nola sentitzen zara pertsonaia horrekin?
  - Imaginatu zure pertsonaiatik abiatuta Jesus topatzen duzula bide horretan berean. Zer gertatzea gustatuko litzaizuke? Zertara gonbidatzen zaitu gaur topaketa horrek, bizitzen ari zaren errealitatea aintzat hartuta?
- c) Hasierako 1. atalean, aipatzen zen *ilunpean bizi zen herriak argi handi bat ikusi zuela*. Jainkoaren herria, gu, Gizateria, fededunak eta ez fededunak, bizitzaren zatirik handiena, aldizkako ilunpean bizi gara.

Argia aurkitzeko, zeharkatu egin behar dira ilunaldia, ilunpea, mina eta sufrimendua. Ez-ikusiarena egiten badugu, kortxo bezalakoak bihurtuko gara, iragazgaitzak: irrist egiten duen urak ez gaitu bustiko, baina ezta ureztatuko eta elikatuko ere. Aldiz, geldialdi bat egin eta **pobreen** eta sufritzen dutenen **errealitateak karga gaitzala uzten** badugu, haien esperientziak euskarria eta argia emango digu, eta haien esperantzak eta konfiantzak arindu egingo du gure hauskortasuna.

“Begira, zutik nago atean, eta atea jotzen dut. Norbaitek nire ahotsa entzun ondoren atea irekitzen badit, haren etxean sartuko naiz eta harekin afalduko dut, eta hark nirekin” (Ap. 3,20).



- Hartzen al duzu denborarik isiltasunerako, barnera begiratzeko eta zure iturriekin, Jainkoarekin, berriro bat egiteko?
- Zer egoera eta esperentzian sentitu duzu Jainkoaren gupida eta errukia zurekiko? Eta zuregan-dik hurbil dauden pertsonetikiko?

**Jesusen egia Maitasuna da, besteek zu maita zaitzaten uztea, besteek zuri eskatzen uztea, eta besteek zuri harrera egiten uztea.** Oinarri horretatik baino ezin dugu partekatu gure izatearen bertsiorik onena, Jainkoak pertsona bakoitzari dohaintzat eman dion doako maitasunarena.

## OTOITZ EGITEKO TXOKOA

ABESTIA

### Entzun

*Ain Karem. "Alégrate" albuma.*

<https://www.youtube.com/watch?v=Fnj7e-mnbg0> 

Entzun Jaunak zer eskatzen dizun:  
justizia praktikatzea besterik ez,  
samurtasunez maitatzea besterik ez,  
zure Jainkoaren eskutik umiltasunez ibiltzea besterik ez.

Entzun Jaunak zer eskatzen dizun:  
samurtasunez maitatzea,  
zure Jainkoaren eskutik joatea.



## **IRAKURGAIA: Juanen Ebanjelioa 15, 9-15.**

“Aitak maite izan nauen bezala, halaxe maite izan zaituztet nik; iraun nire maitasunean. Nire aginduak aintzakotzat hartzen badituzue, nire maitasunean iraungo duzue; halaxe jarraitu ditut nik nire Aitaren aginduak, eta irauten dut haren maitasunean. Hau guztiaz hitz egin dizuet nire poza zuekin egon dadin eta zuen poza gogobetzekoa izatera iritsi dadin. Hau da nire agindua: maita ezazue elkar, nik maite izan zaituztedan bezala. Inork ez du maitasun handiagorik lagunena alde bizi ematen duenak baino. Zuek nire lagunak izango zarete agintzen dizuedana egiten baduzue. Jada ez dizuet zerbitzari esango, zerbitzariak ez baitakite zer egiten duen haien jaunak: zuei lagun esango dizuet, Aitari entzun diodan guztia zuei jakitera eman baitizuet”.

## **INSPIRAZIOAKO TESTUA**

“Maitatzea bihotza jokoan jartzea da. Zaurgarri egitea. Norbaiti zu maitatzeko ahalmena (edo aukera) ematea da, baina, aldi berean, baita zu zauritzeko ahalmena edo aukera ematea ere. Ez dago atzera-bueltarik. Egin egiten duzu. Arriskatu egiten zara. Zu zaren hori partekatzen duzu. Zure ibilbidea partekatzen duzu. Zuretzat babesleku, ekaitz edo galbide izan diren izenei buruz hitz egiten duzu. Zaren moduan onartzeko aukera ematen diozu norbaiti. Baina horixe da, aukera bat, ez betebeharrak bat.

Maitasuna ez da exijitzen. Ez dago ez baldintzarik ez bermerik. Ez dago segurtasunik eta ziurtasunik ere. Erantzuna espero duzuna izan daiteke. Edo ukoa izan daiteke, eta ukoak aurpegi asko ditu, erritmo asko, une asko eta azalpen asko. Arriskatzeak, menturaz, pozez beteko zaitu. Edo, agian, lur-jota utziko zaitu. Badira bizitzan min ematen dutenak. Erronka gizatasunez jokatzeko jarraitzea da. Axolagabekeriaren edo gogortasunaren harresien atzean ez gotortzea eta ixtea. Baina ulertzekoa da bazterketa eta abandonua jasan dituenaren distantzia hori...”.

*Jose M<sup>a</sup> Rodríguez Olaizola.*

**Irakurri eta entzundakoa geureganatuko dugu.**

**Gure otoitza partekatuko dugu.**

Pertsona bakoitzak besteen zaintzarekiko eta Planetaren zaintzarekiko duen *maitasuna-konpromisoa* zehaztuko duen HITZ BAT pentsatuko dugu.

Aurrez, post-it batzuk edo paperezko bihotz batzuk banatuko ditugu hitz horiek idazteko.

## **ESKER ONA ADIERAZTEKO EKINTZA**



### 3. HAUSNARKETA ERALDATZEKO BIDEA

Gure izatearen bertsiorik onena Jainkoarengan ikusten duguna da; bertsio horrek gu garenaren egia horretan bizitzera garamatza, eta Berpiztuaren argia erakustera. Irautea erabakitzen badugu, jada ez dago atzera-bueltarik. Gure bizitza betirako aldatuko da.

Errealitatearen karga gure gain hartzea eta errealitateak gu karga eta elika gaitzan uztea ez da eginkizun erraza, eta behin eta berriro sentituko dugu guztia gure gain zamatzeko tentazioa, kosta ahala kosta. Baina ezin dugu nolanhiko kargarik gure gain hartu, ezin badugu patxadaz eraman... izan ere, bestela, bizipoza galduko baitugu.

Eraldatzeko bidea horixe da, **eraldatze-prozesu bat**, eta orainaldi jarraituan burutzen da beti. Horretarako, pazientzia eta konfiantza dosi handiak behar dira; dena ez dago gure jardun egokiaren eta gure asmo onen baitan.

“Jaunak bakarrik eman diezaguke indarra bizitza den moduan hartzeko; are, baita bizitzaren alde kontraesankor, ezusteko eta etsigarri horri leku egiteko ere”.

“Zenbaitetan Jainkoak ez digula laguntzen balirudike ere, horrek ez du esan nahi abandonatu egin gaituenik, gugan konfiantza duela baizik, konfiantza duela antolatu, asmatu edo aurkitu dezakegun horretan”.

Cfr. “Sormenerako ausardia behar dugu. Eta sormenerako ausardia hori bidean zailtasunak sortzen zaizkigunean azaleratzen da batez ere. Izan ere, arazo bati aurre egiten diogunean, gelditu eta amore eman dezakegu, edo nola edo hala ataka horretatik ateratzeko moduren bat bilatzen saia gaitzke. Zenbaitetan zailtasunak akuilu dira gutako bakoitzak zituenik ere ez zekien baliabideak ateratzeko”<sup>9</sup>.

Kanpoko, ingurua, bidegabekeria eta desparekotasuna sortzen dituen mundu horren errealitatea aldatuko badugu, ezinbestean **gure izatea, gure bizimoldea, gure izateko era eta munduan egoteko era aldatu behar ditugu**. Ez badugu aldatzen gure bihotza, gure ikuskera, gure begirada **Jainkoaren begiradaren ahalik eta antzekoena egiteko**, nekez eraldatu ahal izango ditugu beste pertsona batzuen bizitzak, auzoak eta parrokiak.

<sup>9</sup> FRANCISCO, Patris Corde Eskutitz Apostolikoa.



Eraldatzeko eta gure burua eraldatzeko, bi giltzarri hauek dira funtsezkoak:

- Errealitateari modu sortzailean eta kontenplaziozkoan begiratzea eta entzutea.
- Bereizketa egiten ikastea, Espirituaren hizkuntza entzuten ikasteko.

Errealitatearen azterketa eta behaketa lan horrez gain, isiltasuna lantzeko praktikak ere egin behar ditugu, bihotzaren hizkuntzarekin bat egiteko.

Samariarrak bere eginak ditu giltzarri horiek, eta aurkitzen duen errealitateari modu praktikoa, sortzailean eta eraginkorrean erantzuten dio. Baina, batez ere, ez du egoera aztertu ondoren, edo obligazioz erantzuten; aitzitik, bidean aurkitzen duen gizon zaurituarekiko **maitasun errukitsuz** baizik.

Samariarra gelditu egiten da eta zaindu egiten du zauritua. Baina, horrez gain, laguntza-sare bat kudeatzen eta ehuntzen du, sare horretan parte hartzen duten kideen bitzta eraldatzeko.

- Nola sentitzen gara gaur babes-sare besteentzat? Zer indargune eta ahultasun ditugu?
- Zer eta nola egin dezakegu beste pertsona, talde eta erakunde batzuekin gure elkartasun eta anaitasun-sareak berritzeko?
- Nola lagundu dezakegu Elizan, gizartean eta gure eguneroko harreman sarean argi gehiago emateko eta babes-sare handiagoa izateko?

Gehiago eta hobeto maitatzeko, entrenamendua behar dugu, praktikan jarri eta elkarri laguntzea, motibazioa edo esperantza ez galtzeko. Jesusi jarraitzea da gure misioa, komunitatean partekatzen duguna, eta abiapuntu horretatik, egunez egun elkarri lagundu behar diogu zeregin horretan.

Hemen uzten dizkizuegu zenbait argibide gehiago eta hobeto maitatzeko, **garen maitasun horretatik emateko, eskuzabaltasunez, konfiantzaz eta bizipozez.**

- **Begiratu beste pertsoneri eta munduri samurtasunez eta sormenez.** Begiratu solas egiteko, ikasteko, zerbitzatzeko. Ez itxi eta beste alde batera begiratu inolako errealitatearen aurrean, denik eta mingarriena, deserosoena edo desatseginena izanda ere.
- **Entzun pazientziarekin harrera egiteko eta jasotzeko.** Jainkoari, gure buruari, besteari, gizaki bakoitzari, Kreaio osoari. Jarri bost zentzumenak munduarekiko eta hurkoarekiko gure harremanetan, eta ez galdu esperantza, nahiz eta makalaldiak izan.
- **Zaildu pertsona bakoitzaren ahultasuna, zu ere ahula zara.** Hartu kontzientzia eta onartu, gizakiak garen aldetik, ahulak garela, haizeak eraisten gaituela, eta zamak apurtu egiten gaituela. Baina,aldi berean, egon ziur, Jainkoaren eta haren Maitasunaren seme-alaba garen aldetik, elkarrekin lan egin, sufritu, atseden hartu eta ospatzen duen komunitatea garen aldetik, euskarri sendoak ditugula, eta horiei esker, parez pare begiratu diezaiokegula bizitzari, beldurrik gabe.
- **Partekatu daukazuna, dakizuna, eskuzabaltasunez.** Hau da, gauzatu gaur plater beti beteen miraria, guztien arrainen eta ogien miraria, guztientzako. Kontua partekatzea da, daukaguna eta geure burua partekatzea, zera materialak ez ezik gure denbora, gure entzuteko prestutasuna eta gure be-

sarkadak ere partekatzea. Azken batean, elkarrekin egitea eta izatea, komunitatearen sentimendua hedatzea, sinesmen edo ideologietatik harago. Garen maitasun hori ematea, ez gehiago ez gutxiago.

- **Salatu koherentzia falta, epelkeriarik gabe.** Hitzez eta egitez. Defendatu ongizatearen aldeko biritza-konpromisoa, jakinik ongizate hori osoa izango bada, guzti-guztiok partekatu behar dugula, ez dagoela desberdintasunik arrazoi politiko, ekonomiko, erlijioso, kultural, geografiko edo bestelakoengatik. Iragarri guztiontzako eskubide osoko biritza. Salatu bidegabekeriak eta desberdintasunak beldurrik gabe, Eliza moduan, eta besteekiko erantzukizuna eskatzen duten munduko herritar moduan.

## OTOITZERAKO TXOKOA

### GIRO MUSIKA

“Otoitz egiteko beharra dugu. Ezin dira kristau fedea eta giza bokazioa indarrez bizi gure barrua ondo elikatu ezean. Lehenago edo beranduago, barrua hutsik izateak giza bihotzean sortzen duen gogogabetzea sentitzen du pertsonak, egunerokoaren hutsaltasuna, bizimoduaren asperdura edo Misterioarekiko inkomunikazioa.

Otoitz egiteko beharra dugu, gure eguneroko bizimoduaren erritmoari eusteko aukera emango diguten isiltasuna, sosegua eta atsedena aurkitzeko. Otoitz egiteko beharra dugu buruargitasunez eta erne bizitzeko, gizatasuna galtzen ari den azaleko gizarte honetan.

Otoitz egiteko beharra dugu gure egari berari aurre egiteko, eta autokritika pertsonal zintzoa egiteko gai izateko. Otoitz egiteko beharra dugu, gizabidez jokatzeko uzten ez digun guztia alde batera uzteko. Otoitz egiteko beharra dugu Jainkoaren aurrean jarrera alaiago, esker hobeagoko eta sortzaileagoan bizitzeko”<sup>10</sup>.

Jauna, gure beharra aurkezten dizugu: Zure egarri gara.

Isiltasunaren egarri, eten bat egiteko egarri, gure bihotzean zuri leku egiteko egarri, besteei zerbitzatzeko.

Egarri gara, barkamen egarri eta entzuten jakiteko egarri,

errukitsu izateko eta besteei gu maitatzen uzteko egarri,

justizia egarri eta umiltasun egarri.

Jauna, onar ezazu gure egarria.

### IRAKURGAIA: Isaias 58, 6-12

“Hauxe da nik nahi dudana baraua: kate bidegabeak askatzea, uztarriaren uhalak soltatea, azpiratuak askatzea, mendekotasun guztiak apurtzea, zure ogia gose denarekin banatzea, aterperik gabeko pobreei ostatu ematea, biluzi ikusten duzuna janzea eta zure ingurukoei ez entzungor egitea. Orduan sortuko da zure argia, egunsentia bezala, berehala sendatuko dira zure zauriak, justiziak bidea egingo du zure aurrean, eta atzean, berriz, Jaunaren loriak. Orduan, deidar egingo diozu Jaunari eta erantzun egingo dizu; laguntza eskatuko

<sup>10</sup> JOSÉ ANTONIO PAGOLA, Hitzaren Iruzkina, 2022ko uztailaren 24a. “Otoitz egiteko beharra dugu”.

diozu eta zera esango dizu: «Hemen nago». Zapalkuntza, hatz salatzailea eta gezurra zuregandik urruntzen dituzunean, gose denari zuretik ematen diozunean, eta arima nahigabetua gogobetetzen duzunean, zure argiak distira egingo du ilunpean, eta eguerdi bihurtuko da zure gaua. Jaunak beti gidatuko zaitu, elikatu egingo du zure arima lugorri kiskalian, kemena emango die zure hezurrei. Ondo ureztatutako baratza izango zara, iruzur egiten ez duten uren iturburua. Zure jendeak berreraiki egingo ditu antzinako aurriak, eta garai bateko zimenduak jasoko dituzu berriro. «Zauri-sendatzaile» esango dizute, «bidezidorren berreskuratzaile», herrialdea bizileku hobea egiteko. Larunbatez gelditzen badituzu zure pausoak, nire egun santuan negoziarik ez egiteko, eta larunbata «nire gozamen» izendatzen baduzu, eta Jaunaren loriari gorazarre egiteko erabiltzen baduzu; egun horretan Jauna ohoratzen baduzu, bidaiak alde batera utziz, negozioak egiteari eta zure gaiei buruz eztabaidatzeari utziz, orduan, Jaunarengan aurkituko duzu gozamena”.

**Isilaldi bat egingo dugu, Jaunari eta gainerako anaia-arrebei gure otoitza eskaintzeko.**

Gure konpromisoa ere berritu dezakegu:

**GAUR KONPROMISOA HARTZEN DUT..**

ABESTIA

## Sareak gara

*Luis Guitarra, Alfredo Fraile, Migueli*

<https://www.youtube.com/watch?v=2a9zgDu9gpc> 

Bai, ahotsa gara, gizateria berri baten kantua gara.

Justizia-garrasia gara, bake-promesa gara.

Eta mundu desorekatu honen salaketa.

Bai, argia gara, besteei argi egiten dien fokua gara.

Egia argitzen duen su partekatua gara.

Errealitatea ulertarazten digun sua..

Bizitzaren parte gara, fedearen parte gara.

Gizon-emakumeak esperantzaz betetzeko jaurtitzen diren sareak gara.

Etorkizuneko ametsak gara.

Laguntzeko gogoa gara.

Bat egiten, batzen eta ehuntzen duten sareak gara.

Elkartasuna gara..

Bai, gehiago gara, inuzente batzuk baino gehiago gara, askoz gehiago.

Eraldatzen duten eskuak gara, oinez doazen

askatasunaren bidea urratzen duten oinak gara.

Zure bizitzaren parte gara, zure fedearen parte gara.

Gizon-emakumeak esperantzaz betetzeko jaurtitzen diren sareak gara.

Etorkizuneko ametsak gara.

Laguntzeko gogoa gara.

Bat egiten, batzen eta ehuntzen duten sareak gara.

Elkartasuna gara.

➤ **Zaindu, eskutik heldu**  
**Cultiva cuidados**

