

2025eko APIRILEKO KANPAINAREN ORIENTABIDEAK

Dokumentu honen helburua Caritaseko eragileak eta kristau elkarteak apirilaren 6ko Caritasen kanpaina prestatzera animatzeko gako eta orientabide batzuk partekatzea da.

Caritasen kanpainak Jesusen Berri Onaren ANIMATZEA, SENTSIBILIZATZEA eta TESTIGANTZA EMATEA bilatzen dute, baita egiten dugun lana ERAKUSTEA ere.

Material honen edukiek hainbat baliabide prestatzeko balio dezakete: informazio-orria, kanpainaren dinamizazioa, hitzaldi bat antolatzea, otoitz denbora bat prestatzea... Kanpaina hau, Gabonetakoa bezala, honako hauetan kokatzen da:

- Bilboko Elizbarrutia eratu zeneko 75. urteurrenaren ospakizuna
- Komunitatea gara eta etorkizunera begiratu nahi dugu: ETORKIZUNARI BEGIRA. Ebanjelizatzearen Eleizbarrutiko VI. Egitasmoan proposatutakoarekin bat etorri
- Jubileua "Itxaropenezko erromesak"
- Bosgarren Igandea: Pazkorako prestaketa

Idea nagusia: Komunitatea. Komunitatea inklusiorako, loturak sortzeko, parte hartzeko, aniztasunerako, topaketarako... gune gisa. Komunitatea zaintzea.

ALKARTEA, GURE ALDARTEA

Camino de esperanza

"Elkartasun unibertsal berria behar dugu. Guztien talentuak eta parte-hartzea behar dira (...) bakoitzak bere kulturatik, esperientziatik, ekimenetatik eta gaitasunetatik abiatuta"
(Laudato Si 14)

ALKARTEA, GURE ALDARTEA

Komunitatea, gure aukera

Gure auzoak eta herriak begiratzen ditugu, eta honako hauek deskubritzen ditugu: indibidualismoa, oinarritzko zerbitzuen prestazio mugatuak, etxebizitza egokiaren eskasia, azpiegituren narriadura, loturarik eza edo ahultasuna, harremanen ahultasuna...

Pertsona guztiak gizarte-harremanen sare batean sartuta bizi gara, eta sare horrek sarbidea ematen digu edo baliabide jakin batzuetara iristea eragozten digu, eta nola garen eta nola moldatzen garen eragiten digu. Gure komunitateek eragin handia dute gure bizitzan. Inguratzen gaituzten agertokiek eragina dute gure bizitza ikusteko, sentitzeko eta jarduteko moduan. Espazioaren eta giza jokabidearen arteko erlazioa.

"Komunitatea leku integratzailea da, indartzen eta bultzatzen gaituena, eusten eta indartzen gaituena, pertsonak aurkitzen eta baloratzen dituena". (Caritas Bizkaiako Gizarte Ekintzako Eredua)

Garapen Jasangarriaren 11 Helburua (GJH) hiri eta komunitate jasangarriak lortzera bideratuta dago. Hiriak eta auzoak inklusiboak, seguruak, erresilienteak, jasangarriak, bizi-baldintza duinak dituztenak... izatea lortzea da helburua.

Laudatu Helburua 7 "Ahalegin komunitarioa eta parte-hartze aktiboa" aipatzen ditu, hau da, erresilientzia eta komunitatearen ahalduntzea bultzatzea, konpromiso komunitarioa, sustraitzearen sustapena eta tokiko komunitateetan eta auzoetan kide izatearen sentimendua. Azken batean, gizarte irekia, solidarioa eta integratzailea sustatzea.

Benetako garapenaz hitz egin ahal izateko, giza bizi-kalitatea erabat hobetzen dela ziurtatu beharko da, eta horrek pertsonen existentzia igarotzen den espazioa aztertzea eskatzen du. (LS 148)

Gure laguntasunak pertsonen bizitzaren ingurunean eragin behar du, harreman-sarek eta gizarte-laguntzako sarek betez. Giza harreman hurbil eta beroek, benetako jabe-komunitateak eraikitzeak, lekuak bizitza duina garatzeko testuinguru bihurtzen dituzte. Ongizateak bizi-kalitate hobea adierazten digu. Bizitza giza harremanen indarrarekin eraikitzen da, oinarritzko premien estaldurarekin, ondasun naturalen zaintzarekin, osotasun gisa.

Gure pertenezkoa-sentimendua, sustraitze-sentsazioa eta «etxean egotearen» sentimendua areagotzen duten leku komunak zaindu behar dira. Indibidualitateen batuketa baino gu indartsuago bat eraikitzea.

Gaur egun, gizartea, funtsean, komunitatea eraikitzea da. Eta hori da gure fededunari gehien datxekiona: komunitatea sortzea, topaguneak sortzea.

"Arazo sozialei sare komunitarioekin erantzuten zaie, ez ondasun indibidualen batuketa hutsarekin. Beharrezkoa den bihurketa ekologikoa ere (...) erkidego-bihurketa bat da ". (LS 219).

"Benetako ekologia justizia soziala, ahulenen eskubideekiko errespetua eta sorkuntzarekiko harreman harmonikoa sustatzen duena da. Ikuspegi integral baten bidez soilik lortuko dugu etorkizun bidezkoagoa eta iraunkorragoa bermatuko duen oreka» (LS)

Ekologia integralak zaintzaren kontzeptua gizakien eta naturaren arteko harremanera zabaltzen du. Giza ongizatea planetaren osasunari lotuta dago berez.

Komunitate gizatiarragoa eta errukitsuagoa eraikitzea, erronka komunei batasunerako eta elkarri laguntzeko espirituarekin aurre egiteko gai izango dena. Frantzisko aita santuak, FRATELLI TUTTIIn, «auzoaren» espiritua berreskuratzea gonbidatzen du, non pertsona bakoitzak berez sentitzen duen bide-laguntza emateko eta laguntzeko betebeharra, non balio komunitarioak gordetzen diren, non hurbiltasun-harremanak doakotasun-, elkartasun- eta elkarrekotasun-notekin bizitzen diren.

ZAINTZA

"Zaintzeak" beste pertsonaren sufrimenduez arduratzea esan nahi du, "Nor da nire lagun hurkoa?" Lk. 1.1. Epe luzerako konpromisoa da, eta helburu komun baterako bidea partekatzen duten "bidelagun" bihurtzen gaitu. Modu osagarrian menpekoak garenez, etengabe jasotzen eta zaintzen ditugun izakiak gara nahitaez.

Zaintza anaitasunera gonbidatzen duen zerumuga gisa aurkezten da, herritarrak eta ekologia

integrala elkartzen diren ikuspegi bat, gizarte justuago eta solidarioago bat eratzeko.

Zaintzaren ikuspegi integral horrek komunitateko pertsona guztien artean partekatutako erantzukizuna eta elkarrekiko errespetua sustatzen ditu, baita bizi garen ingurumenarekiko errespetua ere.

«Gure bizitza eta naturarekiko harremanak benetan zaintzea ezin da bereizi anaitasunetik, justiziatik eta besteekiko fideltasunetik» (LS70).

Zaintzaz hitz egiten dugunean, ez gara soilik pertsonaz ari, gure bizitzako esparru asko hartzen ditu: gure harremanak, gure komunitateak, gure planeta.

"Ingurumenarekiko kezka behar da, gizakienganako maitasun zintzoarekin eta gizartearen arazoan aurrean etengabeko konpromisoarekin batera" (LS91).

"Zaintza unibertsalak esan nahi du guztiok garelako zaintza zuzenen lanaren erantzule, baita beste pertsona batzuen eta planetaren hazkundeaz arduratzeko eta inplikatzeko ardura ere" (Zaintzen manifestua. Interdependentziaren politika)

Gaur egungo gizarteak, indibidualismoaren pisuaren eta autosufizientziaren etengabeko enfasiaren pean, alde batera utzi du pertsonen eta ingurunearen zaintza. Jesusek zerbait handiagoa deitzen gaitu: maitasunetik bizitzera, gehien behar duten pertsonak zaintzera eta anaitasun eta justizia kultura bat sortzera. Komunitate kristauen DNA komunitate zaintzaileak izatea da.

ESPERANTZA

Itxaropena gure bizitzaren erdigunean dago.

"Itxaropenak ez du huts egiten" Frantsizko Aita Santua. *Spes non confundit*

Itxaropenez ibiltzen gara, zainketa-espazioak eta komunitate nabarmen irekiak, maitekorrak, abegikorrak... artikulatzeko.

Edozein unetan itxaropena zaintzaz elikatzen da, norbait zain duzula jakiteaz. Norbait zain daukadalako espero dut. (*Itxaropenerako espazioak. Joaquín García Roca*)

Kristau itxaropena eusten gaituen ziurtasuna da, ekaitzaren erdian aingura bat bezala. Itxaropenak irmotasuna ematen digu ziurgabetasun-uneetan. Bizitzako ekaitzetan, dena erortzeaz dagoela sentitzen dugunean, itxaropenak eusten digu tinko. Ez da ikusten dugun horretan oinarritzen den itxaropena, ikusten ez dugun horretan baizik. Kristau itxaropenak ez digu zailtasunik gabeko bizitzarik agintzen, baina Jainkoa gure borroka guztietan presente egongo dela ziurtatzen digu. Itxaropena ez da jarrera pasiboa soilik, gure bizitza eta mundua ikusteko modua eraldatzeko gaitasuna du. Itxaropenean bizi garenean, Jainkoaren begiez begiratzen diegu besteei. Itxaropenak eraldatu egiten du gure bizimodua.

Ibiltzea itxaropen-ekintza bat da, helburu batera iritsiko garelako jakitea, bidea nolakoa izango den, nola zeharkatu behar dugun eta zer poz eta oztopo aurkituko ditugun jakin gabe.

Itxaropen kutsuko jubileurako gonbidapenak bide zehatzetan ibiltzera deitzen gaitu, gure

zerumuga kontuan hartuta. Itxaropenezko langileak gara mundu honen erdian eta argi txikiak, faroltxoak izatea eskatzen zaigun lekuetan. Alternatibak sortzeko gai izan behar dugu. Itxaropenaren zeinu sinesgarriak izan behar dugu.

PARTAIDETZA

Amankomunean itxaropenaren klabeen pentsatzeak eskubideen, parte-hartzearen eta elkarrekikotasunaren erabilera defendatzeaz hitz egitera garamatza. Dei horietatik honako hauen garrantzia ikusten da:

- Gizarte-mugimenduak, -foroak eta -mahaiak sustatzea, gehien sufritzen duten pertsonen errealitatea hurbiltzeko eta komunitate-mailako konponbideak bilatzeko.
- Kristau elkarteari parte hartzea eta bide-laguntza ematea bizimodu iraunkorraren, pertsona ahulenen eta guztion ongiaren aldeko konpromisoan.
- Pertsona kalteberenek parte hartzeko prozesuak eta espazioak sustatzea komunitate-, gizarte-, politika- eta zaintza-esparruetan eta -prozesuetan.
- Sareko lana sustatzea

Proposamenak

Ez dira ekintza handiak, eguneroko keinu txikiak baizik, zaintzaren aldeko gure hautua islatzen dutenak, bai gure harreman pertsonaletan, bai munduarekin dugun harremanean. Komunitatean eragina duten aukerak.

- Gure inguruneari, gure lan-eremuei, auzoei eta herriei begiratzea, eta sufritzen duten pertsonen "ohartzea", ezagutzea, nahiz eta gure ingururik hurbilenekoak ez izan. "Errukia izatea", haren sufrimendua ulertzea, hunkitzea eta enpatia sentitzea. «Ez da posible minaren aurrean axolagabe bizitzea, ezin diogu inori bizitzaren albo batean geratzen utzi». (FT, 68). Geure buruari galdetu nola izan naitekeen, nola izan gaitezkeen aldaketarako tresnak.
- Topaketa bizimodu gisa txertatzea. «Kontaktu-puntuak bilatzea, zubiak eraikitzea, guztiak barne hartzen dituen zerbait proiektatzea» (FT, 216). "Besteen hauskortasuna norberarena egitea, bazterkeria-gizartea eratzen ez uztea, hurkoa egitea eta eroria altxatzea eta birgaitzea baizik, ongia komuna izan dadin" (FT, 67).
- Modu errazean bizitzea, behar baino gehiago kontsumitu gabe. Bereizi gure premiak, gure biziraupenerako eta ongizaterako oinarritzekoak eta funtsezkoak direnak, eta gure nahiak, askotan kontsumismoak eta berehalako esker ona bilatzeak bultzatzen dituztenak. Neurritz eta sinpleki bizitzea, bizitzaren funtsezkoa bideratuz. "Bizitzea, besterik gabe, beste batzuk bizi ahal izateko"
- Arduraz kontsumitzea. Kontsumo jasangarriko ohiturak hartzea, berrerabiltzea, birziklatzea, berraprobetxatzea... Ekonomia solidarioko erakundeen aldeko apustua egin (Koopera, Kidenda, Lapiko, Fiare, Zaintzalan...)
- Zaindu axola duena. Entzuteko denbora ematea, pertsonekin konektatzea, bizi dituzten egoerekin enpatizatzea, ingurunea zaintzea, aurkitzen ditugun leku komunak sortzen laguntzea, harremanak izatea, elkar ezagutzea...
- Komunitate-bizitzan modu aktiboan eta kontzientean parte hartzea: baliabideak eta

aukerak modu ekitatiboan eskuratzea bermatuko duten politika publikoak sustatzea, giza eskubideak eta justizia soziala defendatzea...

- Barne-turismoko bidaia bat planifikatzea, arimako paraje eta paisaietan barrena bidaia bat. Kanpoko eta barruko zaratatetik ihes egitea, isiltasuna bilatzea bitza-aldaketa eragiten duen bizi-espazioa aurkitzeko. Natura ikustea, zaintzea eta gozatzea.

Otoitza

VIENES A TRAERNOS LA PAZ

Fue lo primero que decías a tus discípulos: “paz a vosotros”.
Porque tu sola presencia ya nos llena de paz,
nos sosiega por dentro y nos ayuda a vivir serenos.
Y una vez que nos has pacificado, que nos has relajado,
que nos has quitado los agobios de la vida,
entonces, y sólo entonces, nos pones en misión,
enviándonos a acompañar la vida de los hermanos.

Nos invade tu Espíritu y nos convierte en sanadores,
en amigos confidentes, en compañeros de vida,
impulsadores de sueños y de transformación social.

Descansando en Ti, cuando estamos agobiados,
nos envías a llevar paz a los que viven angustiados,
comprensión y disculpa para los marginados,
perdón y compañía para los solos y entristecidos.

Con tu fuerza y tu impulso nos conviertes en amigos,
en la mano tendida al que lo necesita,

en la defensa justa de lo que no funciona,
en la voz del que no puede gritar y pedir lo que le es debido.

Envueltos en tu amor podemos transformar el mundo entero
con pequeñas vivencias cotidianas, con gestos, con ternuras,
con mil detalles, con tareas y posturas concretas
de amor, de convivencia, de tolerancia y de solidaridad.

Mari Patxi Ayerra

Abestia

“Tenemos esperanza” <https://www.youtube.com/watch?v=Nhx4Le7RN9o>

Caritasen kanpaina Frantzisko aita santuak Spes non confundit liburuan idatzitako "Garizumako geografia" elizbarrutiko Garizumako materialekin lotzen da: "Itxaropen eta pazientzia multzo honek argi eta garbi erakusten dau kristinai bizitza bide bat dala, itxaropena elikatu eta indartzeko une indartsuak behar dabezala".

ORIENTACIONES CAMPAÑA ABRIL 2025

Este documento tiene como objetivo compartir algunas claves y orientaciones para animar a los agentes de Cáritas y a la comunidad cristiana a preparar la campaña de Caritas del día 6 de abril.

Las campañas de Cáritas buscan ANIMAR, SENSIBILIZAR y DAR TESTIMONIO de la Buena Noticia de Jesús al resto de la comunidad cristiana, así como MOSTRAR la labor que realizamos.

El contenido de este material puede servir para preparar diferentes recursos: hoja informativa, dinamización de la campaña, organizar una charla, preparar un tiempo de oración.... Esta campaña, como la de Navidad, se enmarca en:

- La celebración del 75 aniversario de la constitución de la Diócesis de Bilbao
- Somos comunidad y queremos mirar al futuro: ETORKIZUNARI BEGIRA. En sintonía con lo propuesto en el VI Plan diocesano de Evangelización
- Jubileo "Peregrinos de esperanza"
- Quinto Domingo de Cuaresma: Preparación para la Pascua

Idea central: La Comunidad. Lo comunitario como espacio de inclusión, creación de vínculos, participación, diversidad, encuentro, ... Cuidado de lo comunitario.

ALKARTEA, GURE ALDARTEA

Camino de esperanza

"Necesitamos una solidaridad universal nueva. Se necesitan los talentos y la participación de todos (...) cada uno desde su cultura, su experiencia, sus iniciativas y sus capacidades"
(Laudato Si 14)

ALKARTEA, GURE ALDARTEA

La comunidad, nuestra oportunidad

Miramos nuestros barrios, nuestros pueblos y descubrimos: individualismo, limitadas prestaciones de servicios básicos, escasez de vivienda adecuada, deterioro de las infraestructuras, ausencia o debilidad de vínculos, vulnerabilidad relacional, ...

Todas las personas vivimos insertas en una red de relaciones sociales que nos proporcionan acceso o nos impiden acceder a determinados recursos e influyen en cómo somos y cómo nos desenvolvemos. Las comunidades a las que pertenecemos influyen en nuestra vida de una forma muy significativa. Los escenarios que nos rodean influyen en nuestro modo de ver la vida, de sentir y de actuar. Interrelación entre el espacio y la conducta humana.

"La comunidad es lugar integrador que nos refuerza e impulsa, que sostiene y fortalece, que descubre y valora a las personas". (Modelo de Acción Social de Caritas Bizkaia)

El Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) 11 se centra en lograr ciudades y comunidades sostenibles. Lograr que las ciudades y barrios sean inclusivos, seguros, resilientes,

sostenibles, con condiciones dignas de vida....

El Objetivo Laudato Si 7 habla del “Empeño comunitario y la participación activa” que se concreta en favorecer la resiliencia y el empoderamiento de la comunidad, en el compromiso comunitario, el fomento del arraigo y el sentido de pertenencia en las comunidades locales y los barrios. En definitiva, en promocionar una sociedad abierta, solidaria e integradora.

Para que pueda hablarse de un auténtico desarrollo, habrá que asegurar que se produzca una mejora integral en la calidad de vida humana, y esto implica analizar el espacio donde transcurre la existencia de las personas. (LS 148)

Nuestro acompañamiento debe incidir en el entorno de la vida de las personas llenándolas de redes relacionales y de apoyo social. Las relaciones humanas cercanas y cálidas, la construcción de auténticas comunidades de pertenencia hacen que los lugares se conviertan en contextos para el desarrollo de una vida digna. El bienestar nos refiere a una mejor calidad de vida. La vida se construye con la fuerza de las relaciones humanas, la cobertura de las necesidades básicas, el cuidado de los bienes naturales como una integralidad.

Hace falta cuidar los lugares comunes que acrecientan nuestro sentido de pertenencia, nuestra sensación de arraigo, nuestro sentimiento de «estar en casa». Construir un nosotros-unos más fuerte que la suma de individualidades.

Lo social hoy es, fundamentalmente, construir comunidad. Y esto es lo más inherente a nuestro ser creyente: crear comunidad, generar espacios de encuentro.

“A problemas sociales se responde con redes comunitarias, no con la mera suma de bienes individuales. La conversión ecológica que se requiere (...) es también una conversión comunitaria”. (LS 219).

“La verdadera ecología es aquella que promueve la justicia social, el respeto por los derechos de los más vulnerables y una relación armónica con la creación. Solo mediante un enfoque integral podremos alcanzar un equilibrio que garantice un futuro más justo y sostenible” (LS)

La ecología integral amplía el concepto de cuidado a la relación entre los seres humanos y la naturaleza. El bienestar humano está intrínsecamente ligado a la salud del planeta.

Construir una comunidad más humana y compasiva, capaz de enfrentar los desafíos comunes con un espíritu de unidad y apoyo mutuo. El Papa Francisco en FRATELLI TUTTI invita a recuperar el espíritu del «vecindario», donde cada persona siente espontáneamente el deber de acompañar y ayudar, donde se conservan valores comunitarios, donde se viven las relaciones de cercanía con notas de gratuidad, solidaridad y reciprocidad.

CUIDADO

“Cuidar” significa hacerse cargo de los sufrimientos de la otra persona, «¿Quién es mi prójimo?» Lc. 10. Se trata de un compromiso a largo plazo que nos transforma en “compañeras- compañeros de viaje” que comparten el camino hacia una meta común. Como somos constitutivamente dependientes, somos también necesariamente seres que recibimos y damos cuidados de manera permanente.

El cuidado se presenta como un horizonte que invita a la fraternidad, una visión donde la ciudadanía y la ecología integral se entrelazan para formar una sociedad más justa y solidaria.

Este enfoque integral del cuidado promueve la responsabilidad compartida y el respeto mutuo entre todas las personas de la comunidad, así como con el medio ambiente que habitamos.

«El auténtico cuidado de nuestra propia vida y de nuestras relaciones con la naturaleza es inseparable de la fraternidad, la justicia y la fidelidad a los demás» (LS70).

Cuando hablamos del cuidado, no solo nos referimos a las personas, abarca muchos ámbitos de nuestra vida: nuestras relaciones, nuestras comunidades, nuestro planeta.

“Se requiere una preocupación por el ambiente unida al amor sincero hacia los seres humanos y a un constante compromiso ante los problemas de la sociedad” (LS91).

“El cuidado universal significa que todos somos conjuntamente responsables del trabajo de los cuidados directos, así como de implicarnos y preocuparnos por el crecimiento de otras personas y del planeta” (El manifiesto de los cuidados. La política de la interdependencia)

La sociedad actual, bajo el peso del individualismo y el énfasis continuo de la autosuficiencia, ha descuidado el cuidado de las personas y del entorno. Jesús nos llama a algo mayor: a vivir desde el amor, a cuidar de las personas que más necesitan y a crear una cultura de fraternidad y justicia. El ADN de las comunidades cristianas es ser comunidades cuidadoras.

ESPERANZA

La esperanza está puesta en el centro de nuestra vida.

“La esperanza no defrauda” Papa Francisco. *Spes non confundit*

Caminamos con esperanza, nos hacemos presente para articular espacios de cuidado y comunidades significativamente abiertas, cariñosas, acogedoras, ...

La esperanza en cualquier momento se nutre del cuidado, de saber que alguien te espera. Yo espero porque alguien me espera. (*Espacios para la esperanza. Joaquín García Roca*)

La esperanza cristiana es una certeza que nos sostiene, como un ancla en medio de la tormenta. La esperanza nos da firmeza en los momentos de incertidumbre. En las tormentas de la vida, cuando sentimos que todo está a punto de derrumbarse, la esperanza es lo que nos mantiene firmes. No es una esperanza que se basa en lo que vemos, sino en lo que no vemos. La esperanza cristiana no nos promete una vida sin dificultades, pero sí nos asegura que Dios estará presente en todas nuestras luchas. La esperanza no es solo una actitud pasiva, sino que tiene la capacidad de transformar nuestra vida y nuestra forma de ver el mundo. Cuando vivimos en esperanza, comenzamos a mirar a las demás personas con los ojos de Dios. La esperanza transforma nuestra forma de vivir.

Caminar es un acto de esperanza, saber que llegaremos a una meta, sin tener la certeza de cómo será el camino, de cómo debemos transitarlo y de qué alegrías y obstáculos nos

encontraremos en él.

La invitación al jubileo con tinte esperanzado nos llama a andar por caminos y sendas concretas en la historia teniendo presente nuestro horizonte. Somos personas trabajadoras de esperanza en medio de este mundo y en los lugares en los que se nos pide ser pequeñas luminarias, farolillos. Tenemos que ser capaces de generar alternativas. Tenemos que ser signos creíbles de esperanza.

PARTICIPACIÓN

Pensar en lo común en clave de esperanza nos lleva a hablar de defender el ejercicio de los derechos, de la participación, la reciprocidad. Desde estas llamadas se descubre la importancia de:

- Participación y fomento de movimientos, foros y mesas de dialogo social para acercar la realidad de las personas que más sufren y buscar soluciones en clave comunitaria.
- Participación y acompañamiento a la comunidad cristiana en el compromiso en favor de un estilo de vida sostenible, de las personas más vulnerables y del bien común.
- Fomento de procesos y de espacios de participación de las personas más vulnerables en espacios y procesos comunitarios, sociales, de incidencia política, de cuidados, ...
- Fomento del trabajo en red

Propuestas

No se trata de grandes acciones sino de pequeños gestos cotidianos que reflejan nuestra opción por el cuidado, tanto en nuestras relaciones personales como en nuestra relación con el mundo. Opciones que tienen impacto en la comunidad.

- Mirar a nuestro entorno, nuestros espacios de trabajo, barrios, pueblos y “darnos cuenta” de las personas que sufren, reconocerlas, aunque no sean de nuestro círculo más cercano. “Tener compasión”, comprender su sufrimiento, conmoverse y sentir empatía. «No es una opción posible vivir indiferentes ante el dolor, no podemos dejar que nadie quede a un costado de la vida”. (FT, 68). Preguntarnos cómo puedo, cómo podemos ser instrumentos de cambio.
- Incorporar el encuentro como estilo de vida. «Buscar puntos de contacto, tender puentes, proyectar algo que incluya a todos» (FT, 216). “Hacer propia la fragilidad de los demás, no dejar que se erija una sociedad de exclusión, sino hacerse prójimo y levantar y rehabilitar al caído, para que el bien sea común» (FT, 67).
- Vivir de manera sencilla, sin consumir más de lo necesario. Distinguir entre nuestras necesidades, que son básicas y fundamentales para nuestra supervivencia y bienestar, y nuestros deseos, que a menudo son impulsados por el consumismo y la búsqueda de gratificación inmediata. Vivir con moderación y simplicidad, orientándonos hacia lo esencial de la vida. “Vivir sencillamente para que otros sencillamente puedan vivir”
- Consumir de manera responsable. Adoptar por hábitos de consumo sostenible, reutilizar, reciclar, reaprovechar, ... Apuesta por las entidades de economía solidaria (Koopera,

Kidenda, Lapiko, Fiare, Zaintzalan, ...)

- Cuidar lo que importa. Dedicar tiempo a escuchar, conectar con las personas, empatizar con las situaciones que viven, cuidar el entorno, favorecer la creación de lugares comunes donde encontramos, relacionarnos, reconocernos...

- Participar activa y conscientemente en la vida comunitaria: promoción de políticas públicas que garanticen el acceso equitativo a recursos y oportunidades, defensa de los derechos humanos y la justicia social....

- Planear un viaje de turismo interior, un viaje por los parajes y paisajes del alma. Huir de los ruidos exteriores e interiores, buscar el silencio para encontrar el espacio vital que anima a un cambio de vida. Contemplar, cuidar y disfrutar de la Naturaleza.

Oración

VIENES A TRAERNOS LA PAZ

Fue lo primero que decías a tus discípulos: “paz a vosotros”.
Porque tu sola presencia ya nos llena de paz,
nos sosiega por dentro y nos ayuda a vivir serenos.
Y una vez que nos has pacificado, que nos has relajado,
que nos has quitado los agobios de la vida,
entonces, y sólo entonces, nos pones en misión,
enviándonos a acompañar la vida de los hermanos.

Nos invade tu Espíritu y nos conviertes en sanadores,
en amigos confidentes, en compañeros de vida,
impulsadores de sueños y de transformación social.

Descansando en Ti, cuando estamos agobiados,
nos envías a llevar paz a los que viven angustiados,
comprensión y disculpa para los marginados,
perdón y compañía para los solos y entristecidos.

Con tu fuerza y tu impulso nos conviertes en amigos,
en la mano tendida al que lo necesita,

en la defensa justa de lo que no funciona,
en la voz del que no puede gritar y pedir lo que le es debido.

Envueltos en tu amor podemos transformar el mundo entero
con pequeñas vivencias cotidianas, con gestos, con ternuras,
con mil detalles, con tareas y posturas concretas
de amor, de convivencia, de tolerancia y de solidaridad.

Mari Patxi Ayerra

Canción

“Tenemos esperanza” <https://www.youtube.com/watch?v=Nhx4Le7RN9o>

la campaña de Caritas se vincula con los materiales de Cuaresma de la diócesis “La geografía de Cuaresma” que toma el texto del papa Francisco en Spes non confundit: “Este entretejido de esperanza y paciencia muestra claramente cómo la vida cristiana es un camino, que también necesita momentos fuertes para alimentar y robustecer la esperanza”.