

HERMANAS CARMELITAS TERESAS DE SAN JOSÉ

CONVIVENCIA RETIRO 5

“Identidad Carismática”



«Nadie ama a su patria por ser la más grande, la más rica o la más avanzada, sino porque es la suya»

Año 2025-2026

El retiro propuesto para este año, tiene como ahondar en el tema “Identidad Carismática”.

En el corazón de cada persona habita una chispa única, una forma de ser que refleja el amor, la fe y el compromiso con los demás. Este retiro convivencia no es solo una pausa en el camino, sino una oportunidad para mirar hacia dentro, reencontrarnos con lo que nos hace auténticos y redescubrir la identidad carismática que nos une como comunidad o grupo.

A través de momentos de reflexión, dinámicas simbólicas, oración compartida y espacios de convivencia, nos adentraremos en el misterio de nuestra *identidad carismática*: ese conjunto de valores, gestos y actitudes que nos conectan con una misión más grande, inspirada por el Evangelio y vivida en lo cotidiano.

Este encuentro busca despertar en cada uno el deseo de vivir con mayor coherencia, alegría y profundidad el carisma que hemos recibido, reconociendo que nuestra identidad no es estática, sino una llamada constante a crecer, servir y amar.

Los contenidos que abordaremos son:

- ¿Cómo se traduce la experiencia de Dios en mi vida?
- La oración fuente de nuestra identidad carismática
- Servicio, comunidad y misión
- Proyecto de Vida: ¿Quién soy y cómo vivo lo que creo?

(Los temas y dinámicas deben ser adaptadas al contexto y realidad de cada lugar, demos paso a las mociones del Espíritu, que sea él quien conduzca este Retiro)

Comisión de Evangelización

Motivación

Dinámica: “El Mural del Sentido de identidad y pertenencia”

Objetivo: Explorar y expresar de forma creativa los elementos que conforman nuestra identidad y pertenencia, reconociendo cómo se vive en lo personal y en lo comunitario.

Materiales:

- Cartulina grande o tela para el mural
- Pinturas, marcadores, recortes, revistas, pegamento
- Hojas individuales con preguntas guía
- Música ambiental suave
- Velas o símbolos del carisma (agua, luz, semillas, etc.)

Desarrollo:

Comenzamos este encuentro prestando atención al video que se va a proyectar.

Primer día de clase de un profesor:

<https://www.youtube.com/watch?v=X5kxhMygXi4>

1. Inicio – Reflexión personal (15 min):

Cada participante recibe una hoja con preguntas como:



- ¿Qué cualidades descubres en este profesor?
- ¿Qué hay en este profesor para poder comunicar a su alumnado todo lo que ha expresado?
- ¿Qué nivel de identidad tendría yo que tener con la institución en la que trabajo?
- ¿Qué diferencia hay entre un profesor como este y uno que llega a una institución sin objetivos claros o que no logra adaptarse al carácter propio de esa institución?

2. Creación – Expresión artística (30 min):

Con los materiales disponibles, cada uno crea una pieza (dibujo, palabra, símbolo, recorte) que represente su identidad y sentido de pertenencia. Luego, todos colocan sus piezas en el mural colectivo, formando una obra que refleje la diversidad y unidad del grupo.

3. Compartir – Círculo de escucha (20 min):

Se forma un círculo alrededor del mural. Cada participante explica brevemente su aporte y lo que significa para él o ella. Se puede encender una vela por cada intervención, como signo de luz compartida.

4. **Cierre – Signo comunitario (10 min):**
El mural se bendice o se consagra con una oración simbólica, agradeciendo el carisma que los une. Puede quedar expuesto durante el retiro convivencia como signo de identidad viva.

Oración: SOY YO

Soy Presencia y arrullo.
Promesa y encuentro,
llamada y grito.



Soy Palabra o Silencio,
canción y poema,
huracán o brisa.

Soy camino y refugio,
caricia y abrazo,
verdad y vida.

Soy bandera y proyecto,
libertad y reto.

Soy, en ti, un milagro.

Material de apoyo:

Sentido de identidad y pertenencia.

Cuando hablamos de sentido de pertenencia, nos referimos al sentimiento o la conciencia de formar parte de un grupo en el que adquirimos modelos de referencia, que influyen directamente en nuestras características. Tiene su origen en la familia ya que es el primer grupo al que pertenecemos.

Habrá innumerables tipos de comunidades, así como de sentidos de pertenencia, pero en todos encontraremos una piedra angular común. En estos grupos, las personas desarrollan lazos afectivos, se saben valoradas y comparten un conjunto de tradiciones, un pasado común, pautas de comportamiento, valores y símbolos patrios que contribuyen al desarrollo de compromisos en proyectos comunes.

Al promover en los espacios educativos el desarrollo de un sentido de pertenencia flexible e incluyente —a diversos grupos, la comunidad, la nación y la humanidad—

se pretende que generen disposiciones en los alumnos para participar constructivamente en la mejora del ambiente social y natural, interesarse en la situación económica del país, cuestionar la indiferencia ante situaciones de injusticia y solidarizarse con las personas o grupos de diferentes latitudes y contextos.

Cinco puntos importantes que considerar sobre la identidad:

- La identidad se construye en la interacción con otros.
- La identidad es una definición socialmente construida del ser.
- En la definición son centrales: el sentido del ser, la continuidad espacio-temporal y el reconocimiento por otros de la existencia.
- La identidad es un fenómeno eminentemente subjetivo que contiene un fuerte componente emocional.
- La formación de la identidad implica un proceso de reconocimiento y valoración de la propia individualidad, por lo que se asocia muy estrechamente a la autoestima.



El sentido de pertenencia, cuando lo tenemos, nos hace sentirnos más seguros en este mundo plagado de inseguridades. Y tú, ¿a qué perteneces?

Jesús con el «Yo soy», revela su origen divino. Es el nombre propio de Dios. Cuando el faraón le pregunta a Moisés cuál es el nombre de Dios, le responde: «Yo soy». Por eso Jesús cuando habla de la cruz, de ser levantado en lo alto, dice que «lo atraeré todo hacia mí, y sabréis que “Yo soy”». **Su profunda identidad se revela en su muerte y resurrección.**

Nos preguntamos, y mi identidad, nuestra identidad ¿Dónde se revela?

PRIMER MOMENTO: ¿CÓMO SE TRADUCE LA EXPERIENCIA DE DIOS EN MI VIDA? – VOCACIÓN DEL LAICO

🌿 Dinámica: “Manos que Transforman: La Vocación del Laico en Acción” 🌿

Objetivo: Reconocer la vocación del laico como una llamada a vivir el carisma en lo cotidiano, siendo presencia activa de amor, servicio y esperanza en el mundo.

🧰 Materiales:

- Siluetas de manos en cartulina (una por participante)
- Marcadores, colores, revistas para recortes
- Cinta adhesiva o cuerda para colgar las manos

- Frases inspiradoras sobre la vocación laical y el carisma
- Música instrumental suave

☀ **Desarrollo:**

1. Inicio – Inspiración y reflexión (15 min):

- Se presenta el video Cuadernos del Concilio: los laicos. <https://www.youtube.com/watch?v=lqmtlFL2WqE>
- “El laico es aquel que, desde su vida cotidiana, responde a la llamada de Dios viviendo el Evangelio con coherencia, compromiso y alegría. Su vocación es ser luz en medio del mundo, encarnando el carisma en cada gesto, palabra y decisión.”

Luego, se invita a reflexionar en silencio sobre:

- ¿Cómo vivo mi vocación como laico/a en mi entorno?
- ¿Qué gestos concretos expresan mi identidad carismática?

2. Creación – Manos que hablan (25 min):

- Cada participante recibe una silueta de mano y la decora con palabras, símbolos o imágenes que representen su vocación laical y cómo vive el carisma.
Ejemplos: “Escucha”, “Servicio”, “Esperanza”, “Cuidado de la Casa Común”, “Educación con amor”.
- Las manos se cuelgan en una cuerda, formando una “cadena de vocaciones” que representa la fuerza del laicado unido por el carisma.

3. Compartir – Testimonio simbólico (20 min):

- En pequeños grupos, cada uno comparte el significado de su mano. Se puede cerrar con una frase comunitaria como:
- “Somos manos que transforman, unidos por un carisma que nos llama a vivir con amor y compromiso.”

4. Cierre – Signo y envío (10 min):

- Se realiza un gesto simbólico de envío: cada participante recibe cruz pequeña como signo de su vocación laical, con una oración que los anime a ser luz y vida en su entorno.

SEGUNDO MOMENTO: LA ORACIÓN FUENTE DE NUESTRA IDENTIDAD CARISMÁTICA

Espacio orante (música instrumental mientras se lee el salmo despacio. Dejar unos minutos para interiorizar.

SALMO EN BUSCA DE LA INTERIORIDAD

Deja que este salmo te ayude a encontrar o a confirmar tu propia identidad

¿Me conoces, Señor? ¿Sabes quién soy por dentro?
No te fijes en mi rostro, que no tengo rostro.
Llevo puesta una pesada mascara que me impide ser yo mismo.

Estoy aturdido, desconcertado y perdido en mí mismo.
Quiero hacer camino hacia mi interioridad y no sé cómo avanzar paso a paso.
Soy un desconocido para mí. Desconocido para los otros.
Estoy cansado de quedarme fuera de las cosas.

Quiero entrar en mí mismo, conocerme por dentro.
Quiero saber quién soy, cual es mi origen.
Quiero saber porque estoy en la vida.
Quiero saber los porqués de tantas cosas.
Señor Jesús, quiero saber qué hago en la vida,
Saber si vale la pena vivir como yo vivo.

Quiero saber hacia dónde camino.
Quiero saber por qué ahora estoy alegre y luego triste.
Quiero saber por qué lucho entre el pesimismo y la valentía.
Quiero saber por qué me canso en las cosas que hago.
Por qué soy inconstante en ellas. ¡Por qué!
Señor, busco dentro de mí y no me aclaro.

Buceo en mí, Señor, y me ahogo en mis aguas turbias.
Quiero llegar hasta el fondo y apenas piso la superficie.
Señor, ¿Dónde encontrar respuesta a mi búsqueda?

Me cuesta decirlo, pero parezco diferente a lo que soy.
Muchas veces me pinto la cara como un payaso de circo.
Sí, Señor, lo reconozco llevo máscaras. No soy yo mismo.
Mi vida transcurre en la cuerda floja.
Me gusta el aplauso. Ser centro. Importante.
Me gusta que hablen de mal y tener buena imagen.
Me gusta, Señor, mirarme al espejo de los otros
y copiar imágenes, figuras, rostros que no son los míos.



Me gusta ser protagonista: el ombligo del mundo.
Me gusta llamar la atención.
Señor Jesús, ¿es todo este camino para hacerse hombre?

Ayúdame, Señor, a buscar mi otro rostro. Mi verdadero rostro.
Ayúdame a quitarme las caretas.
Ayúdame a descubrirme por dentro.
Ayúdame a aceptarme como realidad que soy.
Ayúdame a aguantar mis miedos, mis inseguridades.
Ayúdame a superar mis fracasos y salir de mis derrotas.
Ayúdame a seguir adelante Y no volverme atrás.
Ayúdame a superar mis desánimos y mis desilusiones.
Ayúdame a saber comenzar cada día: ¡Siempre!

Señor Jesús, no quiero quedarme encerrado en mí mismo.
Señor Jesús, rompe mi concha, retira mi máscara, derriba mi muro
Y sé para mi Puente, ese Puente que necesito para pasar del cerco de mis amarras
a la libertad de un corazón nuevo y lleno de vida. Amén.

Canto: Confianza en Dios, de Kairoi (<https://youtu.be/e1Dlt9WZzf4>)

La confianza en Dios es patrimonio de los sencillos. Y es fuente de alegría y felicidad profunda. Y es que tenemos la certeza de que Dios nos ama, sigue confiando en el hombre y nos hace colaboradores de su Reino. Por eso, queremos ser instrumentos, y le pedimos que nos muestre su verdad y su luz; hay que morir, como el grano de trigo, para dar frutos de vida, de alegría y libertad.

Tú, Señor nos has dado el don
de poder darnos en fiesta a los demás
el secreto de la felicidad,
en vivir con alegría la adversidad.

Sé muy bien que nos das tu amor,
que no pierdes la confianza en la humanidad,
que nos eres fiel y lo serás,
que siempre vivirás en las personas.

**Quiero seguir tu voluntad
ser instrumento y caminar,
siendo testigo de tu vida y tu voluntad
quiero seguir tu voluntad, Señor.**

Haz, señor, que el mundo de hoy esté atento a tu llamada y a la misión que nos muestras tú y que de la libertad nacerá un nuevo himno, nueva amistad.

Muéstranos la verdad, la luz, la semilla que da vida, muerta en la cruz, pues muriendo hoy, dará fruto al nacer la alegría que da fuerza y que libera.



TERCER MOMENTO: SERVICIO, COMUNIDAD Y MISIÓN

Dinámica: Somos una familia con identidad propia: la de Teresa Toda y Teresa Guasch

Objetivo

Reconocer y celebrar la identidad espiritual y comunitaria inspirada en las vidas de Teresa Toda y Teresa Guasch, fundadoras de las Hermanas Carmelitas Teresas de San José, como modelo de entrega, amor y servicio.

Estructura de la Dinámica

1. Inicio: Ambientación simbólica

- Coloca en el centro del espacio dos velas encendidas, una con el nombre de Teresa Toda y otra con el de Teresa Guasch.
- Añade elementos como semillas, agua, y tierra para representar la fecundidad de su legado.

2. Presentación: ¿Quiénes fueron Teresa Toda y Teresa Guasch?

- Breve narración o dramatización de sus vidas, destacando:
 - Teresa Toda: mujer valiente, madre consagrada, fundadora en medio de la adversidad.
 - Teresa Guasch: hija comprometida, continuadora del carisma, educadora apasionada.
- Puedes usar recursos como este: Para leer o trabajar en grupos.

Acentos de nuestro carisma que nos dan una fisonomía propia.

Tomado del Proyecto Apostólico Congregacional - PAC: Todos estamos llamados a

fortalecer nuestra vocación, desarrollando la pedagogía de la búsqueda de Dios, que nos permita dar respuesta a su plan salvífico.

Cada comunidad, cada grupo pastoral, cada obra y presencia tiene la responsabilidad de incluir en su proyecto la cultura vocacional, de manera que transmita y promueva que toda vida es vocación; que se nos ha dado la vida para entregarla.

Por el Bautismo, todos somos llamados a una única misión, y sólo podremos llevarla a cabo viviendo en comunión, con conciencia de ser seguidores de Jesucristo y con corresponsabilidad.

Las Hermanas Carmelitas Teresas de San José tenemos la convicción de que el carisma ha de ser vivido y compartido con los laicos, según la especificidad vocacional de cada uno, quienes, en comunión con nosotras en diversas acciones apostólicas, responden de diferentes formas a ese llamamiento bautismal en la Iglesia.

Entendemos por misión compartida la experiencia de compartir con ellos la vivencia del carisma y espiritualidad, desarrollando juntos la única misión de la Iglesia, que es proclamar el Evangelio.

EL ESPIRITU DE FAMILIA

Sabemos que la familia es un "lugar educativo" por excelencia. La vida de la persona que empieza a desarrollarse necesita del calor del afecto, de la valoración que la ayuden a autoafirmarse y a autoestimarse. Necesita de la exigencia y del aprendizaje de la libertad que le posibiliten crecer en responsabilidad. Y necesita, sobre todo, de referentes fuertes que la estimulen y acompañen en la ardua tarea de su realización personal.

Siguiendo la experiencia de nuestras Madres Fundadoras, se ha hecho tradición entre nosotros este ideal. Siempre hemos pretendido que nuestros Colegios, hogares, lugares de misión, fueran un poco la familia, la "casa" de todos los que a ella vinieran. Y aunque no siempre hemos logrado nuestros propósitos, seguimos empeñadas en ir consiguiendo mejores logros. Tanto más, cuanto que hoy, vivir en nuestros lugares de misión el espíritu de familia y propiciar una participación corresponsable de toda la comunidad que participa del proyecto educativo o evangelizador/ formativo que impulsamos en bien de los niños y jóvenes, es una necesidad urgente en la sociedad en que vivimos.

En nuestra misión educativa el espíritu de familia tiene algunas características:

- ♦ El espíritu de familia es un resultado tonificante que se da al trato por la humildad, la sencillez y el servicio, al realizar la acogida, ejercitar la hospitalidad, etc.

- ♦ En la obra educativa y/o evangelizadora que realizamos nadie debe inhibirse; todo el mundo pone manos a la obra y todos cuidan de las cosas como los padres en la casa.
- ♦ La educación o formación es una misión común. No se puede ser solitario: para ser eficaz, la educación ha de ser obra de conjunto.
- ♦ En la tarea que realizamos el trabajo es participativo. Debemos comunicarnos lo que hacemos con naturalidad y trato familiar.
- ♦ No existen burocratismos, ni demasiados niveles, ni distancias excesivas, ni rangos entre personas.

El espíritu de familia se manifiesta, particularmente, en el trato sencillo, franco y dialogante con los alumnos(as) o niños y adolescentes que acompañamos, que nos permite acercarnos a su inteligencia y a su corazón, en el trato sencillo y abierto con los padres y madres o tutores, dispuestos a orientar sus inquietudes y sus dificultades; es un trato de sincera confianza, amistad, y colaboración entre el profesorado, educadores o personas que acompañan los procesos en la misión apostólica.

3. Actividad central: “Mi identidad en esta familia”

- Cada participante escribe en una hoja:
 - “Yo soy parte de esta familia porque...”
 - “Me identifico con Teresa Toda/Guasch en...”
- Luego, se intercambian las hojas al azar y se lee en voz alta: “¿Quién es...?” y “¿Por qué te identificas con...?”.
- Esto promueve empatía, reconocimiento mutuo y sentido de pertenencia.

4. Símbolo comunitario: Mural de identidad

- Cada persona dibuja o escribe una palabra que represente su aporte a esta familia espiritual.
- Se arma un mural con forma de árbol, donde cada hoja representa una identidad personal dentro del tronco común de Teresa Toda y Teresa Guasch.

5. Cierre: Oración comunitaria

- Oración espontánea o guiada que agradezca el legado de las fundadoras y renueve el compromiso de vivir su carisma.
- Para terminar el canto: Somos Familia (Rogelio Cabado) https://www.youtube.com/watch?v=xjuH9hcmqSU&list=RDxjuH9hcmqSU&start_radio=1

CUARTO MOMENTO: PROYECTO DE VIDA: ¿QUIÉN SOY Y CÓMO VIVO LO QUE CREO?

 Enfoque general: Proyecto de vida desde la identidad carismática

Objetivo: Ayudar a los laicos y agentes de pastoral a descubrir quiénes son, qué creen, y cómo pueden vivir su fe y carisma en su vida cotidiana, con autenticidad y compromiso.

Ejes clave:

- **Autoconocimiento:** ¿Quién soy? ¿Qué me define?
- **Creencias y valores:** ¿Qué creo? ¿Qué me mueve?
- **Carisma vivido:** ¿Cómo se refleja el carisma en mi forma de ser y actuar?
- **Compromiso:** ¿Cómo construyo mi proyecto de vida desde lo que creo?

 Taller: *Mi máscara, mi rostro*

- **Tema central:** *¿Quién soy y cómo vivo lo que creo?*
- **Enfoque:** Identidad carismática, autenticidad, fe vivida, proyecto de vida.
- **Duración estimada:** 1h 30min – 2h

Objetivos

- Explorar la diferencia entre lo que mostramos y lo que realmente somos.
- Reflexionar sobre cómo vivimos nuestra fe y carisma en lo cotidiano.
- Fomentar la autenticidad como base del proyecto de vida.
- Reconocer el valor de la identidad carismática como parte esencial del ser.

Materiales

- Máscaras blancas (de cartón o papel) o plantillas para recortar
- Pinturas, marcadores, pegatinas, tijeras, pegamento
- Hojas, lápices, frases inspiradoras
- Música suave para ambientar
- Carteles con preguntas guía
- Espejos pequeños (opcional)

Estructura del taller

1. Inicio simbólico (10 min)

- Ambientación con música suave.
- Breve reflexión: *“Todos llevamos una máscara... ¿Qué mostramos? ¿Qué ocultamos? ¿Qué nos gustaría revelar?”*
- Lectura breve de una frase inspiradora, por ejemplo:

□ “La autenticidad no es mostrarse perfecto, sino ser fiel a lo que creemos y sentimos.”

2. Construcción de la máscara (30 min)

Indicaciones:

- **Parte externa:** Decorar con lo que los demás ven: actitudes, roles, apariencia, expectativas sociales.
- **Parte interna:** Decorar con lo que realmente sienten, creen, sueñan: valores, emociones, espiritualidad, carisma.

Preguntas guía:

- ¿Qué muestro al mundo?
- ¿Qué escondo por miedo e inseguridad?
- ¿Qué parte de mi fe y carisma vive dentro de mí?

3. Círculo de Escucha: 30 min

- En pequeños grupos compartir lo que escribieron o dibujaron en la parte interna de la máscara.
- Usar espejos para mirarse y responder:
 - ✓ ¿Qué parte de mi rostro refleja lo que creo?
 - ✓ ¿Qué parte necesita más luz, más verdad?

4. Conexión con el carisma (15 min)

Actividad

- Cada participante escribe una palabra que represente su carisma personal (ej. Servicio, esperanza, alegría, fe ...)
- Se colocan todas las palabras alrededor de la frase: “Así vivo lo que creo”
- Se culmina todos formando un círculo entrelazados cantando la oración que Jesús nos enseñó: Padre nuestro.



Hermanas
Carmelitas Teresas de San José