

Título: Regala felicidad y amor.

Objetivo: Experimentar el dar y el recibir dentro del grupo. Encontrar el verdadero sentido de la navidad.

Materiales: Bolígrafos y folios.

Lugar: En la clase.

Duración: 1h y 30 min.

Organización: En grupo e individual.

Motivación:

Llega la Navidad, una época marcada por la tradición de hacer regalos. Reflexionamos con el grupo que esta costumbre, en un principio es con familiares, y cuando vas creciendo también se va extendiendo a grupos de amigos, compañeros de trabajo... y corremos el riesgo de caer en el materialismo y descuidar aspectos importantes y afectivos que son los que realmente aportarán momentos de felicidad y reconforte a la persona que los recibe. Preguntamos que opinan, si están de acuerdo, y que si para ellos la navidad es solo regalos o es algo más.

Desarrollo:

Haremos un amigo invisible. Repartimos a cada niño un boli y un papelito, deberán escribir su nombre doblarlo y meterlo en una bolsa. A continuación, repartiremos medio folio a cada niño, y deberán coger un papelito de la bolsa.

A la persona que les toque deberán escribirle una carta contándole primero brevemente lo que significa para ellos la navidad, y como suelen pasarla. Después deberán describir todas las cualidades positivas de esa persona, lo que más les guste de ella, algo que cuando esa persona lo lea se sienta bien...que traten de decirle a esa persona lo que es verdaderamente importante o lo notable de su comportamiento dentro del grupo, porqué le gustaría conocerla mejor o porqué está contento de estar con ella en el grupo.

Los niños tienen la opción de firmar o no sus cartas. Se les deberá hacer hincapié en que no vale decir me caes bien, eres genial...NO....tienen que ser específicos e intentar que ese mensaje sea lo más personificado posible.

Conclusión:

Repartiremos las cartas, y les daremos algunos minutos para leerlas. ¿Cómo te has sentido escribiendo la carta? ¿y recibéndola? Ahora con música relax de fondo (no hay altavoces para todos, o se pone con el móvil o cada uno que se pille uno de su casa), les pediremos que escuchen brevemente la siguiente carta:

"Cuando propuse la teoría de la relatividad, muy pocos me entendieron, y lo que te revelaré ahora para que lo transmitas a la humanidad también chocará con la incomprensión y los prejuicios del mundo. Te pido aun así, que la custodies todo el tiempo que sea necesario, años, décadas, hasta que la sociedad haya avanzado lo Hay una fuerza extremadamente poderosa para la que hasta ahora la ciencia no ha encontrado una explicación formal. Es una fuerza que incluye y gobierna a todas las otras, y que incluso está detrás de cualquier fenómeno que opera en el universo y aún no haya sido identificado por nosotros. Esta fuerza universal es el AMOR. Cuando los científicos buscaban una teoría unificada del universo olvidaron la más invisible y poderosa de las fuerzas.

El Amor es Luz, dado que ilumina a quien lo da y lo recibe. El Amor es gravedad, porque hace que unas personas se sientan atraídas por otras. El Amor es potencia, porque multiplica lo mejor que tenemos, y permite que la humanidad no se extinga en su ciego egoísmo. El amor revela y desvela. Por amor se vive y se muere. El Amor es Dios, y Dios es Amor. Esta fuerza lo explica todo y da sentido en mayúsculas a la vida. Ésta es la variable que hemos obviado durante demasiado tiempo, tal vez porque el amor nos da miedo, ya que es la única energía del universo que el ser humano no ha aprendido a manejar a su antojo.

Para dar visibilidad al amor, he hecho una simple sustitución en mi ecuación más célebre. Si en lugar de $E=mc^2$ aceptamos que la energía para sanar el mundo puede obtenerse a través del amor multiplicado por la velocidad de la luz al cuadrado, llegaremos a la conclusión de que el amor es la fuerza más poderosa que existe, porque no tiene límites.

Tras el fracaso de la humanidad en el uso y control de las otras fuerzas del universo, que se han vuelto contra nosotros, es urgente que nos alimentemos de otra clase de energía. Si queremos que nuestra especie sobreviva, si nos proponemos encontrar un sentido a la vida, si queremos salvar el mundo y cada ser sintiente que en él habita, el amor es la única y la última respuesta.

Quizás aún no estemos preparados para fabricar una bomba de amor, un artefacto lo bastante potente para destruir todo el odio, el egoísmo y la avaricia que asolan el planeta. Sin embargo, cada individuo lleva en su interior un pequeño pero poderoso generador de amor cuya energía espera ser liberada. Cuando aprendamos a dar y recibir esta energía universal, querida Lieserl, comprobaremos que el amor todo lo vence, todo lo trasciende y todo lo puede, porque el amor es la quinta esencia de la vida.

Lamento profundamente no haberte sabido expresar lo que alberga mi corazón, que ha latido silenciosamente por ti toda mi vida. ¡Tal vez sea demasiado tarde para pedir perdón, pero como el tiempo es relativo, necesito decirte que te quiero y que gracias a ti he llegado a la última respuesta!

Tu padre

Albert Einstein"

Siguiendo con los ojos cerrados, les pedimos que reflexionen sobre lo importante que es valorar a todas las personas que tenemos a nuestro alrededor y qué nos quieren, e igual de importante es que nosotros digamos a las personas que tenemos cerca que las queramos. Cada uno que haga una promesa consigo mismo para aprovechar este tiempo con familia y amigos para disfrutar de lo verdaderamente importante en la vida. *suficiente para acoger lo que te explico a continuación.*

Documentos que se adjuntan:

