RAMÓN ACOSTA PESO / ALFONSO CRESPO HIDALGO

iARRIESGA...!

La aventura del amor





Autores

Alfonso Crespo Hidalgo y Ramón Acosta Peso

Dirección editorial

Francisco Iavier Navarro Marín

Coordinación editorial

Mario González Jurado

Edición

Almudena Wilks

Maquetación

Antonia Rivero, Pedro Martínez Osés.

Fotografía

Pixar animation Studio / Walt Disney Pictures, Coproducción Australia-GB-USA; See-Saw Films / Screen Australia / Sunstar Entertainment / Weinstein Company, Blue Star Movies / Euroficción S.L / Lux Studios S.p.a / MediaTrade / LuxVide, Columbia Pictures / Marvel Studios / Laura Ziskin Productions; ARCHIVO SM; THINKSTOCK; SHUTTERSTOCK; Pixar Animation Studios / Walt Disney Pictures; Coproduccion Nueva Zelanda-Estados Unidos; Wingnut Films. Distribuida por New Line Cinema; ALBUM; ARCHIVO SM

- © Alfonso Crespo Hidalgo, Ramón Acosta Peso
- © 2018, PPC, Editorial y Distribuidora, S.A. Impresores, 2
 Parque Empresarial Prado del Espino 2866o Boadilla del Monte (Madrid) ppcedit@ppc-editorial.com
 www.ppc-editorial.es

ISBN: 978-84-288-3319-6 Depósito legal: M-31497-2018 Impreso en la UE / Printed in EU

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la Ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con la autorización de los titulares de su propiedad intelectual. La infracción de los derechos de difusión de la obra puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y ss. del Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos vela por el respeto de los citados derechos.

A ti, que has decidido lanzarte a la mayor aventura que puedas vivir: "amar y servir".

Introducción

¡Arriesga...! La aventura del amor

"¿Cómo podemos despertar la grandeza y la valentía de elecciones de gran calado, de impulsos del corazón, para afrontar desafíos educativos y afectivos? La palabra la he dicho tantas veces: ¡Arriesga! Arriesga. Quien no arriesga no camina. ¿Y si me equivoco? ¡Bendito sea el Señor! Más te equivocarás si te quedas quieto".

Papa Francisco

"Tú también necesitas concebir la totalidad de tu vida como una misión. Inténtalo escuchando a Dios en la oración y reconociendo los signos que Él te da.

Pregúntale siempre al Espíritu qué espera Jesús de ti
en cada momento de tu existencia...

Ojalá puedas reconocer cuál es esa palabra, ese mensaje de Jesús
que Dios quiere decir al mundo con tu vida".

Papa Francisco, Gaudete et exsultate 23-24

El documento preparatorio que nos acompañó hasta la celebración de la XV Asamblea General Ordinaria del Sínodo de los Obispos, *Los jóvenes, la fe y el discernimiento vocacional*, nos ofrecía esta reflexión, sobre la necesidad de buscar "nuevos lenguajes" en la pastoral con los jóvenes: "Soñamos con una Iglesia que sepa dejar espacios al mundo juvenil y a sus lenguajes, apreciando y valorando la creatividad y los talentos... En la acción pastoral con los jóvenes, donde es necesario poner en marcha procesos más que ocupar espacios, descubrimos, en primer lugar, la importancia del servicio al crecimiento humano de cada uno y de los instrumentos pedagógicos y formativos que pueden sostenerlos" (Documento preparatorio, 13-V-2017).

La nueva pastoral con los jóvenes reclama "acompañar procesos más que ocupar espacios". El libro que abres en tus manos pretende ser un humilde servicio de acompañamiento a tu proceso de madurez en la fe, que está intimamente unido a la gran aventura del amor, de la que estás llamado a ser protagonista. Dice Francisco: "la fe no es un refugio para gente pusilánime, sino que ensancha la vida. Hace descubrir una gran llamada, la vocación al amor, y asegura que este amor es

digno de fe, que vale la pena ponerse en sus manos, porque está fundado en la fidelidad de Dios, más fuerte que todas nuestra debilidades" (*Lumen fidei* 53).

En su visita a Villa Nazaret en Roma, una institución de acogida para adolescentes y jóvenes con deseos de superación, una joven preguntaba al papa Francisco: "¿Cómo podemos despertar la grandeza y la valentía de elecciones de gran calado, de impulsos del corazón, para afrontar desafíos educativos y afectivos?". Respondía Francisco: "La palabra la he dicho tantas veces: ¡arriesga! Arriesga. Quien no arriesga no camina. ¿Y si me equivoco? ¡Bendito sea el Señor! Más te equivocarás si te quedas quieto" (Discurso en Villa Nazaret, 18-VI-2016).

De aventuras, héroes y heroínas

La vida es una aventura. Tu vida puede ser una gran aventura... una aventura fascinante. El deseo de amar y ser amado es el motor que mueve la ruleta de la vida. Pero en las cosas del amor, a veces, somos como el águila: ave majestuosa en su vuelo, pero algo torpe cuando toma tierra. A amar, también se aprende. Y de esto se trata: calmar la sed que hay en tu corazón de aprender a amar, colmar el deseo callado que habita en tu interior de amar cada vez más y mejor.

No hay aventura sin héroes. En la antigua Grecia se proponía un ideal de humanidad: el héroe. Son personas que han consagrado su vida a algo más grande que a sí mismas, famosas por sus hazañas o virtudes. De hecho, la propia etimología de la palabra héroe o heroína se remonta a una raíz indoeuropea y significa guardián, servidor, protector, hombre o mujer valerosos. Son aquellos personajes de la literatura, el teatro o el cine, que representan este ideal y que se convierten en una referencia ejemplar para vivir la propia aventura de la vida. Todos tenemos nuestros héroes favoritos.

Si la vida es una aventura, tú puedes convertirte en su héroe o heroína, en el protagonista de esa gran película que es la vida. Para ello solo tienes que desear-lo vivamente. Tu forja heroica se sustenta en tu libre decisión de aceptar iniciar esta hermosa aventura. Sin libertad no es posible que cumplas tu misión de héroe, tu protagonismo como heroína. Por consiguiente, lo primero que te pedimos para seguir leyendo este libro, para implicarte en esta desafiante aventura, es tu sí libre para participar en esta saga, no como actor de reparto sino como auténtico protagonista.

En la gran aventura de la vida, tú puedes llegar a ser héroe o villano. En ella, con frecuencia, la apariencia y la espectacularidad desaparecen y, de manera silenciosa y discreta, se van tejiendo los hilos de la trama de un crecimiento interior en el que se va gestando la forja del héroe: la aventura de tu vida se presenta como un camino de maduración y de respuesta a la vocación a la que has sido llamado. Los héroes consiguen su objetivo no sin un alto grado de sacrificio: se parece a esos fugados de película que se rigen en todo momento por un principio inapelable: seguir adelante, seguir adelante, seguir adelante...

Francisco, nos recuerda el sentido de la vida: "Tú también necesitas concebir la totalidad de tu vida como una misión. Inténtalo escuchando a Dios en la oración y reconociendo los signos que él te da. Pregúntale siempre al Espíritu qué espera Jesús de ti en cada momento de tu existencia y en cada opción que debas tomar... Y permítele que forje en ti ese misterio personal que refleje a Jesucristo en el mundo de hoy" (*Gaudete et exsultate* 23).

Nuestra sociedad se ha especializado en sucedáneos. Con una envoltura llamativa se nos ofrece un producto manipulado. A lo largo de los años se ha ido perdiendo el aprecio por las virtudes clásicas que los autores de la antigüedad, como Aristóteles o san Agustín, asignaban a los héroes y heroínas. Virtudes que fortalecían el ejercicio heroico hasta alcanzar la madurez. Una persona madura, alguien que ha alcanzado la categoría de héroe, de heroína, es alguien que ha desarrollado magníficamente las cuatro virtudes del alma por las que la gente corriente desearía emularle: **prudencia, justicia, templanza y fortaleza.** ¿Quién no admira a una persona prudente, justa, equilibrada y fuerte? Sin embargo, hoy, el mismo superhéroe se interpreta como un adolescente, alguien en plena transición de juventud, lejano aún de haber alcanzado la madurez. Lee este QR o pincha el enlace y te mostraremos de una forma sencilla el papel de las virtudes:



www.e-sm.net/188133_01

Los santos y santas, verdaderamente héroes y heroínas. Los santos a lo largo de la historia se han revestido de las virtudes que son propias del heroísmo. Y se han adornado de otras que han movido su vida hasta la aventura de la entrega total por los demás, llegando a veces al mismo martirio: son las virtudes de la fe, la esperanza y el amor. A ellos, la fe les liberó de la duda, del error, de la mentira, de la ceguera; la esperanza expulsó de sus corazones el miedo, el desánimo, la inquietud, la culpabilidad malsana; el amor combatió hasta vencer el egoísmo, la avaricia, el repliegue sobre ti mismo, la tentación de escoger un camino oscuro y sin sentido, sin valor ni fecundidad. Para ellos, la medida de su libertad fue la profundidad de su fe, la altura de su esperanza y la anchura de su amor.

Amar y servir: este podría ser el lema de armas de estos héroes. "En todo amar y servir" fue, precisamente, la consigna de un personaje singular, Íñigo de Loyola, capitán y aventurero que cambió su prometedora carrera militar para fundar otra compañía, la de Jesús, para impulsar la gran aventura de llevar la alegría del evangelio a todos los confines de la tierra... Un alumno aventajado fue un joven navarro, Francisco Jasso Azpilicueta, que había abandonado su castillo familiar en

Javier (Navarra) para estudiar en la Sorbona en París. Conoció a Ignacio, que le estimuló a seguir al mejor maestro, Jesús. Una frase de Jesús, en boca de Ignacio fue un aldabonazo en su vida: "¿De qué le sirve a un hombre ganar el mundo entero, si pierde su vida?" (Mt 16,26). Francisco, señor del castillo de Javier, abandonaría su prometedora carrera para seguir la llamada del nuevo maestro. Se embarcó en la aventura de predicar el nombre de Jesús hasta los confines del Oriente desconocido: India, Japón y China. Moriría joven, siendo enterrado en la isla de Goa, a las puertas de China. Hoy estos dos héroes son santos: san Ignacio de Loyola y san Francisco Javier.

El heroísmo se contagia. Otros seguidores de este ideal de Ignacio y Javier protagonizarán una de las aventuras más famosas llevadas al cine: la película *La misión* (1986). La aventura llama a la aventura y el héroe atrae a otros héroes. Así, en las tierras donde sembró san Francisco Javier, floreció siglos más tarde una de las heroínas más populares de la modernidad: Agnes Gonxha Bojaxhiu, religiosa albanesa nacionalizada india, premio Nobel de la Paz en 1979. Cuando en 1997 falleció la Madre Teresa de Calcuta, la congregación de las Misioneras de la Caridad contaba ya con más de quinientos centros en un centenar de países. Hoy rezamos a santa Teresa de Calcuta.

Los requisitos para esta aventura

Es lógico que te preguntes, como hizo Ellie a Carl (*Up*) en su primer encuentro, antes de iniciarse a la aventura: "¿Yo cumplo los requisitos para la aventura?". ¿Yo, un héroe?, ¿puedo ser yo una heroína? Pues sí. En su magnífico libro *El hombre en busca de sentido*, Víctor Frankl reflexiona sobre sus experiencias vividas como prisionero de los nazis en un campo de concentración y cómo se convenció de que, cuando uno valora el sentido de su existencia, hasta el tipo más desvalido puede realizar actos heroicos en situaciones límite.

El mismo J. R. R. Tolkien, en la popular saga *El Señor de los anillos*, presenta continuamente en sus relatos la debilidad del *hobbit* y su desproporción con la misión recibida, lo cual da valor a su sacrificio. Frodo es un reflejo de la superación humana ante las causas arduas pero dignas del sufrimiento. Pero sin libertad, el *hobbit* jamás hubiera renunciado a su propia seguridad para entregarse al sacrificio. Hay que querer dar el paso.

Todos podemos ser héroes. No es necesario ser un miembro de élite o de una casta guerrera, ni un representante escogido por un pueblo. Tenemos un ejemplo cercano a nosotros desde nuestra infancia: María de Nazaret, la Madre del Señor. María es una heroína ejemplar. Ella es el instrumento de Dios para hacer grandes cosas, como nos recuerda el magníficat (*cf.* Lc 1,46-52).

Francisco nos ha recordado que todos estamos llamados a ser santos; incluso que muchos de ellos, viven en "la puerta de al lado" (*Gaudete et exsultate* 7).

Hagamos una parada en la lectura. Descansemos. Lee el QR o pincha el enlace para comprobar que todos podemos ser héroes: *Yes, I can* (¡genial!).



Yes, you can, but not alone. Es muy extraño ver héroes aislados, por lo que no podrás culminar esta aventura tú solo. A lo largo de la forja encontrarás maestros o mentores que te guiarán y, también, acompañantes que te harán más ligero el camino. Ellos, te ayudarán a que tú seas capaz de buscar, de preguntarte y de aclarar tus deseos.

La misión del héroe

Hay que entrenar duro. Llegar a ser héroe o heroína requiere un aprendizaje, una iniciación. Tras un entrenamiento que te llevará años, comenzará tu tarea bajo el lema grabado en tu escudo de armas: **amar y servir.** Son dos verbos activos que conllevan un estilo de vida, que se describe en una vieja leyenda de caballeros: "Lucha, busca, encuentra y no te rindas". Francisco dice: "La vida cristiana es un combate permanente. Se requieren fuerza y valentía para resistir las tentaciones del diablo y anunciar el Evangelio. Esta lucha es muy bella, porque nos permite celebrar cada vez que el Señor vence en nuestra vida" (*Gaudete et exsultate* 158).

Todo empieza con una llamada. En lo íntimo de tu corazón escucharás una voz callada que te llama a la aventura. Será una llamada muy especial y personal: la vocación a construir un hogar, una familia, un matrimonio cimentado sobre roca; o bien la llamada a consagrarte a Dios con todo tu corazón, con toda tu alma, con todo tu ser, en la vida sacerdotal o religiosa. Las dos opciones –mejor llamarles 'respuestas' a la llamada– son posibles en tu vida. Pero no es un mandato, es una invitación a tu libertad: **la respuesta está en tus manos.**

Con el sí comienza la auténtica aventura. Te entrenas para algún día entregarte en totalidad, de un modo u otro. Y en esta odisea, aunque necesites ayuda, se te ha confiado la tarea de ser artífice de tu propia vida, en cierto modo, debes hacer de ella una obra de arte, una obra maestra. Tu meta será alcanzar una vida plena, una "vida abundante" (cf. Jn 10,10), en el estado de vida al que has sido llamado y que has elegido. Esta vida abundante de la que nos habla el Evangelio se define con una palabra que a veces nos asusta: santidad.

Francisco nos exhorta paternalmente: "No tengas miedo de la santidad. No te quitará fuerzas, vida o alegría. Todo lo contrario, porque llegarás a ser lo que el Padre pensó cuando te creó y serás fiel a tu propio ser... No tengas miedo en apuntar más alto, de dejarte amar y liberar por Dios... La santidad no te hace menos humano, porque es el encuentro de tu debilidad con la fuerza de la gracia... En la vida existe una sola tristeza, la de no ser santos" (Gaudete et exsultate 32.34)

Un corazón inquieto. ¿Puede un padre no querer lo mejor para sus hijos? Nuestro Padre Dios, ha puesto en todos nosotros el deseo de plenitud, de felicidad... de santidad. Nos dijo Jesús: "Sed perfectos, como vuestro Padre celestial es perfecto" (Mt 5,48). Esto es, aspira a lo mejor, a lo más bello, a aquello que es verdadero. Este deseo de perfección te lanzará a la aventura y te sacará de la "zona reservada" de tu comodidad y mediocridad, de esa tibieza, que Francisco llama "corrupción espiritual" (cf. Gaudete et exsultate 164).

Un gran héroe, un santo genial, san Agustín, expresó esta experiencia, en sus *Confesiones*, con una cita muy popular: "Nos hiciste, Señor, para ti y mi corazón está inquieto hasta que descanse en ti".

Un mapa secreto: un viaje a tu interior

Es un viaje a tu interior. Como candidato has de saber que, para alcanzar la plenitud y cumplir el lema de "amar y servir", tendrás que transformar muchas cosas en tu interior. Será una lucha titánica, a veces dura, pero una lucha por el bien. El campo de batalla no estará en una amplia llanura o tras colinas escarpadas, muchas veces el combate se librará en el interior de tu corazón, envuelto en la niebla baja de los sentimientos, las emociones, las penas y las alegrías. Tendrás que derrotar las fuerzas del mal, encubiertas en las sombras del pecado. Ello, te llevará, a veces, a tener que descender hasta los mismos infiernos. Para luego resurgir transformado y triunfante.

Es una búsqueda apasionante. Se trata de buscar el tesoro escondido de tu 'verdadero-yo', el único capaz de darte verdaderas respuestas. Para ello, has de emprender dos acciones complementarias e imprescindibles: primero, encontrar tu 'verdadero-yo', lo que eres objetivamente, desde el comienzo, en la mente y el corazón de Dios. Y, segundo: deshacerte de tu 'falso-yo', la imagen personal que en gran medida es creación de tu propia mente y apegos. Ojo a este 'falso-yo', pues inocula virus de los que es difícil curarse: egoísmo, narcisismo, hedonismo..., además de impedirte avanzar y responder a la llamada.

Pero ¡ojo!, tu 'falso-yo' preferirá cualquier cosa, exactamente cualquier cosa, antes que caer, cambiar o morir. Precisamente esto —caer, cambiar y morir—, es lo que te hace falta para conocer tu 'verdadero-yo', lo que te va a permitir tener una vida digna, más plena y abundante, acercándote a la felicidad. Cierto, suena

a paradoja: ¡morir para vivir! Pero no es nueva esta aparente contradicción. Ya dos superhéroes lo vivieron. Un héroe grandioso, Pablo de Tarso escribirá a sus amigos filipenses: "Para mí la vida es Cristo… y morir una ganancia" (Fil 1,21). Y una gran heroína, Teresa de Cepeda y Ahumada, nos dejará una bella declaración de amor a su amado: "Vivir sin vivir en mí y tan alta vida espero que muero porque no muero…". Ellos, como has supuesto bien, son san Pablo y santa Teresa de Jesús.

Toda búsqueda conlleva una transformación. Se trata de una auténtica metamorfosis interior, una conversión, una integración de tus dimensiones personales (física, afectiva, personal, espiritual) en un camino de maduración, superación y descubrimiento de tu propia identidad. ¡Ufff! ¿Has resoplado? Pues sí: ¡es posible! Consiste en una metamorfosis del corazón: la transformación de un corazón de 'piedra', incapaz de amar, a uno de 'carne' dispuesto a entregarse en totalidad.

La forja del héroe: los 8 niveles

Hay varias formas de acercarse a un libro: admirar la portada y ya está; ojear el índice y su maquetación; leerlo rápido porque solo quiero que me entretenga; o saborearlo, haciendo de cada párrafo una reflexión sobre la propia vida, con una invitación a trabajar, a transformarme y a progresar en la aventura. Nosotros apostamos, evidentemente, por lo último. Pero el resultado dependerá exclusivamente de ti.

Un buen libro es un amigo. El libro que te acompaña, y que pretende ser un buen amigo, está estructurado a modo de un itinerario de iniciación. Es un viaje con distintas etapas, a las que llamamos niveles. Cada uno de ellos presupone haber superado el anterior. Aunque a veces los niveles se entrecruzan y superponen. Se corresponden, en gran medida, con las distintas etapas clásicas de la forja del héroe. He aquí sus nombres:

Nivel 1: En tierras del mundo líquido

Nivel 2: La llamada a la aventura

Nivel 3: El Bosque de la Memoria

Nivel 4: En el Monte del Amor

Nivel 5: El vínculo de la comunidad

Nivel 6: Heridas sin sangre

Nivel 7: Descenso y salida de los infiernos

Nivel 8: La prueba suprema

Concluiremos con el **"Epílogo para valientes: el regreso al hogar".** Porque el auténtico héroe, la verdadera heroína... ¡siempre vuelve al hogar!

La estrategia adecuada

El héroe, la heroína es siempre un estratega. ¿Cómo vamos a vivir la aventura? ¿Cuál es la estrategia adecuada? Cada nivel, en su desarrollo, consta de una serie de etapas. Después de señalar los objetivos del nivel, que al final serán evaluados, viviremos tres momentos que nos ayudarán a trabajar en la superación de cada nivel:

1. LA PELÍCULA

Si Homero fue el gran educador de Grecia, el cine es el gran 'educador' del mundo globalizado actual. En cada nivel, se propone una peli, que seguramente ya has visto. Pero que te invitamos a verla de nuevo. Al final de cada nivel, te ofrecemos una cartelera complementaria.

Pero no viene mal esta advertencia: "Hollywood entretiene y divierte, pero no convierte a nadie. Hollywood sabe deslumbrar, pero no puede iluminar. Es un ídolo inerte, con ojos que no ven lo que el mundo necesita, con oídos que no escuchan lo que los pobres gritan, con boca que no sabe pronunciar una palabra de vida y esperanza cierta" (cf. Sal 115,4-7; R. Belda). Las películas nos ayudarán en la metodología, pero nunca pueden sustituir tu auténtica experiencia, entrenamiento y protagonismo. La peli que nos interesa es la de tu propia vida.

2. LAS ENSEÑANZAS DEL MAESTROYTU DIARIO DE AVENTURAS

Una vez vista la peli, una serie de -tres- fichas te ayudarán a captar las enseñanzas con las que conocerás y vivirás mejor cada nivel, buscando siempre avanzar. Aunque su contenido parezca teórico, tu tarea es hacerlo experiencia y vida: bien observando la realidad que te rodea, la experiencia de otros, y confrontando todo con tu propio proceso: estás escribiendo tu propia biografía.

■ DIARIO DE AVENTURAS

En algunos momentos encontrarás este apartado: Diario de aventuras. Es una invitación a la reflexión, investigación y participación. El nombre lo hemos tomado prestado de Ellie (*Up*), pensando que sería bueno que registraras todo lo que vas reflexionando y descubriendo en cada paso que das. Ahí plasmarás tus propias hazañas, llenándolas de fotos, recuerdos, reflexiones, miedos, compromisos y, sobre todo, agradecimientos. Cuando termines de leer el libro puedes tener un interesante **Diario de mi juventud**, que podrás regalar a tus posibles hijos y que seguramente será un tesoro para tus futuros nietos.

Normalmente se recomienda alejar el móvil para evitar distracciones. Pues en este caso nos vamos a saltar la norma: apostamos por tu sentido de responsabilidad y a menudo te invitaremos a navegar con tu móvil para completar algún aspecto concreto.

3. EL ENTRENAMIENTO

Supongamos que dedicamos un mes a cada nivel. O dos... no hay prisa. Pero conviene poner fechas, ser constante y ordenado en el trabajo. Es garantía de éxito. El entrenamiento te invita a que te pongas tareas para ejercitar en el día a día lo que has leído y reflexionado. Cada superación de nivel supone un ejercicio, un entrenamiento. Es fundamental el trabajo cotidiano mientras estés en cada nivel. No superarás etapas sin trabajo personal. Sería imposible adquirir buenos hábitos sin la perseverancia adecuada. Pero no hay que olvidar que no todo depende del esfuerzo humano, se descubrirá que los mayores logros los obtendrás al abrirte a la gracia, al acoger el don de Dios.

Ser héroe es duro. ¡Ánimo! Usa esta estrategia:

Primero: USA LAS ARMAS DE LA LUZ. Para ser un auténtico héroe tienes que revestirte de las armas de la Luz (*cf.* Rom 13,12). San Pablo se refiere a las virtudes guiadas por la caridad. Tendrás que dotarte de todo lo necesario para reconocer la llamada del Señor a la alegría del amor y elegir responder a ella. Todas estas armas serán acciones del corazón, que será el músculo que más vas a ejercitar a partir de ahora. Es en el corazón donde se librarán las más grandes y terribles batallas. Si dejas que en tu vida viva Jesús, te revestirás con las armas de la luz.

Segundo: EVITA EL LADO OSCURO. Toda luz está llamada a hacer desaparecer la oscuridad. Pero el poder de las tinieblas es muy fuerte: es el lado oscuro. Ya Jesús dijo que "los hijos de las tinieblas son más sagaces que los hijos de la luz" (Lc 16,8). En tu lucha contra el lado oscuro, te reconocerás como un ser limitado y con debilidades, debes afinar tu estrategia y estar alerta ante las tentaciones y los peligros que terminan dejando inservibles los corazones.

■ AUTOEVALUACIÓN

Al final de cada nivel, es muy pedagógico que hagas una sencilla autoevaluación. Sirve como revisión de lo asimilado y hecho vivencia. Te ayuda a preparar el examen final y definitivo, del que ya san Juan de la Cruz nos filtró la pregunta: "Al atardecer de la vida te examinarán en el amor".

■ ORACION. SALMOS PARA LA VIDA

Concluiremos cada nivel con una invitación a la oración y la acción de gracias. Lo haremos con un nuevo Salmo. En los salmos bíblicos, el pueblo de Israel recoge la historia, y sobre todo los sentimientos más profundos, de su relación con Dios. En ellos, se entrelazan y se expresan alegría y sufrimiento, deseo de Dios y percepción de la propia indignidad, felicidad y sentido del fracaso y abandono, confianza en Dios y dolorosa soledad, plenitud de vida y miedo a morir.

Una aventura... ¿solo o en grupo?

Nos hemos atrevido a hablarte de tú desde el principio. Pero es que al escribir estas páginas ya te imaginábamos, a veces mirando los rostros de algunos jóvenes a los que hemos acompañado en su aventura. Sí, en principio, este libro –vamos a llamarlo relato de aventuras – va dirigido a jóvenes que comienzan a descubrir un horizonte en su vida, algo más allá del momento presente... Es un libro para ti. Pero no solo para ti.

Sería una magnífica idea leer el libro acompañado. O leerlo entre tres y comentarlo. Sería hermoso que te acompañaran tus padres. Pero sabemos que, a veces, muchas veces por desgracia, tienen otras muchas cosas que hacer. Quizás a ellos le vendría bien leer el pasaje de Betania, cuando Jesús visita a sus amigos Lázaro, Marta y María. Recordemos: Marta, se queja porque su hermana María está sentada a los pies del maestro, oyendo a Jesús y ella, Marta, se ha quedado sola con las faenas de la casa. Cuando le pide al maestro que reprenda a María, es ella la que recibe el rapapolvo: "Marta, Marta, andas inquieta y preocupada con muchas cosas; solo una es necesaria. María, pues, ha escogido la parte mejor, y no le será quitada" (Lc 10,41-42). Hoy, quizás, Jesús les dice a muchos padres: andáis inquietos con muchas cosas... y mirando a sus hijos les señala: ellos son ahora la mejor parte.

También te puede acompañar tu grupo de parroquia, tu grupo de amigos, del instituto o de la universidad. El grupo nos refuerza y enriquece. Pero no puede suplir el trabajo personal.

Esta es ahora tu 'mejor parte': entrar dentro de ti, reflexionar, vivir tu aventura para renacer como un héroe o una heroína que alcanza la meta de la felicidad perfecta.

Y solo queda dar el pistoletazo de salida. Como dice el explorador intrépido Charles Muntz (*Up*): "¡La aventura nos espera!".

Nivel 1

En tierras del mundo líquido



Dalí, Salvador: La persistencia de la memoria (1931). Museo de Arte Moderno de Nueva York

Iniciar el nivel 1 ya sugiere que hay en ti un deseo de crecer, de forjarte como héroe o heroína, tengas la edad que tengas. Puede que hayas visto muchas aventuras en la pantalla, pero ninguna se parecerá a la que vas a vivir. A partir de ahora el centro no estará fuera de ti, sino en tu interior, **en tu corazón**. Habrá luchas, armas, victorias y derrotas, muchas caídas y remontadas. Pero empecemos por el aquí y el ahora. ¿Cómo es el mundo en el que vives? Es cierto que vivimos mejor que nunca, con mejores medios materiales, más derechos reconocidos, mejor formación, etc. Sin embargo, y sin caer en el pesimismo, has de ser capaz de reconocer todo aquello que te impida alcanzar una verdadera vida buena, digna de ser vivida y compartida.

Los objetivos que has de conseguir en este nivel 1 son:

- Reconocer el mundo en el que vives.
- Discernir los mensajes que te ayudan a crecer frente a los que intentan diluir tu potencial de crecimiento. Tener una mirada crítica y creativa.
- Desprenderte del egoísmo y del'falso yo'. Despertar y salir de tu 'castillo'.

Seguiremos estos pasos: primero, vemos la peli; segundo, escuchamos las enseñanzas del maestro recogidas en una serie de fichas que trabajaremos en nuestro Diario de aventuras; tercero, nos trazamos un plan de entrenamiento que nos ayude a superar este nivel. Terminaremos con una oración de acción de gracias: será como un nuevo salmo.



LOS JUEGOS DEL HAMBRE



Director: Gary Ross (2012)

Intérpretes: Jennifer Lawrence (Katniss Everdeen), Josh Hutcherson (Peeta Mellark), Liam Hemsworth (Gale Hawthorne), Woody Harreless (Hayraitele Abarrathy) y extras

son (Haymitch Abernathy) y otros

Duración: 142 min

Guion: Gary Ross, Suzanne Collins, Billy Ray (basado en la novela de Suzanne Collins)

Público apropiado: Jóvenes

Contenidos: Acción 3 | Amor 3 | Lágrimas 1 |

Risas o | Sexo o | Violencia 1 (de o a 4)

La heroína: Katniss Everdeen, una chica de 16 años que se presenta a los juegos del hambre como "voluntaria" para liberar a su hermana pequeña.

El mundo que tiene que superar: Panem y sus consignas. Un pasado de guerras ha dejado los



12 distritos que dividen Panem —la antigua Norteamérica— bajo el poder tiránico del 'Capitolio'. Sin libertad y en la pobreza, nadie puede salir de los límites de su distrito.

Solo Katniss osa desafiar las normas para conseguir comida. Sus principios se pondrán a prueba con *Los Juegos del hambre*, espectáculo televisado que el Capitolio organiza para humillar a la población. Cada año, dos representantes de cada distrito serán obligados a subsistir en un medio hostil y luchar a muerte entre ellos hasta que quede un solo superviviente. Cuando su hermana pequeña es elegida para participar, Katniss no duda en ocupar su lugar, decidida a demostrar, con su actitud firme y valiente, que aún en las situaciones más desesperadas hay lugar para el amor y el respeto. Si quiere volver a casa, Katniss tendrá que tomar decisiones imposibles en "La Arena", sopesando la supervivencia frente a la humanidad y la vida frente al amor. "¡Felices Juegos del hambre! ¡Y que la suerte esté siempre, siempre de vuestra parte!".



DIARIO DE AVENTURAS

Después de ver la peli, reflexiona. Si se ve en grupo, sigue un cinefórum: reflexión y dialogo sobre la peli. Siempre, escribe tu diario.

- Define con tus palabras el mundo y los habitantes de Panem. ¿Consideras justa la crítica de la tiranía, la televisión basura y, en general, a la sociedad hedonista deshumanizada e insolidaria que describe? ¿Se utilizan los medios de comunicación para enseñar, formar o para manipular las conciencias?
- ¿Consideras natural que Katniss quiera hacer algo por cambiar las cosas en su vida y en la de los demás? ¿Qué te parece que se presente como tributo para sustituir a su hermana? ¿Harías tú lo mismo?
- A los habitantes de Panem, tan solo les queda la esperanza. Pero esta misma esperanza es usada contra ellos por parte de los dirigentes. Reflexiona sobre la frase del presidente Snow: "Hay un ganador porque así hay esperanza, no demasiada. Controlada es más fuerte que el miedo".



LAS ENSEÑANZAS DEL MAESTRO

Has visto la peli y has reflexionado y, quizás, dialogado sobre ella. Ahora pide al maestro que te ayude con su sabiduría a adentrarte en un mejor conocimiento para superar las dificultades de este primer nivel en el que te encuentras. Contempla el mundo que te rodea y adquiere cierta capacidad de mirada crítica. Lo puedes hacer trabajando las siguientes fichas:



FICHA 1: Tu mundo ordinario y el mundo líquido

¿Cómo es tu "mundo ordinario"?

Como casi todo el mundo, vives y creces en un ambiente normal y corriente, siguiendo una cierta rutina: ... que si los estudios, que si el entrenamiento, que si la reunión para el proyecto, etc. Apenas puedes imaginarte que algo especial pueda ocurrir en tu vida, que entres en un mundo inesperado y cuya existencia te era desconocida. Aquí empieza tu auténtica aventura.

Otros personajes de película ya la iniciaron. Katniss Everdeen (Los Juegos del hambre) pasaba su vida en el tranquilo y sometido Distrito 12. Frodo (El Señor de los Anillos) vivía feliz en la Comarca, ajeno a los problemas de la Tierra Media. Thomas Anderson (Neo en Matrix) era un hacker solitario agobiado por la rutina y enemistado con su inflexible jefe. Max da Costa vive en condiciones infrahumanas en la Tierra (Elysium). Carl (Up) deja su ciudad en busca de la aventura en las cataratas Paraíso. Guido Orefice vive en su tranquilo pueblo italiano sometido por los nazis (La vida es bella). Y así muchos más.

¿Qué es el "mundo líquido"?

Es un mundo que existe, pero difícil de ver si no estás atento, en el que existen 'fuerzas' que intentarán impedir que te lances a la aventura. Su objetivo es dominarte y controlar tu crecimiento y todos tus descubrimientos, gobernando tu mente y tu voluntad. Así te tiene sometido a sus dictámenes. Es una sociedad que da prioridad a lo efímero, lo fugaz, lo cambiante y sin compromiso. El mismo Tolkien ya lo denunció en 1967: "Vivimos en una época devota de lo fútil e instantáneo". Tiende a 'disolverlo' todo.



MI ENTRENAMIENTO

Has visto la peli, es posible que hayas dialogado sobre ella, y has recibido las enseñanzas del maestro... Pero ¿no has estado algo pasivo? Ponte manos a la obra. Es hora de implicarte. Es el momento de trazar un plan de entrenamiento, que será más intensivo en algunos momentos, hasta que lo conviertas en un hábito. En el gimnasio, el primer mes es el más difícil y delicado..., comienzan las agujetas, la tentación de abandonar... Pero si vences la tentación cada sesión de entrenamiento será más fácil... No basta que conozcas y admires lo bueno, tienes que ponerlo en práctica. Para ello es necesario que entrenes duro. No te desanimes, merecerá la pena.

Tendrás que perseverar para vencer a tu egoísmo (al 'falso-yo' que todo lo quiere para sí) y para no dejarte manipular por cantos de sirena. Habrá lucha, y será dura. El duelo será "entre Dios y el diablo: El corazón humano es el campo de batalla", como dice Dimitri, uno de los hermanos Karamazov. Algo parecido se lee en *La vida de Pi* de Yan Martel: "El principal campo de batalla para el bien no es el espacio abierto de la plaza pública, sino el pequeño claro de cada corazón".

En el entrenamiento de cada nivel, nos vamos a fijar especialmente en un verbo: mirar, escuchar, acoger, fortalecer... Todos son verbos de acción que necesitan un sujeto: ¡tú! Precisando más: ¡tu corazón! Tu corazón mira, tu corazón escucha, acoge... Se trata de conjugar estos verbos en tu vida, usando las Armas de la Luz y evitando el Lado Oscuro. Comencemos por mirar...

Armas de la luz: "MIRAR CON EL CORAZÓN"

MIRAR, dice el diccionario que es: "aplicar la vista a un objeto"; también, "tener un objetivo o un fin al ejecutar algo"; incluso, "apreciar, estimar una cosa..., pensar, juzgar". Todas estas variantes nos sirven. Vamos a mirar, pero no con el órgano que le es propio, con el ojo, sino con el **corazón**. Sí, el corazón tiene ojos..., incluso mira y descubre lo que el ojo no ve. Jesús recriminó a sus discípulos con duras palabras, cuando no acababan de descubrir a quién tenían delante ni las palabras que les dirigía; ellos estaban hablando del pan que les faltaba y Jesús diciéndoles que se alejaran de la levadura de los fariseos: "¿Por qué andáis discutiendo que no tenéis pan? ¿Aún no entendéis ni comprendéis? ¿Tenéis el corazón embotado? ¿Tenéis ojos y no veis, tenéis oídos y no oís?" (Mc 8,17-18); en la Biblia se denuncian a los ídolos como aquellos que teniendo ojos no ven y oídos no oyen... (cf. Sal 115,135). Hay que aprender a mirar con el corazón, para ver lo que se escapa a nuestros ojos.

- Aprende a mirar con el corazón. Necesitas una nueva mirada para contemplar la sencillez de la experiencia que vas a vivir. ¿Cuál es el secreto? La respuesta la puedes leer en *El Principito*, cuando el zorro le confiesa a su amigo antes de separarse de él: "Es muy simple: no se ve bien sino con el corazón. Lo esencial es invisible a los ojos". "Un corazón que ve" (Benedicto XVI), capaz de ver dónde se necesita amor y actuar en consecuencia es un arma de la luz para ser héroe o heroína.
- Mirar con el corazón es mirar con amor. El amor te abre los ojos para ver toda la realidad en modo nuevo, aunque lo haga en la oscuridad, contiene una cierta luz que es interna a su mirada. Recuerda tu nuevo lema, en tu escudo de armas: "Amar y servir".
- ¿Qué puede ayudarte a abrir "los ojos del corazón"? Con la gracia de la fe, Dios te ayuda a descubrir lo que Él quiere para ti y los tuyos. Dios tiene paciencia con tus ojos, sabe que necesitan ir acostumbrándose a la luz de la fe. La fe ayuda a quitar las motas de tus ojos. Les da más agudeza y, sobre todo, les aumenta su campo visual y les permite captar cosas insospechadas. Dice Jesús: "La lámpara del cuerpo es el ojo. Si tu ojo está sano, tu cuerpo entero tendrá luz; pero si tu ojo está enfermo, tu cuerpo entero estará a oscuras. Si, pues, la luz que hay en ti está oscura, ¡cuánta será la oscuridad!" (Mt 6,22-23). Cuando el ojo es iluminado por la fe, recibe el don del amor y puede iluminar, amar a los otros.
- Practica el antídoto contra la manipulación en tu vida cotidiana (en el colegio, en la Universidad, si vas al cine, a comprar, etc.):
 - 1. Mira la realidad que te rodea. Aprende a reconocerla y a estar alerta frente a los sutiles mensajes que pretenden manipularte. Aprende a mirar, a seguir el camino que te abre la mirada: no es solo mirar al otro, sino entrar en su mirada, comprender lo que el otro ve. Mira la realidad desde la luz de Dios.
 - 2. Descubre las rutas de la mirada hacia la fe. "Donde está el amor, allí está el ojo". El amor no solo sabe ver, sino que observa de un modo muy particular. La mirada del amor acaba siempre en quien amas:
 - Mira a tus padres. De ellos has recibido la vida. Ellos fueron los primeros en mirarte. Su mirada te fortalece, te conforta y tranquiliza.
 - Mira a tu novio o novia, a la persona con la que te has comprometido. Mira al rostro que te fascinó y te ofreció una luz nueva para ver la vida como una promesa. Ahora, ya no solo os miráis el uno al otro, sino que, juntos, miráis hacia adelante.
 - Mira a tu hermano, a tu prójimo. Con él compartes un mismo origen, es fruto de un mismo amor que no se agotó contigo.
 - Mira a Dios. Es una mirada a la fuente de todo lo que eres y tienes. Es una mirada al destino que da sentido a tu vida. Él, te miro el primero.
 - 3. **Mantente despierto y alerta.** Aprende a discernir desde una crítica creativa y constructiva. Acostúmbrate a extraer las cosas buenas y a desechar las

- malas. "Estad atentos, vigilad..." (Mc 13,33). El papa Francisco te invita a **discernir**, a que desarrolles un sentido crítico frente a esta cultura invasiva.
- 4. Aprende a vivir creativamente, desde tu realidad, construyendo en positivo y empeñándote con entusiasmo en tu proyecto de vida, en tu gran aventura de la vida.

"Bienaventurados los limpios de corazón porque ellos verán a Dios" (Mt 5,8). Para san Agustín el corazón limpio, el "corazón que ve" es el corazón sencillo y purificado: "Toda nuestra obra en esta vida, hermanos, consiste en curar los ojos del corazón para que puedan ver a Dios". Siempre podrás curar los ojos de tu corazón con el colirio de la fe (cf. Ap 2,18).

Evita el lado oscuro: "LA CEGUERA DEL CORAZÓN"

CIEGO, según el diccionario significa "privado de vista"; también, "quien está poseído con vehemencia de alguna pasión" (p. ej., ciego de ira); así como "ofuscado, alucinado". Con frecuencia recriminamos a alguien: ¡Estás ciego!, porque lo que nosotros estamos viendo con claridad, no solo con nuestros ojos, sino con los ojos del corazón, la otra persona no lo percibe: está ofuscada, alucinada. A veces, sufrimos ceguera de corazón. Para ver con los ojos hace falta que los objetos estén recubiertos de luz, para mirar con el corazón es necesario que nos ilumine una luz interior. Te vuelves ciego cuando no hay luz sobre tu corazón, es decir:

- Si buscas solo tu propio placer y provecho nunca descubrirás que el verdadero sentido de tu vida es amar. El egoísmo te lo impedirá y te volverá ciego.
- Si cierras los ojos ante el prójimo te conviertes también en ciego ante Dios.
- Si tienes un corazón endurecido (cf. Ef 4,18). A este corazón le corresponde la ceguera de los ojos, la incapacidad de "comprender" a los otros, oscureciendo el camino a seguir.
- Si consideras que algo es bueno o malo según la emoción que te despierta.
 Entonces, tu corazón será veleidoso y lleno de antojos, viendo solo lo que le interesa ver.
- Si vives como si Dios no existiera y aunque veas cierras los ojos del corazón a la salvación que se te ofrece. Jesús dijo a los que le rechazaban: "Si estuvierais ciegos, no tendríais pecado; pero como decís «vemos», vuestro pecado permanece" (Jn 9,40-41). Tu corazón ha recibido muchos mensajes de Dios, desde niño, ¿vas a cerrar los ojos para no verlos?

El ciego de corazón vive en las tinieblas. Sauron (*El Señor de los Anillos*) utiliza a sus servidores para ejecutar sus planes. El suyo es el mundo de la muerte, las tinieblas y la degradación. Donde él habita desaparece la vida, la vegetación y la luz. Trata de esclavizar a todas las criaturas mortales para hacerlas perpetuamente infelices, arrebatándoles la esperanza. Pretende cubrir el mundo con su propia

oscuridad. No olvides que la única herida que la tiniebla puede inferir a la luz es generar en ti una sombra de duda sobre la misma luz.

¿Dónde viven las tinieblas?, se preguntaba Job (cf. Job 38,19). Jesús nos responde: "Quien dice que está en la luz y aborrece a su hermano está aún en las tinieblas. Quien ama a su hermano permanece en la luz y no tropieza. Pero quien aborrece a su hermano camina en las tinieblas, no sabe adónde va, porque las tinieblas han cegado sus ojos" (1 Jn 2,9-11).

¿Hacia dónde se camina en tinieblas? El que camina en tinieblas no sabe adónde va (cf. Jn 12,35), no sabe de dónde viene. El filósofo Carl Jaspers recogió un dicho de la Edad Media en el que se sintetiza la dificultad de dar una respuesta adecuada a las preguntas que nos surgen a todos: "Vengo, más no sé de dónde./ Soy, mas no sé quién./ Moriré, mas no sé cuándo./ Camino, más no sé hacia dónde./ Me extraña que esté contento."

¿Quién te puede sacar de las tinieblas? Solo Dios puede iluminar tu corazón. La vida cristiana es un paso de las tinieblas a la luz. Toda vida humana aparece como una lucha entre el bien y el mal, entre la luz y las tinieblas. El Hijo de Dios es la 'luz' que brilla en las 'tinieblas', que son las fuerzas del mal. Como cristiano eres hijo de la luz, arrebatado mediante el Bautismo a las tinieblas, te revistes de las armas de la luz. Deja que en tu vida viva Jesús, y también te harás luz. Esto te compromete a "vivir en la verdad".

Por eso, tu forja anticipa enfrentamientos y duras batallas contra los poderes de las tinieblas. El 'yo-egoísta' que hay en ti ha de morir. Apuesta sin miedo por la esperanza, como nos relata Yann Martel en *La vida de Pi*: "La oscuridad se moverá y desparecerá con el tiempo; y Dios seguiría siendo un punto brillante de luz en mi corazón".

ORACIÓN

Un salmo para la vida

De la reflexión pasemos a la oración. Dice santa Teresa: "orar es tratar de amistad con quien sabemos que nos ama". Tratemos con el amigo Jesús, agradezcamos sus enseñanzas. Cuando se cruzan las miradas, descubrimos que no caminamos solos. Meditemos con el nuevo salmo.

Señor, tus ojos atraen mis ojos y —en arco tenso de esperanza— lanzas mi vida como saeta solitaria: desafiante a un horizonte insospechado. Centinela en la mañana, abres la puerta del mundo y estiras —como estelas— para mí sus calles, hasta acostar mis anhelos —otra vez, de nuevo—en los largos brazos de la noche prometida.

Se despereza el día en alborada y se apagan –con parsimonia estelar– los luceros, desdeñados por la desafiante luz que nace, ahogados en las claras gotas de la escarcha.

Las sombras juegan a crear sombras y el miedo –agazapado en lo incierto– se agiganta: ¿Qué me reservas, Señor, para el nuevo día? ¿Qué extraña sorpresa me preparas? Al amanecer, abres para mí –como exclusiva– las páginas de tu **historia interminable** y me envuelves en sus sucesos, hasta sorprenderme sostenido en tus manos.

Cada día, con un suspiro me despiertas, me saludas y me elevas a tu mejilla para bendecirme —**en cómplice mirada**—con la tierna bienvenida de un beso.

¡Señor, ábreme los ojos...!

Solo te pido –creador del tiempo y sus espacios—que beses con la última luz de tu **noche** la primera oscuridad de mi mañana; que tu amor me invite a ser, en este día, –en la tormenta de mi vida y en la seguridad de tu barca— un personaje secundario de tu historia.

OTRAS PELIS RECOMENDADAS

ELYSIUM (*N. Blomkamp*, 2012): Acción 3 | Amor 2 | Lágrimas 1 | Risa 0 | Sexo 0 | Violencia 1

El héroe: Max Da Costa, que ya desde pequeño se presenta como alguien especial llamado a hacer algo maravilloso. Nació para ello.

El mundo que separa. Un mundo en el que viven dos tipos de personas: los muy acaudalados, que viven en una estación espacial artificial e inmaculada llamada Elysium, y el resto que vive en la Tierra, superpoblada y en ruinas. Un mundo despótico en el ejercicio del poder, la solidaridad y la dignidad de cada persona, y el sacrificio.

MATRIX (L. y A. Wachowski, 1999): Acc 4 | Amor 1 | Lágr 1 | Risa 0 | Sex 0 | Viol 1

El héroe: Thomas Anderson, alias Neo, programador de una importante empresa de software y pirata informático. Un extraño grupo encabezado por Morfeo contactará con él, y le mostrará la verdadera realidad que se esconde tras lo aparente.

El mundo impersonal. Matrix, un mundo dominado por las máquinas, las cuales esclavizan a la Humanidad para utilizar nuestros cuerpos como simple fuente de energía. Neo escucha la llamada en su interior para abandonar ese mundo virtual que oculta la verdad, un mundo de apariencias, una cárcel para la mente.

EL SHOW DE TRUMAN (*P. Weir,* 1998): Acc 1 | Amor 3 | Lágr 2 | Risa 2 | Sex 0 | Viol 0

El héroe: Truman Burbank, un hombre felizmente casado con una guapa enfermera con la que vive en una bonita casa prefabricada, tiene un buen trabajo y disfruta de la compañía y simpatía de sus amigos y vecinos.

El mundo irreal. Lo que no sabe Truman es que todo lo que le rodea es falso, pertenece al mundo de la ficción. Desde que nació, su vida forma parte de un show televisivo que siguen 1.700 millones de personas de 220 países. Dirige el programa un tipo llamado Christof, que maneja la vida de Truman como si fuera un 'dios'. Dice: "El ser humano, si tiene una vida buena y feliz, entonces nunca buscará la verdad del mundo en el que vive".

Índice

¡ARRIESGA! La aventura del amor	7
- De aventuras, héroes y heroínas	8
Los requisitos para esta aventura	10
– La misión del héroe	11
– Un mapa secreto: un viaje a tu interior	12
– La forja del héroe: los 8 niveles	13
– La estrategia adecuada	14
– Una aventura ¿solo o en grupo?	16
NIVEL 1. EN TIERRAS DEL MUNDO LÍQUIDO	17
La peli: Los juegos del hambre (2012)	18
Las enseñanzas del maestro:	20
– FICHA 1: Tu mundo ordinario y el mundo líquido	20
– FICHA 2: Los cantos de sirena	22
– FICHA 3: Elige: ¿sales o sigues encerrado?	25
Mi entrenamiento:	
– Armas de la luz: "Mirar con el corazón"	
- Evita el lado oscuro: "La ceguera del corazón"	30
• Un salmo para la vida: Señor, tus ojos atraen mis ojos	33
NIVEL 2. LA LLAMADA A LA AVENTURA	35
La peli: Teresa de Calcuta (2003)	36
Las enseñanzas del maestro:	38
– FICHA 1: La llamada	38
– FICHA 2: Tu respuesta	40
– FICHA 3: El encuentro con el maestro	43
•Mi entrenamiento:	
– Armas de la luz: "Escuchar con el corazón"	
- Evita el lado oscuro: "La sordera del corazón"	49
 Un salmo para la vida: Haznos dignos de ti. Señor 	51

NIVEL 3. EL BOSQUE DE LA MEMORIA	53
• La peli: Lion (2016)	54
Las enseñanzas del maestro:	56
– FICHA 1: Descubres el origen de la llamada	56
– FICHA 2: Te descubres hijo	58
- FICHA 3: Tener un hogar	60
Mi entrenamiento:	
– Armas de la luz: "Acoger con el corazón"	62
- Evita el lado oscuro: "Un corazón desagradecido"	63
Un salmo para la vida: El eco de tu primera llamada	65
NIVEL 4. EN EL MONTE DEL AMOR	67
• La peli: Up (2009)	
Las enseñanzas del maestro:	
– FICHA 1: La experiencia amorosa	
– FICHA 2: El amor, la luz en el camino	
– FICHA 3: El amor y el lenguaje del cuerpo	
– FICHA 4: Los tipos de amor	78
Mi entrenamiento:	
– Armas de luz: "Convertir el corazón"	
– Evita el lado oscuro: "Un corazón de piedra"	_
 Un salmo para la vida: ¡Gracias, Señor, por comenzar Tú a amarme! 	84
NIVEL 5. EL VÍNCULO DE LA COMUNIDAD	87
• La peli: El Señor de los Anillos. La comunidad del anillo (2001)	
Las enseñanzas del maestro:	90
– FICHA 1: La soledad del 'yo'	-
– FICHA 2: El 'tú', el 'yo' y sus descubrimientos	
– FICHA 3: El vínculo del 'nosotros'	93
Mi entrenamiento:	
– Armas de la luz: "Compartir el corazón"	
- Evita el lado oscuro: "Un corazón solitario"	. 100
Un salmo para la vida: Compañeros de Emaús	. 102

NIVEL 6. HERIDAS SIN SANGRE	105
• La peli: Del revés (2015)	107
Las enseñanzas del maestro:	
– FICHA 1: Un corazón vulnerable	. 109
– FICHA 2: Las grietas del amor	111
– FICHA 3: Sellar las grietas con la fuerza de la virtud	113
Mi entrenamiento:	
– Armas de la luz: "Templar el corazón"	115
– Evita el lado oscuro: "Un corazón esclavo"	116
Un salmo para la vida: La hora deseada	118
NIVEL 7. DESCENSO Y SALIDA DE LOS INFIERNOS	121
La peli: Spiderman 3 (2007)	
Las enseñanzas del maestro:	124
– FICHA 1: Asomarse al abismo: la tentación	124
- FICHA 2: El descenso a los infiernos: el pecado	126
– FICHA 3: La salida de los infiernos: conversión y perdón	128
Mi entrenamiento:	
– Armas de la luz: "Perdonar y ser perdonado"	132
– Evitar el lado oscuro: "Un corazón vengativo"	135
• Un salmo para la vida: ¡Tarde te amé!	137
NIVEL 8. LA PRUEBA SUPREMA: LA ENTREGA	139
• La peli: La vida es bella (1997)	141
Las enseñanzas del maestro:	143
– FICHA 1: Vivir para entregarse	143
– FICHA 2: El amor que se entrega en totalidad	146
- FICHA 3: La máxima expresión de entrega y sacrificio	147
Mi entrenamiento:	
– Armas de la luz: "Entregar el corazón"	150
- Evita el lado oscuro: "Un corazón egoísta"	151
• Un salmo para la vida: ¿A dónde te escondiste amado? Vivo sin vivir en mí	153
EPÍLOGO PARA VALIENTES: EL REGRESO AL HOGAR	157
- Completa tu odisea: "regresa al hogar"	159
– Aspira a lo mejor: "¡ser santo!"	161
– Sé un testigo valiente: "un discípulo-misionero"	163
 No camines solo: "el arte del acompañamiento" 	. 166