



**Son
tus
manos**

Son tus manos

(Letra y música: Antonio Rufete)

Bostezas, te arrascas, miras el móvil, chateas, haces zapping, comentas el tiempo, vuelves a bostezar...

La historia se debate en esfuerzos, violencias, proyectos, emergencias, y tú, simplemente, ¿bostezas?

Tener fe es, precisamente abandonar el bostezo, salir de la indiferencia. Para eso, a veces, hace falta enfrentarse a lo más crudo, allá donde se debate la vida con toda su fuerza: en la calle, en los más pobres.

Esta canción me parece que ha sido escrita después de mirarse las manos y descubrirlas vacías... Vacías y con ansia de que se conviertan en las manos de Dios.

F. Javier Luengo

**Si al despertar abro los ojos y no descubro nada asombroso,
vuelvo a dormir porque todo sigue igual:
niños que lloran... es lo de siempre;
muertes y guerras... yo indiferente.
Tanta rutina me agobia, no veo futuro y me estorba pensar.
¿Quién tiene sal cuando todo está soso?
¿Quién tiene luz que ilumine nuestros ojos?**

**SON TUS MANOS, QUE PUEDEN DIBUJAR
CORAZONES LIMPIOS PARA AMAR.
SON TUS OJOS QUE MIRAN, CONFÍAN, DESCUBREN,
ALIENTAN, DAN VIDA...
Y ES ASÍ COMO MIRA Y PINTA DIOS,
COMO LLEGA AL HOMBRE Y AL DOLOR.
¡NECESITA TUS MANOS, TUS RISAS,
TU CORAZÓN, TU VIDA!**

**No esperes ver que todo es claro, ni creas que Dios vive
alejado, sólo confía y empieza a caminar: dar ilusión al quien
no tiene y sonreír a quien ni puede...
Hay tanta gente que espera que haya quién quiera, de veras,
amar.**

**Tú puedes ser quien arriesgue sus días, tú puedes ser quien
se entregue cada día.**

Catequesis sobre la canción "Son tus manos"

(Por F. Javier Luengo, scj)

I. MIRARSE LAS MANOS

- Mírate las manos. Obsérvalas desde todos los ángulos. Mira la longitud de tus dedos, la diferencia de tersura de la palma y el dorso.
- Manos para poseer: intenta recordar las últimas cosas que has poseído con las manos, cosas que te pertenecen. ¿Qué sentimientos te producen?
- Manos para soltar: recuerda las cosas que has soltado hoy, de las que te has deshecho, bien porque no eran tuyas o porque se las has entregado a alguien. ¿Qué sentimientos te producen?
- Manos para golpear: intenta recordar la última vez que has empleado violencia con esas manos. ¿Contra quién? ¿Qué sentimientos te dominaban? ¿Qué conseguiste?
- Manos para abrazar: recuerda las dos últimas personas que has abrazado, o a las que le has dado la mano. ¿Qué has sentido? ¿Qué querías transmitirles? ¿Te cuesta abrazar o expresar tus sentimientos?

II. JUICIO A TUS MANOS

Haz una línea vertical en la mitad de un folio o un trozo de papel. Vas a repasar la cantidad de cosas que has hecho hoy con tus manos: gestos, abrazos, manipulado de cosas, limpieza, etc.

En la columna de la izquierda vas a escribir las cosas que hayas hecho con tus manos y que consideres negativas. En la derecha las que consideres positivas. Te sugerimos una lista de cosas que podría ser negativa y otra positiva.

Cosas negativas	Cosas positivas
Golpear a una persona	Tocar una melodía
Hacer gestos obscenos	Ayudar a alguien
Meterse el dedo en la nariz	Abrazar
No sacar las manos del bolsillo	Acariciar
No ayudar	Construir o reparar algo
Meter mano	Limpiar algo sucio
Tocarse la barriga	Desprenderse de algo innecesario
Jugar todo el día a la play	Recoger un papel del suelo
Romper algo	Regalar
Arrojar algo y no recogerlo	Sostener

Contabiliza la cantidad de cosas positivas y cosas negativas que han hecho tus manos. Piensa qué podrías haber cambiado o evitado si hubieras estado más atento. Hazle un juicio a tus manos: valora con un suspenso o un aprobado a tus manos según sean más las cosas positivas o las negativas. Dependiendo la nota que te pongas de uno a 10, escríbete en cada dedo un “**sí**” por cada punto positivo, un “**no**” por cada punto negativo; es decir, si te has sacado un 4, ponte en cuatro dedos de una mano un “**sí**”, y en los otros seis un “**no**”. Así recordarás durante todo el día el juicio que has hecho a tus manos.

(Se puede compartir cómo se han sentido, qué es lo que cambiarían de su día vivido, qué es lo que podrían hacer por los demás habitualmente).

III. Audición de la canción

Se comenta que la canción que se va a escuchar habla de la vida de cualquiera de nuestras manos un día normal. Se les invita a mirar sus manos mientras escuchan la canción.

¿Qué sentimientos han surgido?

¿En qué te sientes identificado con la letra de la canción?

VI. Las manos de Dios

Cierra los ojos e imagina ¿qué pasaría si Dios pudiera disponer de tus manos? ¿Qué haría Dios con tus manos en un día cualquiera? ¿A quién abrazaría, a quién sostendría, qué harían, de qué se desprenderían? Trata de imaginar que haría Dios con tus manos en las mismas situaciones que has analizado arriba. Puedes escribirlo aquí debajo.

Se pueden comentar las respuestas durante un rato. Por último se les invita a que elijan una de esas cosas que haría Dios con sus manos, la más realizable y que la asuman como un compromiso. Cuanto más concreto sea el compromiso, mejor: que escriban a quién, qué, cómo, cuándo y donde lo van a realizar. Con el compromiso escrito se vuelve a escuchar la canción.