

Herramientas para Crear y Creer en el Voluntariado

César García-Rincón de Castro

Topaki 2023

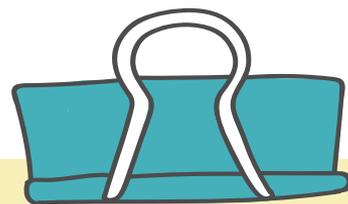


Esponja o Estropajo





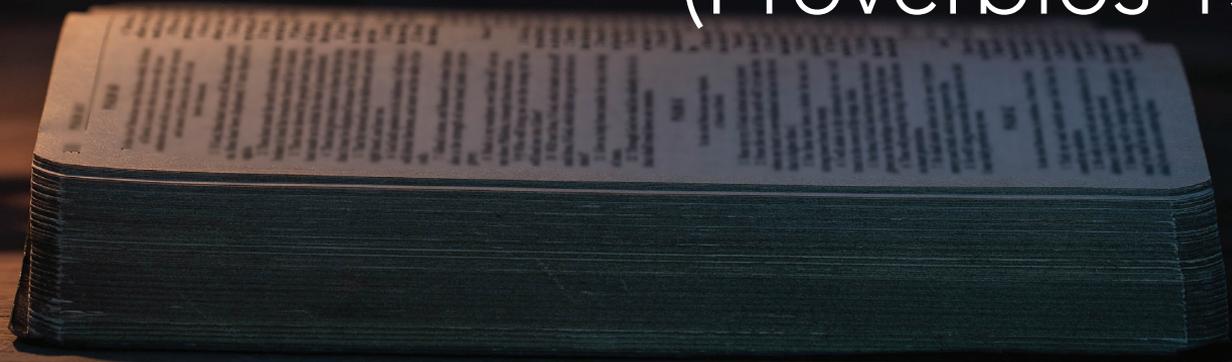
Voluntariado esponja



- ✓ Protege la fragilidad humana
- ✓ Trabaja con-tacto y buen trato
- ✓ Paciencia, suavidad, ternura
- ✓ Espacios acogedores y hospitalarios
- ✓ Palabras y lenguajes “caricia”
- ✓ Organigrama y Cariñograma

A la luz de la Palabra

“La blanda respuesta quita la ira;
mas la palabra áspera
hace subir el furor”
(Proverbios 15:1).



Cuidad los templos de vida,
que nadie les cause herida,
amad con honda ternura,
mirada y caricia pura.

Cuidaros los corazones,
llenadlos de bendiciones,
buscad el bien a menudo,
que sea infalible escudo.

Cuidad, cuidad, cuidad...

Cuidad de los sufrimientos,
las grietas y los tormentos,
poned palabra y consuelo,
bajad el cielo hasta el suelo.

Cuidad el templo con mimo,
amor, bondad y cariño,
custodios de la alegría,
cuidad la noche y el día.

Cuidad, cuidad, cuidad...

Cuidad los Templos de Vida

Cuidad las vidas pequeñas,
los llantos y las sonrisas,
abrid ventanas y puertas,
que vivan en buenas brisas.

Cuidad también a quien cuida,
los templos de la esperanza,
velad con llama encendida
el bien que habita en su alma.

Cuidad, cuidad, cuidad...

La Manta de los Mimos



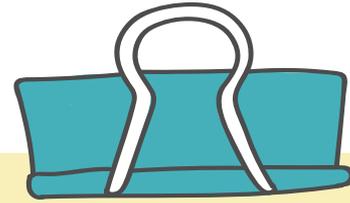
¿Qué tres palabras representan lo que sientes cuando te arropan con una mantita?

Ve a www.menti.com
y utiliza el código
4745 4949





Voluntariado que arropa



- ✓ Arropamiento físico y emocional
- ✓ Hacer que se sientan “arropados”
- ✓ Refugio, hogar, calor, familia
- ✓ Comunidades manta: posadas
- ✓ Acompañar y cuidar en el dolor
- ✓ Tejer una manta de justicia-solidaridad

A la luz de la Palabra

“Mi alma se alegrará en mi Dios;
porque me vistió con
vestiduras de salvación,
me rodeó de manto de justicia”
(Isaías 61:10).



Cuando te sientas con miedo,
cuando te falten las fuerzas
para arropar la esperanza
y sostener el sentido,
y si te duele la noche
y el día llega con frío
soy tu manta de los mimos
que te arropa con cariño.

Cuando no tengas palabras
para decir lo que sientes,
para contar lo vivido,
y rescatar el olvido,
si necesitas un hombro
y el corazón de un amigo
soy tu manta de los mimos
que te arropa con cariño.

La Manta de los Mimos

Cuando te invada la duda
acerca de si la vida
es una causa perdida,
tiene al final un sentido:
por tanto amor compartido,
para abrigarlo contigo
soy tu manta de los mimos
que te arropa con cariño.

Cuando el silencio se calla
ante tu ser dolorido,
en el ardor de tu alma
y dice más sin decirlo,
para escuchar tus anhelos
y acompañar tus desvelos
soy tu manta de los mimos
que te arropa con cariño.

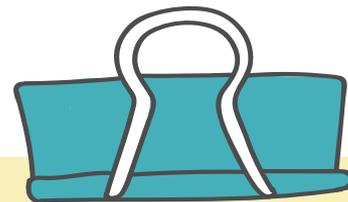
Cuando te pesen las sombras,
cuando te sientas a solas,
cuando te duelan los sueños,
si te abandonan los besos,
para vivir otro tiempo
lleno de amor casi eterno
soy tu manta de los mimos
que te arropa con cariño.

Tres guantes
para
relacionarse
con el mundo





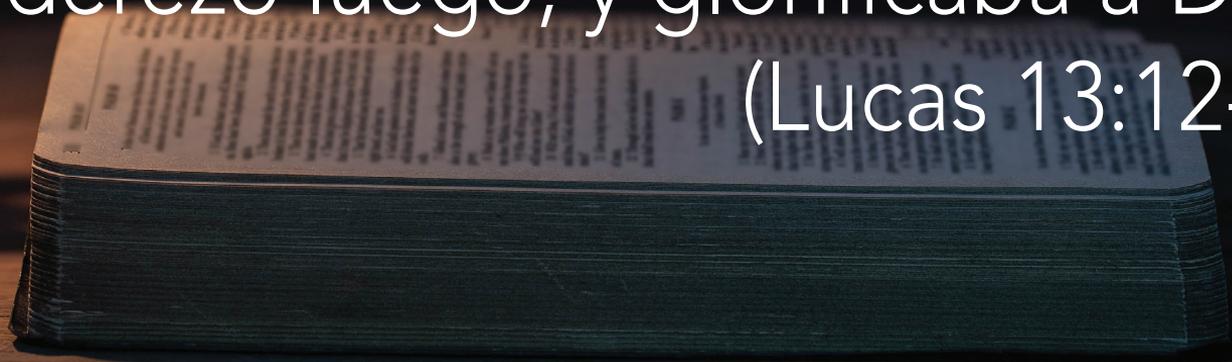
Voluntariado cuidador



- ✓ Tender la mano, echar una mano...
- ✓ Humanizar más que digitalizar
- ✓ Los cuidados: básicamente manuales
- ✓ Hay “chapuzas” y “manitas” en todo
- ✓ Manos que “sirven”
- ✓ Manos “llenas de nombres”

A la luz de la Palabra

“Cuando Jesús la vio, la llamó y le dijo:
Mujer, eres libre de tu enfermedad.
Y puso las manos sobre ella; y ella
se enderezó luego, y glorificaba a Dios”
(Lucas 13:12-13).



Rescatando vidas sin aliento,
acogiendo al débil y extranjero,
sosteniendo el sueño frente al miedo,
liberando el tiempo prisionero:

Tus manos son mi credo,
tus manos son mi credo.

Desatando el nudo siempre a tiempo,
desarmando el odio con esmero,
construyendo más con menos dedos,
cuidadosas con lo mas pequeño:

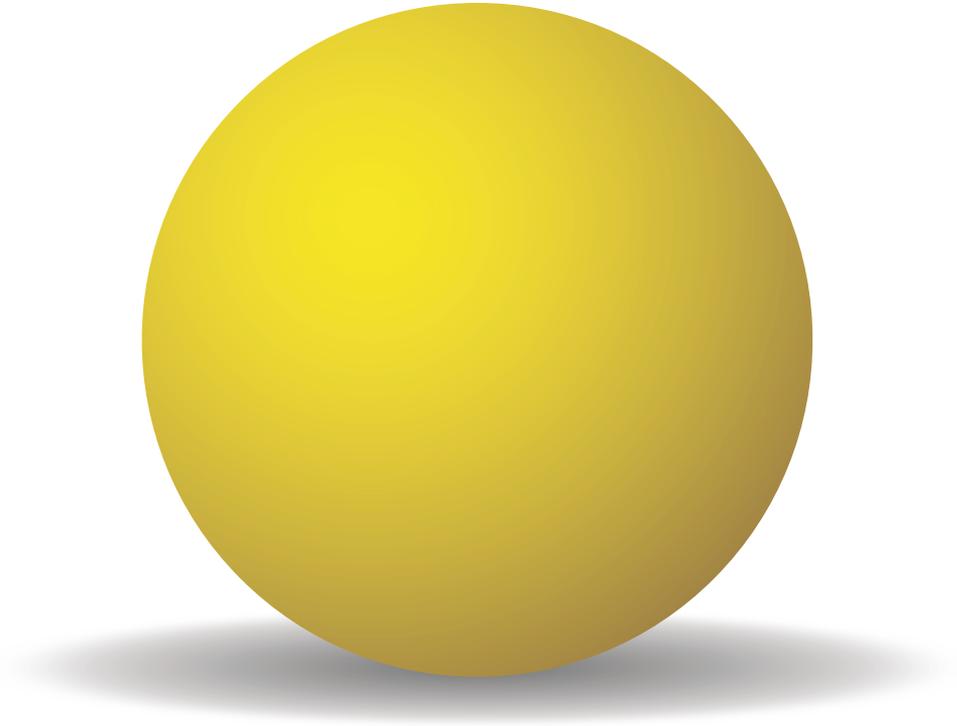
Tus manos son mi credo,
tus manos son mi credo.

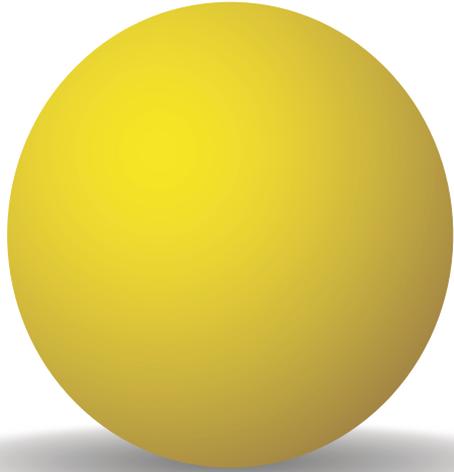
Tus Manos son mi Credo

Transformando en cielo cada suelo,
dibujando un día siempre nuevo,
moldeando el barro del encuentro,
reparando el mal con buen talento:

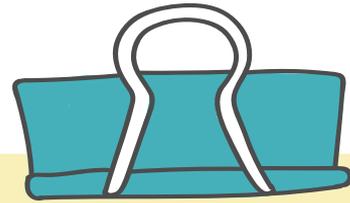
Tus manos son mi credo,
tus manos son mi credo (bis).

La pelota
de
Voluntarina





Neuro Voluntariado



- ✓ Resiliencia y auto-cuidado
- ✓ El “buen humor” como medicina
- ✓ Cuidados creativos
- ✓ Sinapsis socio-emocional
- ✓ Optimismo inteligente y esperanza
- ✓ Sentido de la vida

A la luz de la Palabra

“Yo os pregunto:

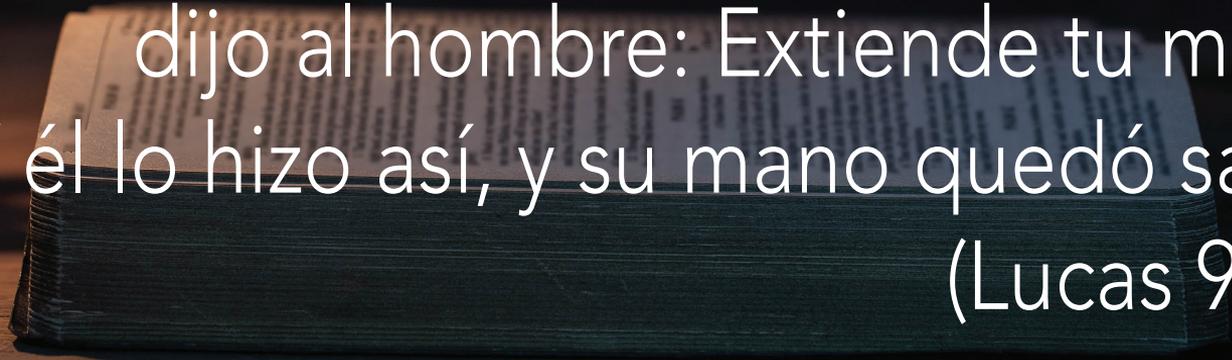
¿es lícito en el día de reposo hacer bien o hacer mal; salvar una vida o destruirla?

Y después de mirarlos a todos a su alrededor,

dijo al hombre: Extiende tu mano.

Y él lo hizo así, y su mano quedó sana”

(Lucas 9:10).



Están mis neuronas cantando
si tú me estás escuchando,
están mis neuronas con duendes
cuando mi vida comprendes.

Están mis neuronas activas
cuando sonríes, me miras,
están mis neuronas contigo
cuando me dices amigo.

Mis Neuronas y Tú

Están mis neuronas unidas,
cuando me quieres, me cuidas,
están mis neuronas creciendo
si estás conmigo aprendiendo.

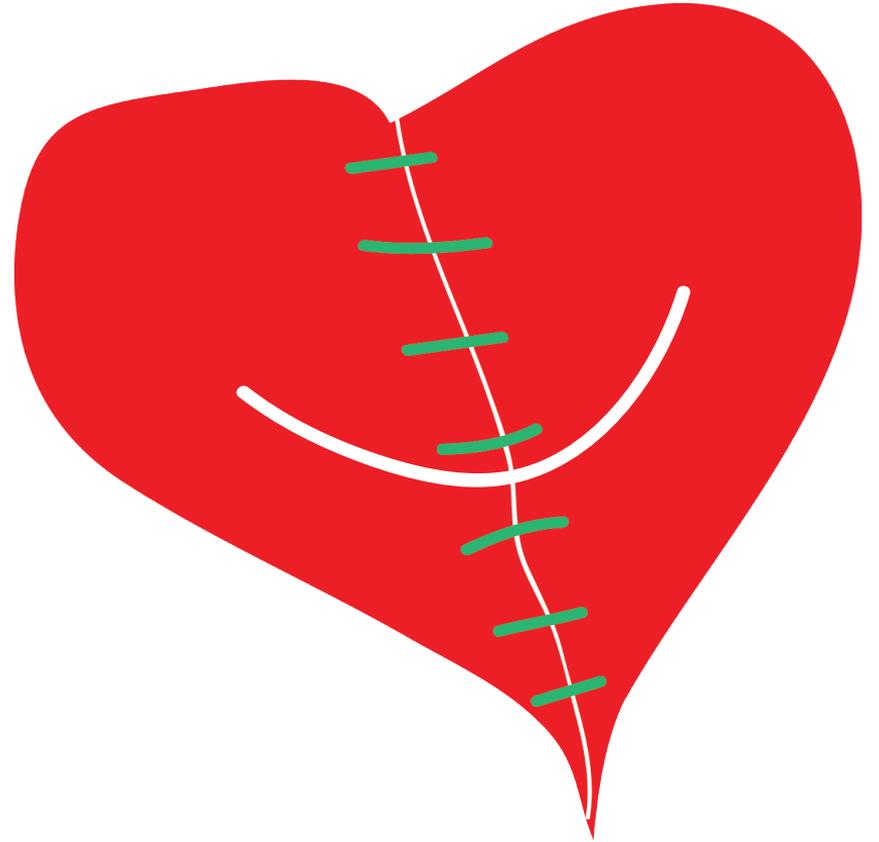
Están mis neuronas a tope
si pintas un monigote,
están mis neuronas atentas
cuando te cuento y me cuentas.

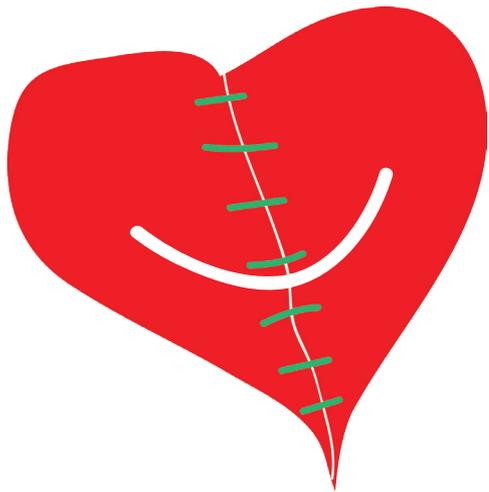
Están mis neuronas en calma
cuando me cuidas con alma,
están mis neuronas con alas
cuando tu amor me regalas.

Están mis neuronas felices
si cosas buenas me dices,
están mis neuronas espejo
bailando con tu reflejo.

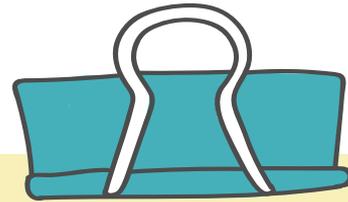
¡QUÉ BELLO ES PENSAR CONTIGO Y SENTIR!
¡QUÉ BELLO ES SOÑAR DESPIERTOS Y VIVIR!
¡QUÉ BELLO ES SENTIR CONTIGO Y PENSAR!
¡QUÉ BELLO ES VIVIR DESPIERTOS Y SOÑAR!

El costurero de la Alegría



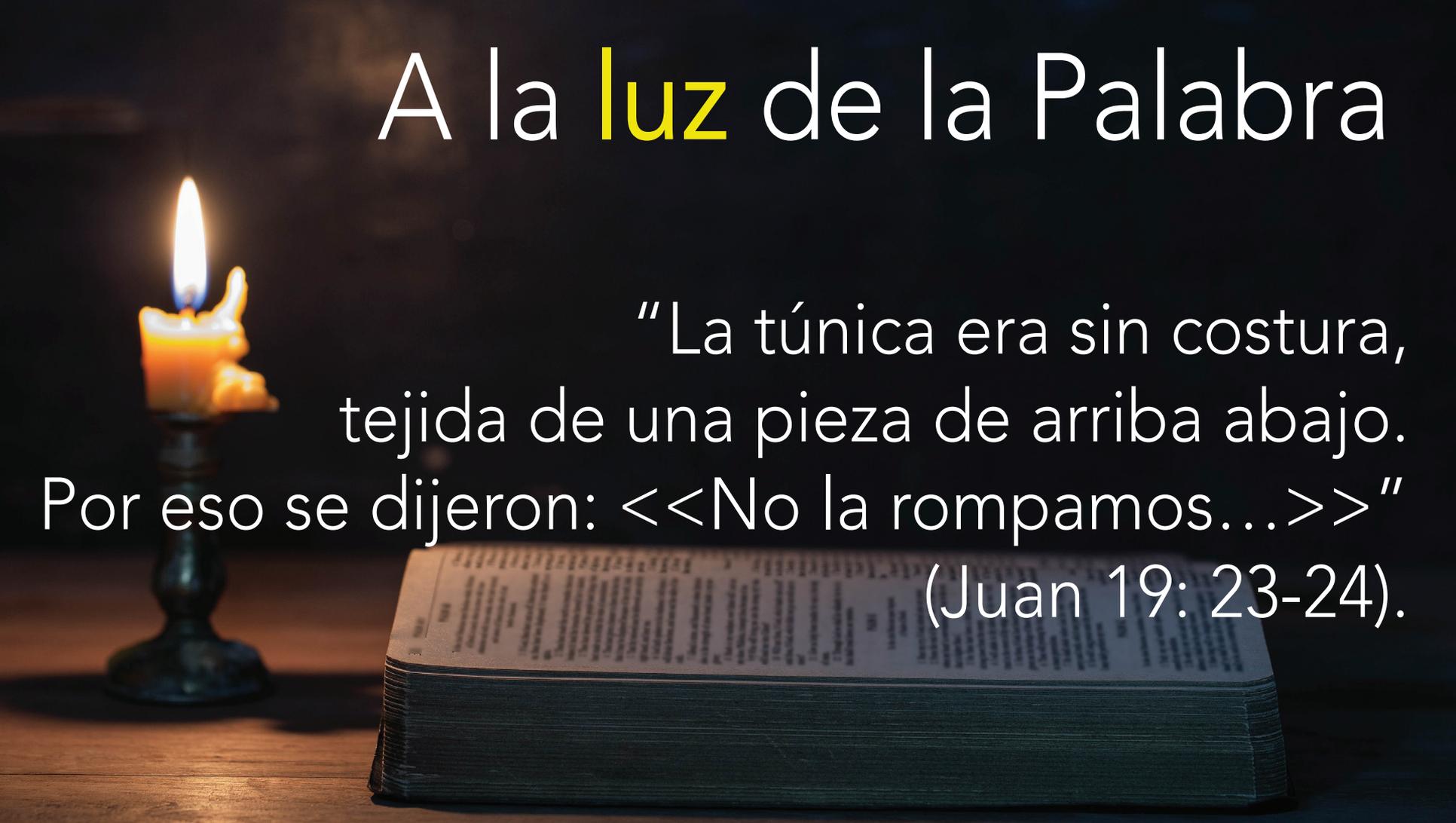


Voluntariado
que repara y
crea tejido
social



- ✓ Rostro sufriente y rostro salvado
- ✓ Sin solidaridad no hay sociedad
- ✓ Identificar las rupturas de hoy
- ✓ Intra-personal e inter-personal
- ✓ Cuidar el vínculo, la conexión
- ✓ Encontrar el “hilo de sentido”

A la luz de la Palabra



“La túnica era sin costura,
tejida de una pieza de arriba abajo.
Por eso se dijeron: <<No la rompamos...>>”
(Juan 19: 23-24).

Viene la alegría con su costurero
enhebrando vida, remendando sueños,
llega hasta la plaza, a todos abraza,
va cosiendo historias palabra a palabra.

Señora Alegría, que reparte besos,
viene con labores que deshacen miedos,
va zurciendo encuentros, tricotando encantos,
descosiendo enfados, arrojando llantos.

Al caer la tarde, con su costurero
marcha la alegría, vuelve a su ropero,
feliz y cansada, dura es la jornada
de quien cose y canta y no pide nada.

Señora Alegría, si no vuelvo a verla,
si algún día rompe mi amor la tristeza,
saldré a los caminos con su costurero
y me iré en su nombre remendando sueños.

El costurero de la Alegría

Tiene la alegría hilos de colores,
tejen sentimientos, ojos bordadores
abrochando amores, estrechando lazos,
alargando el tiempo de besos y abrazos.

Señora Alegría, venga hasta mi casa
tengo roto el canto, descosida el alma,
tengo la esperanza llena de agujeros,
cósala con hilo de amor verdadero.