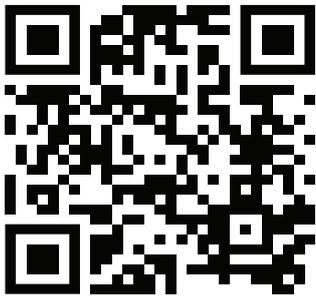




Ideas para
motivar y
ambientar
el tema



Soporte audio de esta sesión
para el voluntariado

¡Tejiendo Alegrías!

Seguramente habremos escuchado alguna vez la expresión “tejido social” referida a la sociedad que todos y todas formamos. Es una metáfora médica, referida a los tejidos biológicos, y también textil, en el sentido de formar una colectividad de personas entrelazadas y unidas entre sí. Aquí vamos a hablar de tejer relaciones humanas con los hilos de amor, que son los que realmente unen.

Y estos hilos del amor también reparan los tejidos y relaciones humanas rotas por diversas causas y motivos. Pero también nosotros a veces nos rompemos por dentro, cuando “perdemos el hilo del sentido de nuestra vida”, y entonces se nos va descosiendo la esperanza. Necesitamos esos hilos conductores que son los que nos mantienen amarrados a la esperanza, a nuestros sueños, al sentido de lo que hacemos, los que tejen la integridad de nuestro ser.

De todo esto nos habla la canción “El Costurero de la Alegría”, en la que todos y todas podemos ser esa Alegría que reparte besos, que deshace miedos, que va zurciendo encuentros, abrochando amores, estrechando lazos. Podemos ser reparadores de corazones rotos, de relaciones humanas rotas, tejedores y tejedoras de un mundo mejor con nuestro costurero de la alegría.

En todas las casas hay un costurero, con hilos de colores, agujas de diferentes tamaños, y varios útiles para las labores de reparación. Dicen que ahora se cose y repara menos que antes, en esta sociedad consumista del “usar y tirar”, y el problema es que parece que eso también se lleva al terreno de las relaciones humanas: cuando alguien ya no sirve, en el sentido materialista de la palabra, le dan la espalda en algunos ámbitos. Esto nos deshumaniza y rompe el tejido social.

Pero es una suerte que siga habiendo costureros y costureras de la alegría, buenas personas dispuestas con los hilos del amor a reparar las soledades, la falta de esperanza, personas que “cosen y cantan y no piden nada”, como escucharemos en la canción. “Coser y cantar” es lo que hemos hecho en este programa Cantando Emociones, con los hilos de nuestros sentimientos y nuestras experiencias, estrechando lazos, arrojando llantos, abrochando amores, enhebrando vida. Y cada día, tras las labores de la alegría, descansamos en plenitud de felicidad.



Escuchamos
la canción
y su mensaje



Ir a pista de audio canción

El Costurero de la Alegría

César García-Rincón de Castro (2020)

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.

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.

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

César García-Rincón de Castro (2020)

Secunda Senior

D

Vie-ne la a-le - grí - a con su cos-tu - re - ro en-he-bran-do

6 A⁷ C

vi - da, re - men-dan - do sue-ños, lle-ga has-ta la pla - za,

11 E⁷ A⁷ G A⁷

a to-dos a - bra-za, va co-sien-do his - to-rias pa - la-bra a pa -

16 D

la - bra. Se-ño-ra a-le - grí - a que re-par-te be - sos,

21 D⁷ G

vie-ne con la - bo-res que des-ha-cen mie-dos, va zur-cien-do en

26 D B⁷ Em

cuen-tros, tri-co-tan-do en - can - tos, des-co-sien-do en - fa - dos, a -

31 A⁷ D D⁷ G

rro-pan-do llan - tos, va zur-cien-do en -cuen-tros, tri-co-tan-do en

36 D B⁷ Em A⁷ D

can - tos, des-co-sien-do en - fa - dos, a - rro - pan - do llan - tos.

Secunda Senior



Preguntas para compartir

1. ¿Qué te ha gustado más de esta canción, qué palabras y expresiones te han emocionado más del Costurero de la Alegría?

2. ¿Cuántas palabras aparecen en la canción que representan diferentes emociones y sentimientos? Vamos a identificarlas y hablamos un poco de ellas.

3. La canción hace una metáfora con un costurero de la Alegría para coser las realidades humanas que se rompen: ¿En qué situaciones de la sociedad hoy hace más falta ese costurero de la Alegría?

4. Antes en las casas no se tiraba la ropa, todo se arreglaba, transformaba o reparaba. ¿Ocurre un poco lo mismo con las relaciones humanas hoy, que cuando no funcionan la gente no se molesta en arreglarlas y las descarta?

5. ¿Alguna vez has ejercido de Señora Alegría, has tenido que coser con los hilos del amor, la esperanza o el consuelo a una persona rota o desmembrada de tristeza o angustia?

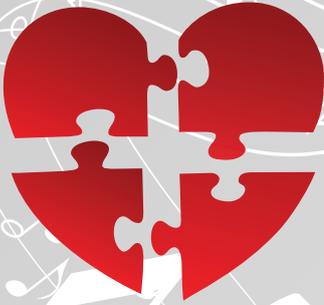


Canciones que nos emocionan

¿Qué canción o canciones conocidas te suelen venir a la memoria o te pones a cantar cuando ves una persona o situación rota y deseas reparar su dolor o problema? ¿Nos cantas un trozo de la canción?

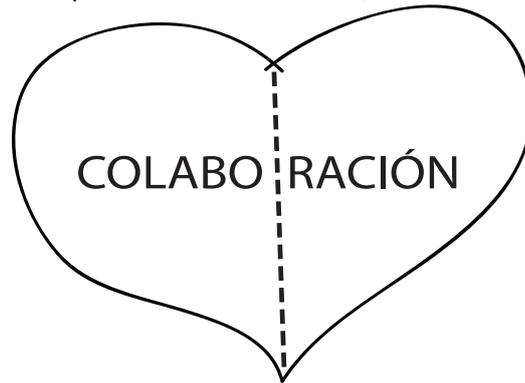
Anotaciones del voluntario/a:

-
-
-



Reparando palabras

La dinámica de esta unidad va a consistir en coser corazones de papel rotos por la mitad a partir de una palabra o valor que represente una realidad que se puede romper o problematizar. Vamos a preparar varias siluetas de corazones de papel que cortaremos con unas tijeras y luego coseremos con aguja e hilo. Más o menos como representamos en esta figura:



Antes de cortar los corazones con las tijeras, los prepararemos con todas las palabras o valores que vamos a trabajar. Recomiendo tener varias palabras escritas en corazones de papel, la mitad de la palabra más o menos en cada mitad de corazón, y antes de coserlas buscaremos sus parejas o medios corazones, y luego las iremos cosiendo.

Después de haber cosido cada cual su corazón, explicará qué hilo metafórico ha utilizado, es decir, que esa realidad con qué valor, actitud, virtud o habilidad se puede coser y solucionar. También comentaremos cuáles son las causas que hacen que esas palabras-corazón o realidades se rompan, ya que saber la causa también nos ayudará a prevenir que se rompan, o a coserlos y reforzarlos cuando vemos que empiezan a rasgarse.

En la reflexión podemos comentar que el hecho de “coser un valor o principio roto”, afrontar la solución del mismo, reconocerlo, siempre es “doloroso” emocionalmente, y eso lo representa la aguja, pero, como pasa en la medicina cuando nos cosen tras una operación, aunque sea doloroso, hace bien y nos cura.

De este modo todos/as iremos compartiendo nuestra experiencia y nuestras soluciones para coser esas realidades y situaciones sociales, y así nos recordaremos lo importante de tener siempre a mano ese “costurero de la alegría” para cuando sea necesario.

Secunda Senior



Sugerencias
para vivir
con más
bienestar

Ser personas hilo. Si lo pensamos bien, siempre ha habido “personas hilo” que han sido conectores de relaciones humanas, que ponen a los demás en contacto, que te presentan nuevos amigos/as, que buscan unir a las personas en lugar de separarlas y enemistarlas. Piensa en cuáles han sido las “personas hilo” de tu vida, y actúa como actuaban ellas, uniendo a las personas con los hilos de alegría, el compañerismo y la cooperación. También ser persona hilo es aportar nuestro hilo al tejido compartido por todos, para tejer y tricotar una red de colaboración más tupida y fuerte.

Manejar con delicadeza nuestras agujas de la verdad. Las agujas reparan, pero pueden ser dolorosas porque deben atravesar. A nivel social, toda reparación de una relación o problema debe basarse en reconocer la verdad por todas las partes, y esta verdad es a veces doloroso decirlo y reconocerla, pero eso cura, y es el principio de la reparación. Ahora bien, debemos usar esa aguja de la verdad en su justa medida y sólo para el bien, nunca para hacer daño a los demás y castigarles con la misma.

Practicar el perdón y la disculpa. Una de las formas más eficaces que existen y han existido siempre consiste en ser capaces de reconocer nuestros errores y pedir disculpas a los demás, y también aceptar las disculpas de los demás para con nosotros. Además, cuando hacemos esto las relaciones humanas se vuelven más fuertes, como cuando reparamos un botón roto, que ese seguro que no se vuelve a caer, porque ponemos el mejor hilo y empeño en amarrarlo bien.

