

INTRODUCCIÓN: VOLVER AL CORAZÓN, CON SAN AGUSTÍN

"Tarde te amé, hermosura tan antigua y tan nueva, tarde te amé. Y tú estabas dentro de mí, y yo fuera, y por fuera te buscaba..."

(San Agustín, Confesiones X, 27)

Este cuaderno es una herramienta sencilla para ayudar a las familias a vivir el **Año del Jubileo** como un tiempo de gracia, esperanza y encuentro con Dios.

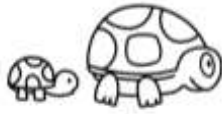
Te proponemos diferentes **recursos prácticos para cada núcleo del Catecismo de la Iglesia**, para que puedas **elegir** lo que mejor se adapte a tu tiempo, a tu momento o a la necesidad de tu grupo.


En un mundo lleno de ruido exterior, San Agustín, padre de la Iglesia y maestro de la interioridad, nos recuerda que la presencia de Dios habita en lo más profundo de nosotros mismos. Nos invita a volver al corazón, a recogernos y a silenciarnos para encontrarnos con Aquel que ya está dentro.

En el contexto del **Jubileo de la Esperanza**, volver al corazón es también abrirnos a la **ternura de Dios**, que nos transforma desde dentro para servir mejor a los demás.



© 2025. Carmen Jalón. Todos los derechos reservados.





El objetivo es sencillo: Ofrecer un espacio donde los niños puedan tocar el corazón de la fe, despertar su asombro, y abrirse a la ternura de Dios como Padre amoroso, cercano y cuidador.

✿ Estructura de cada núcleo:

1. **QR con música o audiocuento** para crear una experiencia más viva y profunda sobre el tema central del núcleo.
2. **Cuento con valores cristianos inspirados en Jesús:** amor, perdón, calma, ternura, fraternidad, confianza en Dios.
3. **Vidriera para colorear,** una experiencia artística que invita a la calma y al recogimiento.
4. **Visualización guiada** para acercarse más a Jesús y a las enseñanzas que transmite sobre el tema del núcleo.
5. **Reflexión y preguntas** que despiertan el pensamiento y el corazón.
6. **Oración final** para terminar el encuentro desde la gratitud y la fe compartida.

✿ Metodología participativa:

Cada miembro de la familia o grupo asume un rol:

🎵 **Músico:** pone la música con QR.

📖 **Cuentacuentos:** lee el cuento.

🎨 **Artista:** colorea la vidriera.

🌈 **Explorador del corazón:** guía la visualización.

💬 **Filósofo:** plantea reflexiones y preguntas.

🙏 **Guía de oración:** dirige la oración final.



NÚCLEO 1: DIOS ES NUESTRO PADRE

1- *QR CON MÚSICA o AUDIOCUENTO*

- **Nombre del músico:** _____

El músico escanea el QR en el momento que se vaya a utilizar.

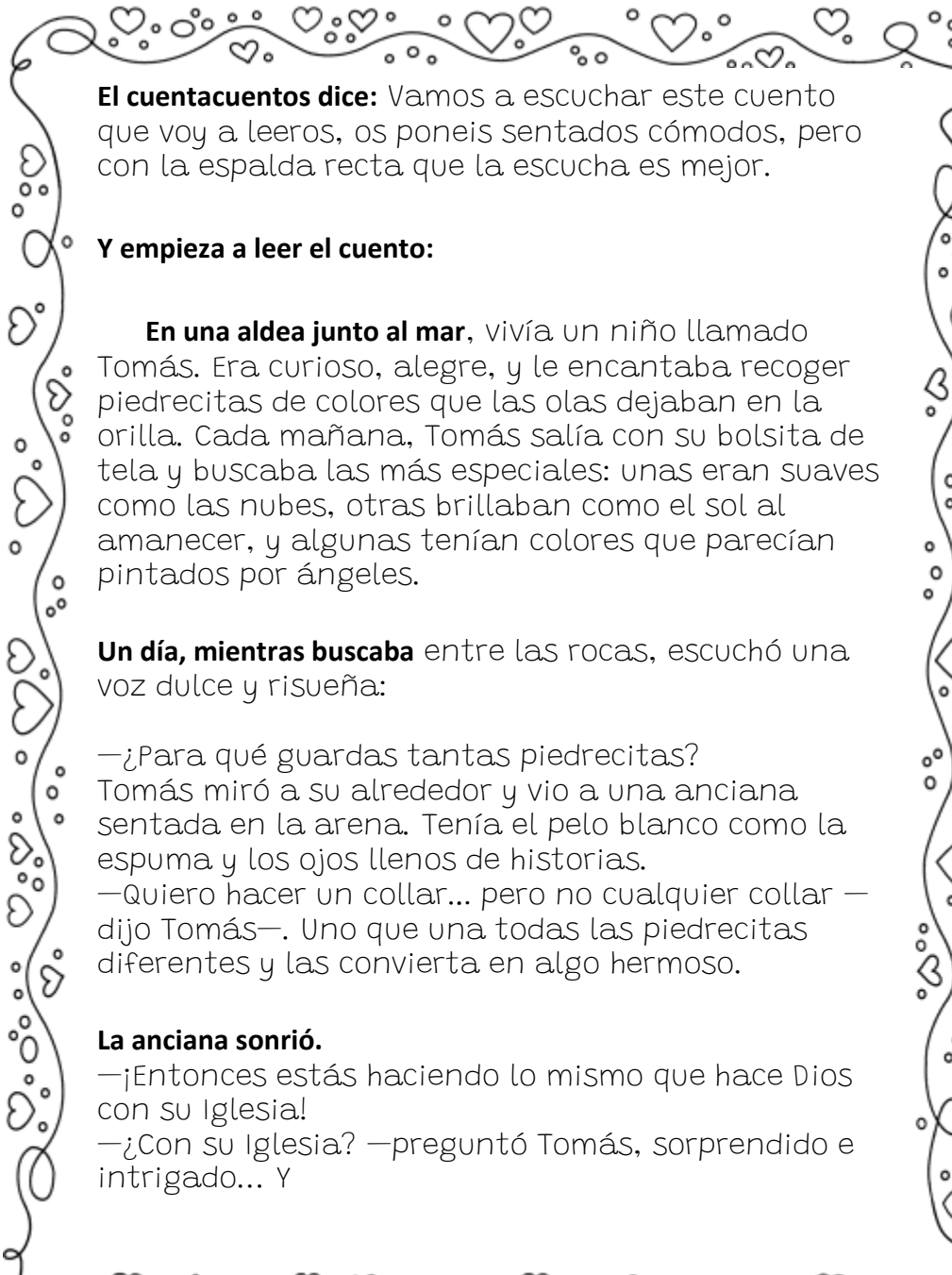
Se puede escuchar mientras colorean la vidriera, escuchan el cuento, la visualización o hacen la reflexión, las preguntas y la oración.



2- *UN CUENTO: EL COLLAR DE LOS MIL COLORES*

- **Nombre del cuentacuentos:** _____

El cuentacuentos decide si pone o no la música con el QR y se lo dirá al músico. Les invitará a todos a ponerse con una postura adecuada y lee el cuento.



El cuentacuentos dice: Vamos a escuchar este cuento que voy a leeros, os poneis sentados cómodos, pero con la espalda recta que la escucha es mejor.

Y empieza a leer el cuento:

En una aldea junto al mar, vivía un niño llamado Tomás. Era curioso, alegre, y le encantaba recoger piedrecitas de colores que las olas dejaban en la orilla. Cada mañana, Tomás salía con su bolsita de tela y buscaba las más especiales: unas eran suaves como las nubes, otras brillaban como el sol al amanecer, y algunas tenían colores que parecían pintados por ángeles.

Un día, mientras buscaba entre las rocas, escuchó una voz dulce y risueña:

—¿Para qué guardas tantas piedrecitas? Tomás miró a su alrededor y vio a una anciana sentada en la arena. Tenía el pelo blanco como la espuma y los ojos llenos de historias.

—Quiero hacer un collar... pero no cualquier collar —dijo Tomás—. Uno que una todas las piedrecitas diferentes y las convierta en algo hermoso.

La anciana sonrió.

—¡Entonces estás haciendo lo mismo que hace Dios con su Iglesia!

—¿Con su Iglesia? —preguntó Tomás, sorprendido e intrigado... Y

pensó por dentro ¿qué querrá decir esta ancianita?
¡No le entiendo nada!

—Sí —dijo ella, mientras le ofrecía un hilo dorado—.

Mira, cada piedra es como una persona: hay grandes, pequeñas, suaves, ásperas, de todos los colores. Pero cuando se unen con amor, forman algo precioso. Eso somos los cristianos: diferentes, pero unidos por Jesús.

Tomás, pensativo, comenzó a unir las piedrecitas en el hilo dorado y mientras lo hacía, veía algo que todavía le parecía más extraño, y es cómo si las piedras hablaran entre ellas, cantaran... como si fueran amigas de toda la vida.

— **Pero Tomás** siguió preguntando intrigado ¿Y este hilo dorado? ¿Qué significa?

— **Es el amor de Dios, que nos une, aunque estemos** lejos, aunque seamos distintos, aunque a veces no nos entendamos. El amor es el hilo invisible que hace que la Iglesia sea una familia viva.

Y así, Tomás fue terminado el collar y cuando ya vio que había acabado, se dio cuenta que el collar brillaba como un arco iris. Tomás lo sostuvo en alto y entonces...¡algo maravilloso ocurrió!: que nunca olvidará y es que de repente...una paloma blanca tocó el collar con sus alas y en ese instante, el collar se iluminó con una luz suave que llegaba hasta su corazón, que también se iluminó y Tomás abrió su boca de asombro y casi no la pudo cerrar por bastante rato, de lo asombrado y lleno de amor que se quedó.

—**La anciana que le miraba con mucha ternura,** le dijo: Llévalo contigo, Tomás...Y cada vez que veas a alguien diferente a ti, recuerda: también él es una piedrecita en el gran collar de Dios.

Desde ese día, Tomás no sólo recogía piedras. Recogía gestos de bondad, palabras de consuelo, abrazos compartidos... porque había aprendido que la Iglesia no es sólo un lugar, sino un montón de corazones unidos por el mismo Amor.

3- UNA VIDRIERA PARA COLOREAR

- **Nombre del artista:** _____

Todos son artistas, todos colorean una de las vidrieras. Y el músico decidirá si poner la música con el QR.



4- UNA VISUALIZACIÓN

- **Nombre del explorador del corazón:** _____

El explorador decide si poner la música con el QR y recita **con voz suave**:

Cierra los ojos... y respira despacito... Siente cómo el aire entra por tu nariz... y sale por tu boca...Respira suave, como si tuvieras una flor en la mano...Y ahora, deja que tu cuerpo se relaje... Imagina que estás en un prado lleno de flores... El sol brilla suavemente... El cielo es azul... y una brisa fresquita acaricia tu cara... Escuchas el canto de los pájaros... y el perfume de las flores entra por tu nariz... Todo está tranquilo... Ahora, a lo lejos... ves a alguien que camina hacia ti...Es una persona luminosa... Tiene una sonrisa enorme... Sus brazos están abiertos...y tú sientes que quieres correr hacia Él.

Cuando llegas... Él te abraza fuerte, fuerte... Es Dios, tu Papá del cielo...Y en ese abrazo... sientes su amor... sientes que eres muy importante para Él... que eres único... que eres su hijo, su hija, y te ama tal como eres...

Dios te susurra al oído: “Estoy contigo siempre... siempre... nunca te dejo. Y tú sientes que ese amor te llena de luz por dentro... como si tu corazón fuera una estrella brillante... Dios te toma de la mano...y te muestra el mundo: las montañas, los ríos, los animales, las personas...Y te dice: “Todo esto lo he creado para ti, porque te quiero



mucho.”

Ahora, poco a poco... Dios te da un último abrazo, muy fuerte... y te dice: “Siempre que quieras, ven a verme... Yo siempre estaré aquí, esperando para abrazarte.”
Respira profundo... siente ese amor en tu corazón...y poco a poco... mueve tus manos, tus pies...
y cuando estés listo... puedes abrir los ojos...

Mensaje final: Recuerda... Dios es tu papa querido. Siempre puedes hablarle y contarle cómo te sientes. Él te escucha... y te quiere con todo su corazón.

El explorador termina: poco a poco vamos moviendo los pies, las manos, los hombros, nos estiramos y abrimos los ojos.

5- UNA REFLEXIÓN, UNA PREGUNTA Y UNA SENCILLA ORACIÓN

• **Nombre del filósofo:** _____

El filósofo guía este ejercicio, lee la reflexión y plantea las preguntas. Luego deja un poco de tiempo para que cada uno la escriba en su cuaderno e invita a la oración final.

El filósofo dice: para pensar con más claridad, vais a cerrar los ojos y hacer dos respiraciones profundas, y completas de forma que... inspiras subiendo los hombros, intentas llenar primero el abdomen y luego expulsas el aire por la boca empelando el doble de tiempo.

El filósofo lee la reflexión: Dios siempre está cerca, incluso cuando no lo vemos... y aunque a veces no entendamos todo... Él nos cuida y nos guía con amor. Dios nos ama con amor infinito y lleno de ternura: cuando estamos tristes, nos consuela; cuando nos equivocamos, nos perdona; y siempre, siempre nos abraza con su amor.

Plantea las preguntas: ¿Sabías que Dios te conoce por tu nombre y siempre piensa en ti? ¿Cómo puedes hablar con Él cada día?

El filósofo deja un tiempo para que las escriban en sus cuadernos

Invita a todos a recitar una sencilla oración: Papá Dios, gracias por cuidarme cada día. Ayúdame a ser bueno y a compartir tu amor con los demás. Amén.

6- PARA TERMINAR: UNA ORACIÓN GUIADA PARA TODA LA FAMILIA JUNTA

- **Nombre del guía de la oración:** _____

El guía dice: Hacemos una respiración profunda, nos podemos dar un autoabrazo... repetimos otra vez... me voy sintiendo en silencio... fuera y dentro de mi... para prepararnos...

El guía invita a leer todos en sus cuadernos la oración:

Jesús, te damos gracias por este tiempo juntos, por la calma que encontramos al escuchar tu voz. Gracias porque, aunque a veces la vida se llena de tormentas, Tú nos enseñas a construir un arca en nuestro corazón: un lugar seguro donde guardar la fe, la paz, la esperanza y el amor.



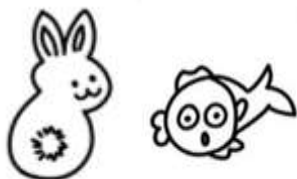
Ayúdanos a recordar que siempre podemos refugiarnos en Ti, que eres como ese arco iris después de la lluvia, una promesa de que nunca estamos solos.

Señor, que como familia aprendamos a cuidar de nuestra arca interior y a ayudarnos unos a otros cuando la vida se pone difícil.

Amén.

Y EN EL AÑO DEL JUBILEO: propuestas de oración para caminar hacia adentro, donde dios ya nos espera.

**EN EL SIGUIENTE NÚCLEO SOLO ESTAN A
MODO DE EJEMPLO LOS RECURSOS
EMPLEADOS:**





NÚCLEO 4: JESÚS ENTREGA LA VIDA POR NOSOTROS

1- QR con música para escuchar mientras colorean la vidriera, escuchan el cuento, la visualización o hacen la reflexión, las preguntas y la oración.



2- UN CUENTO: La vela que iluminó la noche

En una casa de campo, una abuela encendió una vela mientras sus nietos se acurrucaban a su lado. La luz suave iluminaba sus caritas curiosas.

—Abuela, ¿por qué encendiste la vela? —preguntó la más pequeña.

—Para contaros una historia —dijo la abuela.

Y empezó a contar:

—**Había una vez una vela preciosa**, muy blanca y brillante. Todos la miraban y decían: “¡Qué bonita eres!”. Pero la vela se sentía triste, porque, aunque era hermosa, no servía para nada... hasta que alguien la encendió. —¿Y qué pasó? —preguntaron los niños.

—Cuando la encendieron, la vela empezó a brillar y dar calor. Poco a poco, fue gastándose, derritiéndose. La gente la miraba y decía: “¡Qué luz tan bonita!”. **Y aunque la vela se hacía más pequeña**, no le importaba, porque sabía que estaba dando todo de sí para iluminar a los demás.



La abuela miró a los niños y les dijo: mirad niños, como la vela se ha ido derritiendo para darnos luz, alguien dio su vida por todos nosotros y darnos así su amor, fue Jesús.

—Yo también quiero ser como la vela... aunque me gaste, quiero dar luz a los demás.

La abuela la abrazó y susurró:

—Eso es lo que Jesús nos enseña: amar hasta el final, aunque cueste.

3- UNA VIDRIERA PARA COLOREAR



4- LA VISUALIZACIÓN

Cierra los ojos... respira hondo... siente cómo el aire entra por tu nariz... y sale despacito por tu boca... respira otra vez...y deja que tu cuerpo se relaje...

Imagina que estás en una pradera... el sol brilla suave, calentito... las flores se mueven con el viento... y los pajaritos cantan. Te sientes feliz, tranquilo... De pronto, alguien se acerca... es Jesús... tiene una túnica blanca...una sonrisa llena de amor... y sus brazos están abiertos para ti...Te mira a los ojos...y te dice con voz suave: “¿Sabes cuánto te amo? Tanto... que entregué mi vida por ti.”

Jesús te toma de la mano...y te lleva hasta una cruz grande, de madera...

Te la muestra y dice: “Esta cruz es el regalo más grande que te he hecho.

Di mi vida para salvarte, porque te quiero muchísimo.”

Aunque la cruz es grande...sientes que no tienes miedo.

Porque Jesús está contigo.

Te dice: “No tengas miedo, porque después de la cruz vino la alegría. Yo resucité, y ahora siempre estaré contigo.”

Jesús te abraza fuerte, fuerte...y sientes su amor dentro de ti,

como una luz que brilla en tu corazón. Esa luz es el amor de Jesús...

que nunca se apaga.

Respira hondo... y siente ese amor dentro de ti. **Jesús te dice:**

“Siempre que veas una cruz, acuérdate de mí. Acuérdate

de que di mi vida por amor a ti. Jesús sonríe... te da un último abrazo...y se aleja por el camino de la pradera. Pero tú sabes que sigue contigo...en tu corazón...y que su amor nunca se va.

Respira hondo... mueve tus manos... mueve tus pies... y cuando estés listo, puedes abrir los ojos... y sonreír... porque Jesús te ama tanto... que dio su vida por ti.

5- UNA REFLEXION, UNA PREGUNTA Y UNA SENCILLA ORACIÓN

UNA REFLEXIÓN: Jesús nos amó tanto que entregó su vida por nosotros. Lo hizo por amor, para que nunca... estemos solos. Su amor es más fuerte que cualquier tristeza, y nos da esperanza. Pero Él no solo murió por nosotros, sino que también resucitó. ¡Él vive y camina a nuestro lado cada día!

UNA PREGUNTA O DOS: ¿Sabes quienes estuvieron en tu bautismo? ¿Cómo crees que Dios te acompaña desde entonces?

UNA SENCILLA ORACIÓN: Jesús, gracias por amarme tanto... Ayúdame a amar como Tú, a perdonar y a cuidar a los demás. Amén.

6- PARA TERMINAR: UNA ORACIÓN GUIADA PARA TODA LA FAMILIA JUNTA

Hacemos una respiración profunda, nos podemos dar un autoabrazo... repetimos otra vez... me voy sintiendo en silencio... fuera y dentro de mi... para prepararnos...

Jesús, te damos gracias por este tiempo de encuentro, por este momento tranquilo para mirarnos a los ojos, para mirarte a Ti, y recordar que no estamos solos.

Gracias porque, aunque a veces no entendemos todo, sabemos que tu Amor es como un jardín dentro de nosotros: un lugar de paz, de luz, de confianza, que Tú siempre estás, esperándonos con ternura, caminando con nosotros cada día.

Que como familia, aprendamos a cuidar ese jardín, a sembrar semillas de paciencia, de perdón y de amor. Y que, cuando nos sintamos cansados o perdidos, sepamos que podemos volver a Ti, y encontrar en tu abrazo la paz que nuestro corazón necesita.

Amén.



Y EN EL AÑO DEL JUBILEO: propuestas de oración para caminar hacia adentro, donde Dios ya nos espera.

MIRA EN LA SEGUNDA PARTE DEL CUADERNO



**Si te interesan más materiales, puedes contactar
con Carmen María Jalón
horebc2016@gmail.com
Movil: 654491657
www.horeb.es**

