

5. PLATAFORMAS**ACTIVIDAD 3****EJERCICIOS ESPIRITUALES PARA ATEOS****5. Mis deseos más profundos****• Sugerencias para la motivación:**

- La samaritana (Jn 4, 1-29)
- Adaptación del montaje audiovisual *El país de los pozos*

• Ejercicio (desde la lectura de Jesús y la Samaritana).

1. Sal a caminar. Mientras caminas, piensa en los caminos que recorres cada día: el estudio, la familia, los amigos, el trabajo... Imagínate los lugares habituales, los rostros, las calles, la vida... Visualízate a ti mismo(a) en esos lugares.
2. Toma conciencia de la sed que tienes; esto es, de tus necesidades y tus deseos: de cariño, de aceptación, de sentido, de... Siente esos deseos y esas búsquedas que a menudo quedan ocultas en la actividad.
3. Sigue caminando y piensa cuáles son los pozos a los que acudes en lo cotidiano para saciar toda esa sed, esos deseos y necesidades. ¿Cómo satisfaces tus necesidades de cariño, de relación, de alegría, de evasión, de ser útil...?
4. Cuando descubras uno de esos pozos, detente, toma una piedra u otro objeto, y escribe en él el nombre del pozo. Recuerda la última vez que has ido a él. Recuerda cómo te sació en ese momento, y cuándo volviste a tener sed.
5. Cuando hayas recorrido todos los pozos, vuelve a detenerte:
 - ¿Qué pozos te ayudan?
 - ¿Qué pozos te dan más sed?
 - ¿Qué deseos de fondo hay bajo los deseos y necesidades cotidianas?
6. Lee Jn 4, 1-29 (*o una adaptación*). ¿Cuáles eran los deseos profundos de la mujer? ¿Cómo responde Jesús a ellos? ¿Tienen algo que ver con tus deseos profundos?
7. Vuelve caminando y pensando en qué lugares puedes buscar el agua que necesitas en lo más profundo del corazón.