

5. PLATAFORMAS**ACTIVIDAD 3****EJERCICIOS ESPIRITUALES PARA ATEOS****6. Mi identidad****• Ejercicio previo**

Por parejas, con música de fondo, sin hablar, sólo con el tacto, construye una estatua con el cuerpo del otro que refleje una actitud que tú percibes en él o ella.

Esperar unos momentos en esa posición. El que hace de estatua intenta interiorizar lo que el otro ha querido representar en él/ella, lo que ha percibido, lo que ha reflejado.

Repetir el ejercicio a la inversa. No se hace ningún comentario.

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

1. Ve caminando o ve al lugar que has elegido y en el que te es fácil tener un espacio de reflexión y silencio. Recuerda las sensaciones que te ha producido la representación que el otro ha hecho de ti. ¿Te has sentido identificado/a? ¿En qué sentido sí, en qué sentido o en qué cosas no?
2. Si te preguntaran ahora mismo quién eres, ¿cómo te describirías? Escríbelo extensamente, todo lo que se te ocurra.
3. De todo lo que has incluido en tu descripción, habrá seguramente cosas que se refieran a circunstancias que vives o cosas que te vienen dadas. Señálalas.
4. Otras cosas puede que se refieran a características personales, físicas, de carácter... Señálalas y amplíalas si no están muy desarrolladas. ¿Cómo eres físicamente? ¿Cómo es tu forma de ser?
5. Ahora intenta rescatar las dos o tres cosas que crees que te definen en mayor profundidad, las que te identifican. Tal vez no las encuentres en lo que has escrito, o tal vez sí. Búscalas.

6. Recuerda tu historia. Recuerda cómo has ido cambiando a lo largo de los años.
 - ¿Qué personas han influido en ello?
 - Nadie somos solos, sino que siempre en relación a otros. ¿Qué personas marcan hoy tu vida? ¿Qué te demandan? ¿Cómo te configuran, cómo te influyen, qué resaltan de ti?
7. Cierra los ojos e imagina cómo te gustaría ser. Sueñate. Imagínate quién te gustaría ser dentro de cinco o diez años. Haz una descripción lo más completa que puedas de ello.
8. Con todo ello, vuelve a pensar qué es lo que configura tu identidad. Exprésalo como desees (un cuento, una descripción, un dibujo, una representación...)