

**1. UN CAMINO EN COMPAÑÍA****Ejercicio 1 – Mi experiencia de seguimiento**

Cada historia, cada proceso de seguimiento de Jesús es una aventura original y única. Pero es a través de estas experiencias como hemos podido descubrir a Dios, y es esta experiencia el tesoro más valioso que tenemos en nuestro haber para acompañar a los jóvenes en su propia aventura de encuentro y seguimiento. Por eso, antes de empezar a pensar en cada uno de los jóvenes, te invitamos a recordar tu propio proceso, tomando conciencia de cómo y qué has ido descubriendo de Jesús a lo largo de las diferentes etapas de tu historia. Ese es el bagaje que te identifica como seguidor/a de Jesús y que te permite acompañar a los y las jóvenes en su propio proceso personal de encuentro y seguimiento.

1. Busca un momento largo y pausado de encuentro con Dios... Vas a contemplar tu propia vida, vas a recordar con Él vuestra historia. Prepárate a disfrutarla y pídele una mirada clara para reconocer su presencia en tu vida, en los acontecimientos de tu historia y en los movimientos de tu corazón.
2. Repasa con tranquilidad tu historia de vida y de fe. Ayúdate de recuerdos y signos que te han ido acompañando en el camino (todos guardamos algunos signos): objetos, oraciones o reflexiones escritas, signos de las opciones de tu vida... Detente y saborea cada uno de los momentos importantes, o los que en este momento te resuenan como más importantes.

A medida que recuerdas tu historia vital y tu experiencia de Jesús, ve identificando:

- a. Tu itinerario. ¿Qué hechos, opciones, lugares has transitado?
- b. Tu proceso. ¿Qué iba pasando en tu corazón mientras recorrías ese itinerario?
- c. ¿Qué identificas como “grietas” por donde se ha trasparentado en tu vida la presencia de Dios? Pueden ser personas, experiencias, encuentros, actividades, acontecimientos... Señala aquellos lugares y momentos donde se te hizo especialmente fuerte y manifiesta su presencia.
- d. Los hitos de liberación que has vivido en este proceso de encuentro con Dios.

Si te resulta de ayuda, expresa gráficamente el itinerario y el proceso asociado, y lo que lo jalona en forma de “grietas” y de experiencias

liberadoras. Así podrás mejor contemplar cómo se han ido entrelazando todos esos niveles.

Líneas de tiempo...	
Itinerario	
Proceso	
Grietas	
Hitos de crecimiento en libertad	

3. Contempla tu historia... Cuando miramos nuestra historia desde un nuevo lugar, es fácil que descubramos matices que no habíamos visto antes y que nos ofrecen nuevas luces para el futuro. Da gracias a Dios por esa historia y ponte en sus manos para el futuro. Pídele la gracia de que tu experiencia pueda servir para iluminar y acompañar a nuevos/as seguidores/as.
4. Tu experiencia de seguimiento, ¿qué luces te da para acompañar a los jóvenes? ¿Qué cosas descubres como importantes a cuidar, qué cuestiones han podido ser obstáculos para ti, qué elementos te ayudaron? Recuerda que el itinerario no es el proceso: acontecimientos que fueron para ti muy válidos no tienen por qué provocar lo mismo en los jóvenes. Céntrate en el proceso, recuerda los acontecimientos que te ayudaron a vivirlo y piensa qué otros acontecimientos pueden ser los más adecuados para estos jóvenes.
5. Ponlos en manos de Dios y pídele luz y libertad para buscar lo que mejor ayude a los y las jóvenes al encuentro con él, dejándote iluminar por tu experiencia pero sin pretender que repitan tu itinerario.