

# CURSO DE CATEQUESIS PARA CUIDAR LA INTERIORIDAD

para jóvenes de 20 a 35 años

## PRESENTACIÓN

DOMINGO 30 de  
octubre

5h de la tarde

PARROQUIA

del

ESPÍRITU SANTO



Delegación de  
**catequesis y  
catecumenado**  
Albacete

En este curso nos proponemos hacer un camino en el que los participantes descubran su SER y APRENDAN A SER. El mundo, con su ruido y ritmos rápidos, no nos deja espacio para conocernos y vivir desde lo que somos en realidad. Es necesario pararse para mirar dentro de cada uno, para conocerse y descubrir las luces y sombras que todos llevamos dentro, para integrar todo lo que somos y aceptarnos, para así querernos. Pero también aceptar al otro en lo que es, lo que siente y lo que vive. Y, además, nos queda poco tiempo para relacionarnos con Dios y descubrir qué quiere de nosotros.

Perseguimos objetivos que creemos que nos proporcionarán paz, felicidad... pero a medida que los conseguimos nos damos cuenta que no nos dan lo que queríamos. Entonces buscamos y buscamos, sin darnos cuenta que la respuesta está dentro de nosotros.

Cultivar el mundo interior nos capacita para descubrir la propia interioridad como fuente de paz, belleza y felicidad, así como favorecer experiencias de apertura y fluidez por la atención plena al momento y al acto presente. De esta manera, además de ser y aprender a ser, también seremos coherentes con el “hacer”, un hacer desde lo que somos en realidad.

En este camino, que constará de cinco tardes, nos ayudaremos de explicaciones, dinámicas y talleres que contribuyan a alcanzar estos objetivos. Parece difícil, pero da el paso, porque “El que no deja de andar e ir adelante, aunque tarde, llega” (Santa Teresa de Jesús).