

Una mirada que transforma

Más allá de lo evidente

Vivimos en un mundo de estímulos constantes: notificaciones, *scroll* infinito, opiniones rápidas y juicios inmediatos. En medio de este ruido, nuestra mirada se vuelve superficial. Vemos, pero no observamos. Oímos, pero no escuchamos. Nos cruzamos con personas, pero no las reconocemos de verdad.

La metáfora del caleidoscopio es muy válida: una misma realidad, compuesta por los mismos «cristales rotos» de la vida cotidiana, puede ser vista como un caos desordenado o como una composición de belleza sorprendente. Todo depende de la perspectiva, del filtro con el que decidimos mirar.

Este mes, el reto es precisamente ese: **cambiar el enfoque. Pasar de una mirada que consume a una que contempla; de una que juzga a una que descubre valor.**

1. Crónicas de lo extraordinario cotidiano

La belleza y el valor no solo están en los grandes acontecimientos. Se esconden en lo minúsculo, en lo que damos por sentado. Te retamos a entrenar tu mirada para pasar de ser un «cazador de experiencias», cada vez más intensas, más rápidas, más exóticas... a ser un **«cazador de instantes»**, de modo que encuentres lo extraordinario en lo ordinario.

Marca los hallazgos de tu semana:

- Un juego de luces y sombras en la calle que normalmente ignoras.
- Un gesto de amabilidad desinteresada entre desconocidos.

- La complejidad de un objeto cotidiano si lo observas con detenimiento (la trama de una tela, la ingeniería de un bolígrafo).
- Un instante de silencio o calma real en medio del ruido diario.
- Una conversación genuina, sin la distracción de los móviles.
- Un acto de integridad o valentía cívica (alguien que defiende a otro, que recoge algo que no ha tirado, etc.).
- Un gesto de generosidad de alguno de tus padres o hermanos entre ellos o contigo.
- _____

Mi hallazgo y la reflexión que me provoca:

2. Ver el tesoro en los demás: Más allá de las etiquetas

La mirada más compleja es la que dirigimos a los demás. A menudo, está contaminada por prejuicios, etiquetas y primeras impresiones. Vemos al «friki», a la «popular», al «empollón», al «pasota»... y nos quedamos ahí, en la caricatura. **Educar la mirada es aprender a ver a la persona que hay detrás del personaje.**

Misión: «Antropólogo de lo valioso»

Esta semana, suspende el juicio. Elige a una persona de tu entorno con la que no tengas mucho trato. Tu misión no es juzgarla, sino comprenderla. Intenta descubrir las «pepitas de oro» que esconde.

Persona (identifícala con iniciales)**:**

Mi prejuicio o idea inicial sobre esta persona:

«Pepitas de oro» que he descubierto (cualidades, talentos ocultos, gestos que revelan su carácter, su historia, etc.):

3. Descubriendo tu propio valor: el espejo del autoconocimiento

Hemos entrenado la mirada hacia el mundo y hacia los otros. Ahora, el reto definitivo: la mirada hacia dentro. En una sociedad que nos presiona para proyectar una imagen perfecta en redes sociales, nuestro espejo interior a menudo solo refleja nuestros fallos, inseguridades y lo que nos falta para alcanzar un ideal imposible.

Una mirada honesta y compasiva hacia uno mismo descubre un valor que no depende de los *likes*, las notas o los logros.

Ponte delante del espejo del autoconocimiento. Más allá de tus defectos o tus éxitos, ¿qué tesoros encuentras?

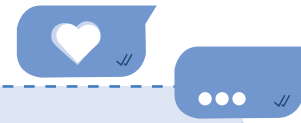
- **Un talento o cualidad que a menudo no valoras lo suficiente:**

- **Un error o fracaso del que aprendiste algo importante sobre ti:**

- **Una característica de tu forma de ser que te hace único y valioso (aunque a veces te acompleje):**

Esta forma de mirar –profunda, compasiva, que busca el valor oculto– es un eco de la mirada de Dios. Una mirada que no se queda en la superficie, en el error o en la herida, sino que penetra hasta el fondo para encontrar el tesoro que Él mismo depositó en nosotros. Es una mirada que no nos define por nuestro peor momento, sino por nuestro potencial infinito.

Por eso, a la pregunta del lema:



Y tú, ¿quién dices que soy Yo?

La respuesta que podemos dar este mes es mucho más profunda:

«Jesús es el que me enseña a mirar con los ojos del corazón, ayudándome a descubrir el tesoro que Él mismo ha puesto en mí, en los demás y en toda la creación.»