

# El gato y el ratón

Cierra los ojos e imagina que sales de esta habitación y que caminas por el campo, por una larga vereda.

Llegas a una vieja casa. Está abandonada. Entrás por el jardín hasta los escalones de la puerta. Cuando empujas la puerta, se abre con un crujido. Entrás y te encuentras en una sala a oscuras (SILENCIO).

- De repente, comienzas a sentir una extraña sensación en todo tu cuerpo. Te estremeces, tiembles. Sientes que estás disminuyendo de tamaño, cada vez más. Tienes la altura de una silla. Pronto el techo te parece que ha subido muy alto, muy lejos. Ya sólo tienes la altura de un libro, y a cada momento eres más pequeño/a.
- Además notas que estás cambiando de forma. Te crece más y más la nariz, y una pelusa te cubre el cuerpo. Te pones a cuatro patas. De repente te das cuenta que ahora eres un ratón.
- Contempla, ahora, la habitación desde el punto de vista de un ratón. (SILENCIO)
- Estás agazapado en un rincón, cuando la puerta empieza a abrirse lentamente.
- ¡Es un gato! Se sienta y mira a todas partes relamiéndose los bigotes. Luego se levanta y comienza a caminar por la sala, lentamente. Tú estás en silencio total. Oyes cómo late tu corazón. Sientes tu propio aliento. Observa atentamente al gato. (SILENCIO PROLONGADO).
- Ahora te ha visto y se prepara a perseguirte. Lentamente se va acercando, hasta que está delante de ti dispuesto a saltar. ¿Qué sientes? ¿Qué puedes hacer? ¿Qué decisión tomas? (SILENCIO PROLONGADO).
- Pero en el momento en que el gato te va a devorar, Tu cuerpo empieza a temblar y se estremece. Otra vez sientes que estás cambiando de forma. Pero esta vez creces rápidamente, mientras que el gato se hace más pequeño. También él cambia de aspecto. Ahora sois del mismo tamaño. Pero un momento después tu eres mayor que él.



- El gato se ha transformado en ratón tú, ahora, eres el gato. ¿Qué sientes ahora que eres más fuerte y ya no estás perdido? ¿Qué te parece el ratón? ¿Sabes cómo se siente? ¿Qué sientes tú? Decide lo que vas a hacer y hazlo. Y ahora, ¿qué sientes?
- Otra vez tu cuerpo se transforma, creces y creces hasta recuperar el tamaño y forma que has tenido siempre. Ya eres tú mismo/a. Sales de la casa y vuelves hasta esta habitación.

Abres los ojos y miras a tus compañeros.

- |   |
|---|
| 1. ¿Qué reacciones hemos tenido?  |
| 2. ¿En qué papel nos hemos sentido más seguros?   |
| 3. En nuestra vida real ¿en qué momento o situación nos sentimos ratones o gatos?                       |
| 4. ¿Existen alternativas a ser gato o ratón en la vida? Decid ejemplos                                  |
| 5. ¿Qué sucede en las relaciones interpersonales cuando una persona se encuentra en posición de fuerza? |
| 6. ¿Sucede lo mismo en las relaciones intergrupales, internacionales?                                   |
| 7. ¿Qué relación de fuerza se establece entre el actual mundo desarrollado y el Tercer Mundo?           |
| 8. ¿Se os ocurre alguna situación en la vida de vuestros grupos en que se pueda utilizar esta dinámica? |