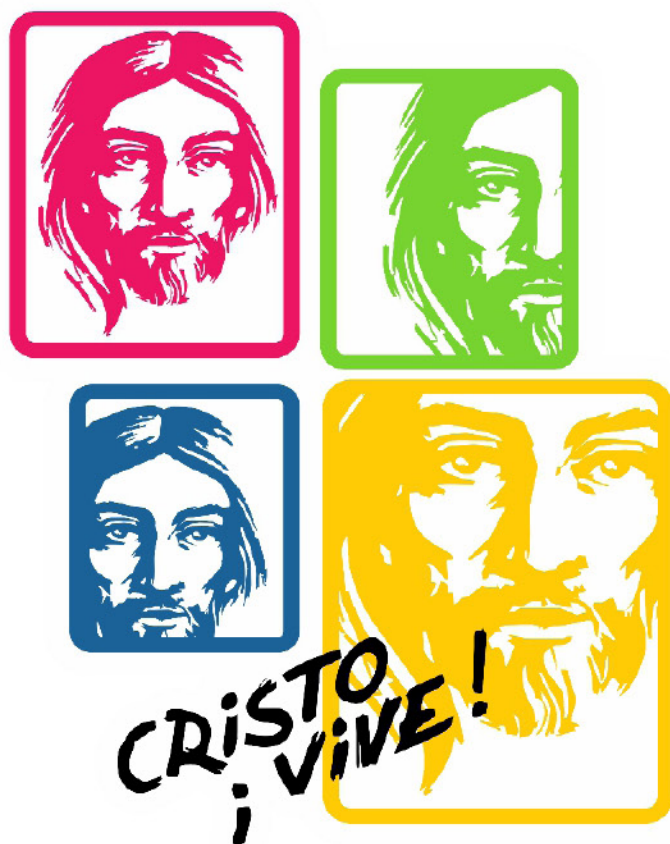




PASCUA 2026

ADOLESCENTES – JUVENIL



ÍNDICE

01. PRESENTACIÓN.	05
02. IDENTIDAD DE PASCUA JUVENIL EN MÉXICO.	06
03. TRIENIO 2026-2027-2028.	08
04. ORIENTACIONES DEL TEMA DEL AÑO.	10
A) TEMA	
B) OBJETIVO	
C) LEMA	
05. ORACION POR LA PASCUA JUVENIL 2026.	13
06. #PASOSQUEINSPIRAN.	14
07. METODOLOGIA DE LA CATEQUESIS.	16
CATEQUESIS Y EXPERIENCIAS PARA ADOLESCENTES	19
CUARESMA	21
DOMINGO DE RAMOS	43
JUEVES SANTO	61
VIERNES SANTO	87
SÁBADO SANTO	111
CATEQUESIS Y EXPERIENCIAS PARA JÓVENES	123
CUARESMA	125
DOMINGO DE RAMOS	151
JUEVES SANTO	165
VIERNES SANTO	203
SÁBADO SANTO	259
CONTENIDO MULTIMEDIA	283
GOOGLE DRIVE	



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

01. PRESENTACIÓN

Queridos asesores, coordinadores, agentes de Pascua Juvenil y de Pascua de adolescentes.

Les saludo al comenzar el año 2026 deseando lo mejor para ustedes, sus familias y equipos. Y con mucho gusto presentamos el Folleto Pascua Juvenil para este año, sabiendo que, se ha construido gracias al proceso de jóvenes y asesores.

Como recordarán, este año ha comenzado un nuevo trienio, y en concreto, la temática para este primer año corresponde a *Signos de Esperanza*, teniendo en el contexto de nuestro país, tanta necesidad de cuidar la vida, tener ambientes de paz y de justicia.

Los signos de esperanza, tomados en cuenta en las catequesis y subsidios son: valentía, paciencia, confianza, sueños, transformación personal y transformación comunitaria, resiliencia, la promesa de Dios y camino. Que estos elementos primero de manera individual, y luego de manera colegiada, puedan impulsarnos a vivir lo que ha dicho el apóstol Pablo: Mantengámonos firmes en la esperanza que profesamos, pues quien nos ha hecho la promesa es digno de confianza (Hb 10, 23).

Ahora bien, que este trabajo, fruto de la participación, del empeño, de la oración y de la reflexión de jóvenes de varios puntos de la Nación, nos permita impulsar la Pastoral Juvenil, como esa expresión en la Iglesia que construye senderos de esperanza, de paz, de solidaridad, de bien común. Enhorabuena por este material, que es para que los jóvenes y adolescentes se encuentren con el Señor Resucitado y que María Santísima, nos guíe y nos proteja.

Cristo Vive. Con Él Somos Esperanza.



FRATERNALMENTE

Pbro. Kennedy Delgado Sánchez SDB
Asesor Nacional de Pascua Juvenil

#PASOS
Que Inspiran



02. IDENTIDAD DE PASCUA JUVENIL EN MÉXICO

En los años 80's en México algunos religiosos junto con algunos presbíteros diocesanos empezaron a preparar y celebrar «La Pascua Juvenil», como la experiencia juvenil, masiva y protagonista en la que grupos de jóvenes celebraban el misterio de la pasión, muerte y Resurrección de nuestro Señor Jesucristo. Hubo variedad en las maneras de celebrar las primeras pascuas; lo que era constante era la respuesta entusiasta de los jóvenes, para algunos de ellos su primera experiencia consiente con Jesucristo vivo.

La Pascua Juvenil se consolidó como un espacio transformador donde los jóvenes podían profundizar en su fe y reconocer a Jesucristo como una presencia real en su vida cotidiana. Este movimiento no solo enriqueció la espiritualidad juvenil, sino que también fortaleció la pastoral juvenil en México, dejando un legado que continúa hasta el día de hoy.



La Pascua Juvenil es una propuesta de evangelización “de jóvenes para los jóvenes”, que madurada en el ámbito de la Iglesia Católica (Diócesis y Parroquia), crea un ambiente de fraternidad en torno a Cristo Resucitado y siembra en los jóvenes el deseo de estar juntos y colaborar por y en su Iglesia.

La Pascua Juvenil es un encuentro personal y comunitario con Cristo, encuentro íntimo de fe y a la vez, alegre. Encuentro con «Cristo» que se expresa en los lemas de cada año. Es la comunión de diversos grupos y centros de pascua, con exigencias de coordinación nacional y diocesana, que, manteniendo sus características propias, se unen por el “Acontecimientos Pascua” y se coordinan en una misma propuesta educativa, donde el joven encuentra como modelo de vida a Jesucristo.

Pascua Juvenil es la celebración del Misterio Pascual, como Iglesia, con un protagonismo y estilo juvenil significativo. La manera de organizarlo y proponerlo ha de adaptarse a las necesidades y tiempos de los jóvenes a quienes se dirige.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Pascua Juvenil se caracteriza por llevar el Evangelio de Cristo Vivo, en un ambiente de espiritualidad juvenil. El rostro de Cristo Vivo, Resucitado, es una propuesta de imagen en la que todos nos encontramos, nos inspiramos y nos unimos.

Pascua Juvenil es una Expresión de la Pastoral Juvenil, que en su Espiritualidad y en su mística. En su estructura es Eclesial, reconoce en el episcopado a nuestros pastores y tiene una singular cercanía con los responsables de la Pastoral Juvenil Nacional y local. En su organización es flexible y tiene la finalidad de promover comunión.

Pascua Juvenil no puede ser simplificada en un «grupo juvenil» o una «metodología de retiros» o «un rígido esquema celebrativo». Es mucho más amplio, es una expresión del amor creativo de la Iglesia a sus jóvenes y de los jóvenes a su Iglesia.

El objetivo de Pascua Juvenil es Anunciar el evangelio en un ambiente de espiritualidad juvenil para celebrar en comunidad el misterio de la Pasión, Muerte y Resurrección de Cristo, iluminado por el tema del año.





03. JUSTIFICACIÓN DEL TRIENIO 2026-2027-2028

En un país saturado de preocupaciones, de soluciones rápidas y sueños que se desvanecen por falta de oportunidades, nuestra fuerza interior y nuestras ilusiones comienzan a desgastarse. La fe y la confianza se debilitan, y en su lugar buscamos respuestas inmediatas, dejándonos guiar por las promesas vacías que nos ofrece la sociedad.

Vivimos adormecidos, ansiando un futuro inmediato, mientras nos dejamos atrapar por el ruido interior que nos aleja de la verdad que el Señor nos ofrece: su amor y su compañía. Al no reconocer esta verdad, nos invaden la inquietud y la duda, y corremos el riesgo de perder de vista el camino que nos guía hacia el crecimiento personal, especialmente en esta etapa de ser adolescentes y jóvenes auténticos.

Olvidamos que, en medio del caos, hay una promesa que permanece firme: la esperanza que nace de Cristo resucitado “No tomen como modelo a este mundo. Por el contrario, transfórmense interiormente renovando su mentalidad, a fin de que puedan discernir cuál es la voluntad de Dios: lo que es bueno, lo que agrada, lo perfecto”. (Rom. 12,2). Él nos recuerda que la vida no se trata de resultados inmediatos, sino de procesos transformadores; que la verdadera paz no se encuentra en el ruido del mundo, sino en el silencio del alma que confía. La esperanza en Cristo es certeza en medio de la incertidumbre, luz en medio de la oscuridad, y fuerza cuando sentimos que ya no podemos más.



Por eso, después de un proceso de evaluación, oración y discernimiento bajo la guía del Espíritu Santo, queremos invitar a toda la juventud a rescatar y renovar en nuestra vida la esperanza, la paz y el amor. Siempre recordando el camino recorrido, de dónde venimos y hacia dónde vamos, como protagonistas del cambio en mira constante hacia el bien común.

En este nuevo trienio que estamos por comenzar, deseamos compartir con ustedes este gran sueño y regalo que Jesús nos ofrece. Lo hacemos iluminados por el tema:

“CAMINAMOS EN LA ESPERANZA QUE TRANSFORMA Y LA PAZ QUE RENUEVA”

Tema que será nuestro faro y motor para reconocer los **signos de esperanza** que nos conducen a una paz interior duradera, transformando nuestra vida y fortaleciendo nuestra identidad como verdaderos testigos del amor de Dios.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Los adolescentes y jóvenes muchas veces buscamos soluciones fáciles, inmediatas, sin detenernos a discernir si realmente nos llevan por el camino correcto. Nos olvidamos del encuentro profundo con el Señor, de la contemplación que da sentido a nuestra vida. Vivimos corriendo de un lado a otro, atrapados en la prisa, en la rutina, en una vida sin rumbo claro, sin esperanza verdadera, sin amor auténtico. Nuestros sueños parecen apagarse y la meta se nos escapa entre las manos.

En medio de esta confusión, dejamos de preguntarnos por **la paz** que debería habitar en nuestro corazón. Esa paz que no viene del mundo, sino del amor que Cristo nos ofrece. Un amor que no se impone, sino que se testimonia. Y es justamente en ese testimonio donde encontramos el sentido: cuando alguien ama de verdad, cuando entrega su vida con alegría, cuando sirve sin esperar nada a cambio, ahí descubrimos que sí es posible vivir con plenitud.

El **testimonio de amor** transforma, despierta, da luz. Nos recuerda que no estamos solos, que fuimos creados para amar y ser amados. Y que, cuando caminamos con Cristo, hasta los momentos más oscuros pueden convertirse en oportunidades para crecer, para sanar, para volver a empezar.

“Queridos míos, si Dios nos amó tanto, también nosotros debemos amarnos los unos a los otros”. (1 Juan 4, 11).

Por ello, nuestra tarea como agentes de pascua será acompañar a los adolescentes y jóvenes en la identificación de los signos de esperanza y del don de la paz presentes en sus realidades, reconociendo en ellos la acción viva de Dios. De esta manera, podremos abrir juntos caminos concretos que nos impulsen a renovar profundamente la vida personal desde la esperanza y la paz, y a transformar la vida en comunidad a través del testimonio de amor.

AÑO 2026: SIGNOS DE ESPERANZA

AÑO 2027: EL DON DE LA PAZ

AÑO 2027: TESTIMONIO DE AMOR



Al vivir este trienio; seremos testigos del amor de Dios, protagonistas y constructores de la civilización del amor y del Reino de Dios.



04. ORIENTACIONES DEL TEMA DEL AÑO

TEMA PASCUA ADOLESCENTES – JUVENIL 2026: SIGNOS DE ESPERANZA

Valentía, paciencia, confianza, sueños, transformación personal y comunitaria, resiliencia, la promesa de Dios, oración y camino.

“Glorifiquen en sus corazones a Cristo, el Señor. Estén siempre dispuestos a defenderse delante de cualquiera que les pida razón de la esperanza que ustedes tienen”. (1 Pedro 3, 15).

En un mundo marcado por la incertidumbre, el dolor, la desigualdad y el cansancio espiritual, la esperanza emerge como una luz que no se apaga, un regalo divino que sostiene el corazón humano. (Cfr. Catecismo de la Iglesia Católica 1817): La esperanza es la virtud teologal por la que aspiramos al Reino de los cielos y a la vida eterna como felicidad nuestra, poniendo nuestra confianza en las promesas de Cristo y apoyándonos no en nuestras fuerzas, sino en los auxilios de la gracia del Espíritu Santo.

“Mantengamos firme la confesión de la esperanza, pues fiel es el autor de la promesa” (Hb 10,23). “El Espíritu Santo que Él derramó sobre nosotros con largueza por medio de Jesucristo nuestro Salvador para que, justificados por su gracia, fuésemos constituidos herederos, en esperanza, de vida eterna” (Tt 3, 6-7).





PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

El primer año de este trienio propone centrarse en la línea temática: “Signos de esperanza”, una invitación a descubrir, reconocer y alimentar las huellas vivas de Dios en medio de nuestra historia personal y comunitaria.

La esperanza no debe entenderse como un simple optimismo ni como una forma de evadir la realidad. En realidad, es una noción fundamental dentro de la fe bíblica. De hecho, en numerosos pasajes de las Escrituras, las palabras «fe» y «esperanza» parecen tener un valor casi equivalente. Por ejemplo, la Carta a los Hebreos muestra esta estrecha relación al vincular la «plenitud de la fe» (10,22) con la «firme confesión de la esperanza» (10,23), lo que sugiere que ambas virtudes se sostienen mutuamente.

Para los primeros cristianos, recibir como don una esperanza confiable marcó un antes y un después en su forma de vivir y entender el mundo. Así lo demuestra también la comparación que hace san Pablo entre la vida antes del encuentro con Cristo y la existencia transformada por la fe. A los Efesios les recuerda que, antes de conocer a Cristo, estaban en el mundo «sin esperanza y sin Dios» (Ef 2,12), lo cual resalta la profundidad del cambio que implica la vida cristiana. (Spe Salvi 2)

Es una virtud teologal que nos vincula profundamente con el amor de Dios, que no falla. Es regalo del Espíritu que nos mueve a seguir caminando incluso en medio de la oscuridad. Esta esperanza no se improvisa, se cultiva: nace del encuentro con Jesucristo resucitado, se fortalece en la oración, se expresa en el compromiso con los demás, especialmente con los más vulnerables.

Hablar de “signos” es reconocer que Dios sigue hablando, actuando y acompañando a su pueblo. Signos de esperanza son los pequeños gestos de bondad que vencen el egoísmo, las decisiones valientes por la justicia, los procesos de reconciliación, las comunidades que resisten en la fe, las personas que no se rinden ante el dolor, los jóvenes que siguen soñando, los rostros que reflejan paz aún en medio del sufrimiento.

Esta línea temática nos invita también a mirar hacia nuestro interior, a descubrir los signos de esperanza que Dios ha sembrado en lo más profundo de nuestro ser. A pesar de nuestras heridas, fragilidades y caídas, Dios no deja de hablarnos con ternura, recordándonos que nuestra vida tiene sentido, que hay promesa, que podemos volver a empezar.

Estos enfoques nos permitirán vislumbrar y fortalecer los signos de esperanza que Dios sigue sembrando en nuestra historia. Son actitudes y disposiciones del corazón que, al ser cultivadas, nos ayudan a mirar más allá de las apariencias, a descubrir la presencia del Espíritu en medio de lo cotidiano y a dar firmeza a esa esperanza que no defrauda.



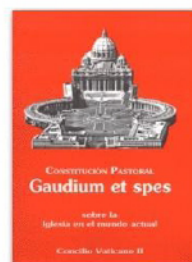
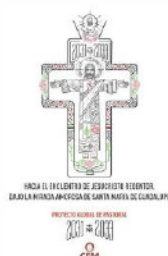
PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

La línea temática de este primer año busca fortalecer el alma de los adolescentes y jóvenes, renovar su esperanza en Dios y motivar a todos a ser portadores de esperanza en su entorno. Porque cuando se reconoce y se acoge la esperanza como don de Dios, esta se transforma en misión y testimonio, abriendo el corazón al don de la paz y preparándonos para vivir como auténtico testimonio de amor.

DOCUMENTOS DE ESTUDIO PASCUA ADOLESCENTES JUVENIL 2026

- Spe Salvi
- Spes Non Confundit
- Gaudium Et Spes
- PGP: Proyecto Global de Pastoral 2031-2033



OBJETIVO PASCUA ADOLESCENTES - JUVENIL 2026

Durante el estudio y meditación de algunos documentos del magisterio de la Iglesia, mismos que nos dieron orientaciones y ayudaron a clarificar que, como animadores de la Pascua Juvenil en México estamos decididos a querer lograr durante esta pascua juvenil 2026:

Transformar en adolescentes y jóvenes la vivencia de los signos de esperanza mediante el encuentro con Cristo Resucitado para caminar en comunidad.

LEMA PASCUA JUVENIL 2026

CRISTO ¡VIVE! Con Él Somos Esperanza.

#Pasos
Que Inspiran



05. ORACION PASCUA ADOLESCENTES – JUVENIL 2026

Señor Jesús:

Queremos agradecerte por tu amor y presencia que nos llena de esperanza, de tranquilidad y fortalece nuestro corazón.

Fortalece nuestra valentía para que, como adolescentes y jóvenes, sigamos siendo luz de tu palabra en cada rincón de nuestro país. Que nuestra juventud sea el reflejo de tu amor y misericordia, para transmitir a los más necesitados un verdadero encuentro contigo.

Que quienes vivimos esta Pascua recordemos tu Pasión, Muerte y Resurrección, y que juntos, en comunidad, podamos expresar que en ti encontramos ser signos esperanza.

Encomendados a María Santísima, discípula entregada, cuyo ejemplo nos impulsa, pues su confianza en Dios estuvo siempre presente, y en cada situación de su vida lo ponía en oración y lo guardaba en su corazón.

Que su disposición de entrega y amor sea nuestro sendero para caminar con esperanza y valentía, con un mismo sueño, seguir construyendo la civilización del amor en nuestra sociedad.

Amén.





06. #PASOSQUEINSPIRAN

La realidad que hoy viven muchos adolescentes y jóvenes es dolorosa y preocupante. En distintos rincones de nuestro país y del mundo, se percibe un creciente desinterés por acercarse a la Iglesia, una sensación de no ser escuchados ni comprendidos, y un vacío interior que se traduce en desesperanza. Sus rostros reflejan cansancio, falta de vocación y un presente que parece no ofrecer un mañana prometedor. La juventud, que debería ser sinónimo de sueños y energía, muchas veces se ve atrapada en la apatía, en la incertidumbre y en la presión de un mundo que exige demasiado, pero ofrece muy poco en términos de sentido y esperanza.

Ante esta crisis, la Iglesia no puede permanecer indiferente ni encerrada en sus propias seguridades. Como nos recuerda el papa Francisco en *Evangelii Gaudium*, ***“Es mejor una Iglesia ‘accidentada, herida y manchada por salir a la calle’ que una Iglesia enferma por el encierro y la comodidad”***. Esta invitación es clara: debemos salir, arriesgarnos, caminar junto a los jóvenes, tenderles la mano y mostrarles que no están solos. La misión es acompañarlos en medio de sus dudas y heridas, y hacerles sentir que la Iglesia es su casa, un espacio donde pueden encontrar comprensión, escucha y esperanza.

Es ahí donde surge la verdadera tarea: ser una Iglesia en salida, que no teme mancharse por estar cerca de quienes más lo necesitan. Porque, aunque el camino no es fácil, sabemos que Cristo vive y es nuestra esperanza. Así lo afirma el papa Francisco en *Christus Vivit*: ***“Vive Cristo, esperanza nuestra, y Él es la más hermosa juventud de este mundo.”*** Esa esperanza es la que nadie nos podrá arrebatarnos, tal como lo proclama san Pablo en Romanos 8, 38-39: ***“nada podrá separarnos del amor de Dios manifestado en Cristo Jesús”***.

Cada paso que damos como Iglesia y nación debe ser un signo de confianza, valentía y resiliencia. No se trata de caminar por caminar, sino de hacerlo con propósito, con la certeza de que Dios nos acompaña y nos envía a ser testimonio vivo. Jóvenes, ustedes están llamados a ser ese puente, ese conducto que inspire a otros jóvenes, que muestre que sí es posible vivir con fe, con alegría y con compromiso. Vincular el camino hacia la paz y ser testimonio no es una tarea lejana ni imposible; es una misión que comienza en cada uno de nosotros, en cada decisión que tomamos, en cada gesto de amor y solidaridad que ofrecemos.





PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Hoy más que nunca nuestra iglesia mexicana necesita pasos firmes, pasos que transmitan sueños y promesas, pasos que enciendan la esperanza en quienes la han perdido. Porque cuando un joven decide caminar con Cristo, su vida se convierte en luz para otros, en un faro que guía y anima a quienes se sienten perdidos. Esa luz no solo ilumina el propio camino, sino que abre senderos para que otros puedan transitar con confianza y valentía.



Por eso, bajo la reflexión de la vivencia de la Pascua, la invitación es clara y urgente: adolescentes y jóvenes, atrevanse a levantarse, a ser protagonistas de este tiempo, a dejar huellas de esperanza en cada lugar donde caminen. Que sus pasos no sean solo movimiento, sino testimonio vivo de fe, alegría y compromiso. El mundo necesita de su valentía, de su creatividad y de su luz. Es el momento de caminar con fuerza, con convicción y con la certeza de que Cristo los acompaña. Es el momento de dar esos:

#Pasos Que Inspiran

#Pasos Que Inspiran



07. METODOLOGÍA DE LAS CATEQUESIS

La catequesis dentro de la Pascua Juvenil es un momento esencial, porque ayuda a los adolescentes y jóvenes a comprender lo que celebran y a encontrarse personalmente con Cristo. Siguiendo el Itinerario para la Catequesis de la Iglesia, entendemos la catequesis como un proceso que acompaña la fe de manera integral: une la vida con la Palabra de Dios, despierta la oración, fortalece la identidad cristiana y anima al compromiso. No se trata solo de explicar ideas, sino de guiar a los jóvenes hacia una experiencia viva del Evangelio.

Por eso, la metodología de este subsidio parte de la realidad que los jóvenes viven, de sus inquietudes, dudas y deseos. Desde ahí, cada tema se ilumina con la Palabra, que es el centro de toda catequesis, y se anuncia con claridad el mensaje principal de la fe: el amor de Dios manifestado en Cristo muerto y resucitado. Este Kerigma, como indica la Iglesia, es el corazón que da sentido a todo el proceso.

Cada catequesis ofrece un espacio para reflexionar, dialogar y relacionar la fe con la vida cotidiana, buscando que los jóvenes descubran cómo Dios les habla y los acompaña. Finalmente, cada encuentro invita a una respuesta concreta y concluye con un momento de oración que ayuda a interiorizar lo vivido. De este modo, la catequesis se convierte en un verdadero camino de crecimiento, donde la Pascua se vuelve una experiencia transformadora para cada joven.

1. EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN

En este primer momento buscamos conectar con la realidad de los jóvenes: que sienten, que viven y que les inquieta. A través de actividades sencillas o dinámicas que reflejen su situación, se abre un espacio para que expresen sus vivencias. Esto nos ayuda a preparar el corazón para el tema y a generar un ambiente de confianza.

2. PROFUNDIZACION DE LA EXPERIENCIA

Es la reflexión de la actividad anterior, es aterrizar las ideas para conocer la perspectiva que cada adolescente y joven tiene y de esta manera se sienta identificado con la situación que se expondrá en el tema.

3. ILUMINACION - PALABRA DE DIOS

En esta parte presentamos el texto bíblico elegido. Es el momento de escuchar la Palabra con apertura, se convierte en luz para interpretar la vida, dejar que ella hable a la vida y permita a los jóvenes descubrir a Jesús en su realidad.



4. PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS

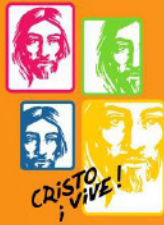
Este paso invita a reflexionar más a fondo: ¿Qué enseñanza deja la cita bíblica? ¿Cuál es el mensaje que Dios quiere comunicar en esta catequesis? Es el espacio para dialogar, compartir inquietudes y ahondar en el Evangelio. También se pueden utilizar frases de santos, documentos de la Iglesia u otros recursos que ayuden a profundizar. Aquí se expone el contenido central de la catequesis. Se busca transmitir de manera clara el mensaje que se quiere trabajar, relacionándolo con la vida diaria de los adolescentes y jóvenes y con las situaciones que enfrentan.

5. COMPROMISO

Luego de reflexionar, se invita a los jóvenes a asumir una respuesta personal. El compromiso es la manera de llevar a la práctica lo que Dios ha sembrado en el corazón. No se trata de grandes acciones, sino de pasos concretos que reflejen el deseo de vivir de acuerdo al mensaje recibido.

6. ORACIÓN

Finalmente, se concluye con un momento de oración que permita sellar lo vivido. Es un espacio íntimo para encontrarse con Dios, agradecer, pedir fuerza y poner en sus manos los compromisos asumidos. La oración ayuda a que cada joven experimente que Jesús lo acompaña y lo sostiene.



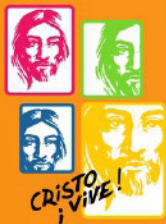
PASCUA 2026

con Él somos esperanza



#Pasos
Que Inspiran

espiritualidad y formación para
ADOLESCENTES



PASCUA 2026

con Él somos esperanza



CUARESMA

#Pasos
Que Inspiran



PRIMERA CATEQUESIS DE CUARESMA MIÉRCOLES DE CENIZA “HACIA LO ALTO”

«OBJETIVO»

Impulsar a los adolescentes a vivir plenamente el inicio de la cuaresma con el miércoles de ceniza, mediante la oración que les permita reconocer su fragilidad para dejarse transformar por Dios.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

DINÁMICA: “Hacia lo Alto”

MATERIALES:

- 1 Hoja blanca por participante
- 1 Pluma por participante

INSTRUCCIONES:

1. Entrega a cada chico sus materiales y a continuación, se les indica que escriban sus preocupaciones, sus penas, sus cargas, sus silencios y todo aquello que los hace sentir frágiles en la vida.
2. Invita a que lean lo que han escrito y con un deseo profundo de querer abrazar aquellas palabras o frases que escribieron, arrugarán en forma de pelota el papel, como un deseo de querer sacar fuera eso tan profundo que llevan.
3. La persona que dirige la dinámica divide a la asamblea en dos equipos, dejando libre el pasillo principal.
4. Posteriormente, a la cuenta de tres, ambos equipos se lanzan las bolitas de papel, simulando un combate. Esto se repite tres veces.
5. Todos deben, al menos, quedarse con una bolita de papel. En caso de que a alguien le toque su misma bolita, deberá intercambiarla. La idea es que a todos les toque de diferente persona.
6. Con mucho respeto a lo que está escrito, abrirán el papel y escribirán una solución o palabra de aliento.

Se invita a ver el siguiente video: “El billete arrugado”



VIDEO DE YOUTUBE: Motivos 1 El Billeto Arrugado

CANAL DE YOUTUBE: Hermanos Méndez Díaz

Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=ofg1e-otOgw>



«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

En el video «El billete arrugado», vemos una historia sencilla, pero con un gran mensaje: un amigo muestra un billete nuevo (sin arrugas, impecable) y pregunta su valor, después arruga el billete, lo ensucia, lo dobla... y nuevamente pregunta qué valor tiene. Finalmente muestra que el billete conserva su valor, a pesar de haber sido arrugado.

El mensaje es auténtico y veraz: aunque nos pasen cosas difíciles, aunque alguien nos haga sentir “menos” o pasemos por momentos “arrugados” (errores, fallas, caídas), nuestro valor real no cambia. No dependemos solo de cómo nos veamos o cómo nos traten los demás, sino de quiénes somos por dentro.

Después del video, plantea estas preguntas a los adolescentes:

- ¿Cuándo en tu vida te has sentido como ese billete arrugado?
- ¿Qué situaciones han querido hacerte creer que vales menos?
- ¿Qué te ha marcado últimamente?

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Mateo 11, 28-30.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Esta cita bíblica nos está hablando directo al corazón, en la forma como llega cada adolescente a la Cuaresma: con cansancio, dudas, fragilidad, heridas que no siempre cuentan, luchas internas, expectativas que pesan... y una vida que a veces se siente demasiado “arrugada”. Jesús no dice: “Vengan cuando ya estén bien”, “vengan cuando ya no fallen”, “vengan cuando no se sientan tristes”. No, sino que él nos dice “vengan”, sin filtros, sin maquillaje, sin pretender.

En tiempos de Jesús, el “yugo” era una pieza de madera que unía a dos animales para caminar al mismo ritmo. Jesús no coloca un yugo para cargar más, sino para caminar contigo. Es como si te dijera: “No te dejo solo con tu proceso, camino a tu lado, tomé parte del peso que te agobia.”



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Los adolescentes cargan con la presión de que todo sea inmediato: respuestas rápidas, problemas resueltos ya, emociones controladas al instante. Pero Jesús enseña otro ritmo: paciente, humilde, profundo, sin prisas, respetando tus tiempos. Ese es su estilo.

Jesús no promete: “Te quitaré toda dificultad.” Promete algo mejor: “Haré ligera tu carga porque yo la llevo contigo.” Tu debilidad no desaparece, se llena de gracia. Tu fragilidad no se borra, se convierte en lugar de fortaleza. Tu historia no se anula, se ilumina.

Jesús no te pide llegar perfecto a la Cuaresma. Te pide llegar. Llegar con lo que eres, que le permitan caminar contigo en lo que pesa, en lo que duele, en lo que no entiendes. Él te hace ligero, no porque borre tu historia, sino porque la sostiene contigo. Tu fragilidad es el punto donde Dios quiere derramar gracia. Y en ese camino encontrarás alivio.”

«COMPROMISO»

DINÁMICA: ASÍ COMO SOY, ASÍ COMO ESTOY, EMPIEZO MI CUARESMA

MATERIALES:

- Un recipiente pequeño con agua
- Gotitas de tinte para agua (o colorante vegetal)
- Tiras de papel grueso o tarjetas blancas
- Música suave
- Rotafolio

Coloca una mesa al centro con el agua transparente.

INTRODUCCION A LA DINAMICA: “Así como esta agua clara, así viene hoy nuestro corazón: con ganas de empezar. Pero también, al igual que el agua que se puede teñir, nuestra vida recibe colores: fragilidad, procesos, heridas, esperanza...”

1. Frente a los jóvenes, coloca una sola gota de tinte en el agua.



Explicación simbólica:

- La gota representa nuestra fragilidad.
- No destruye el agua, solo la transforma.
- Así actúa Dios: entra en tu debilidad, no para borrarla, sino para hacer algo nuevo.
- La transformación no es instantánea: es un proceso.
- Este color refleja que Cristo camina contigo y va llenando tu interior poco a poco.

“Antes, vivíamos ‘sin esperanza y sin Dios’... sin embargo, ahora la esperanza nos une al amor que no falla.”

2. Entrega a cada joven una tarjeta e invítalos a escribir una sola palabra que describa su estado interior al iniciar la Cuaresma. Puede ser algo como: cansado, roto, confundido, esperanzado, frágil, curioso, en búsqueda, vacío, motivado.
3. Pídeles arrugar un poco la tarjeta como símbolo de la fragilidad humana y volver a extenderla.
4. En la parte posterior de su tarjeta, cada joven escribe un compromiso concreto que comience con: “En esta Cuaresma quiero dejar que Jesús camine conmigo en...” Y completar con algo concreto, por ejemplo: “...ser más paciente conmigo mismo.”, “...dedicar 5 minutos al día a mi vida interior.”, “...creer que no camino solo.”, “...aceptar mi fragilidad sin rendirme.”, “...acompañar a alguien que necesita esperanza.”, “...hacer un día a la semana sin redes sociales para escucharme.”
5. Cuando terminen, cada joven moja la esquina de su tarjeta en el agua teñida. El papel se mancha un poquito, pero justo eso es el signo: “Mi compromiso no nace desde la perfección, sino desde mi fragilidad tocada por Dios.”
6. Invítalos a ponerse en círculo.

Debes mencionar a los participantes: Este tinte es el color de nuestro camino cuaresmal. No caminamos solos. Jesús va con nosotros, paso a paso, proceso tras proceso. Aquí estamos juntos, acompañándonos. La esperanza nos vincula con el amor que nunca falla.

7. Preparar un rotafolio con la imagen de un desierto con algunas huellas y coloquen los papeles junto a las huellas como signo de su compromiso.



CANTO

No estás solo/ Fruto del Madero

<https://open.spotify.com/intl-es/track/5tb0zDdE7iEd4S4pFGzA9i?si=f9807190689b4523>

Señor Jesús, hoy venimos ante Ti con nuestras cargas y fragilidades.

Tú conoces nuestros miedos, nuestras heridas y nuestras luchas.

En este Miércoles de Ceniza, queremos comenzar el camino hacia la meta, confiando en que Tú transformas nuestra debilidad en fuerza.

Enséñanos a caminar contigo con paciencia y esperanza, a mirar dentro de nuestro corazón y descubrir que estás ahí, sosteniéndome con amor.

Que esta Cuaresma sea un tiempo para volver a Ti, para soltar lo que nos pesa y levantar el vuelo, donde Tú nos esperas con tus brazos abiertos.

Amén.

SEGUNDA CATEQUESIS DE CUARESMA "PULSO DE ESPERANZA"

OBJETIVO

Impulsar a los adolescentes a enfrentar sus realidades, con la práctica de la oración y la caridad, para que, a ejemplo de Cristo en el desierto, logren trazar un camino de transformación personal.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

DINÁMICA: El pulso de mi vida

OBJETIVO: Reconocer que somos vulnerables y que en la vida siempre habrá momentos altos y bajos que, de la mano de Cristo, se vuelven experiencias, con las cuales se puede aprender y crecer.

La dinámica nos alienta a echar un vistazo a esas situaciones altas y bajas, para cuestionarnos si, así como cuidamos nuestra salud física y emocional, también cuidamos nuestra salud espiritual.

MATERIALES:

- Hojas de electrocardiograma (anexo)
- Lapiceros
- Proyector y computadora (en caso de que encuesta se haga digital)

DESARROLLO:

1. **Introducción:** Explicar que un electrocardiograma (anexo), registra los latidos del corazón y muestra subidas y bajadas conforme nuestro corazón late. De igual forma, la vida, mientras la vamos viviendo, tiene momentos buenos (picos arriba) y momentos difíciles (picos abajo).

2. Instrucciones:

- a. Cada participante tendrá una hoja en blanco con el formato de electrocardiograma.
- b. Se comenzará lentamente a trazar una línea horizontal en medio de la hoja.
- c. Se irán diciendo frases que representen experiencias de la vida, invitando a los chicos a recordar algún momento sugerido por la frase.
- d. Cuando el recuerdo sea algo positivo, la línea se moverá hacia arriba, entre más positiva sea la experiencia, la elevación será más pronunciada.



- e. Cuando sea algo negativo, la línea se moverá hacia abajo, entre más negativa la experiencia, el descenso será más pronunciado.
- f. Al final, su hoja mostrará un “pulso de vida” único.

3. Frases sugeridas:

- a. Logré algo que me propuse.
- b. Mi mejor amigo y yo nos peleamos.
- c. Recibí una gran sorpresa
- d. Me regañaron por no cumplir
- e. Alguien me apoyó cuando más lo necesitaba
- f. He sentido que nadie me entiende
- g. He confiado un secreto a alguien
- h. Hice algo de lo que me arrepiento
- i. Recibo un abrazo especial
- j. Me he comparado con otro

NOTA: Se invita al animador a idear frases o situaciones que puedan ser específicas, tomando en cuenta las distintas realidades, es necesario decir las frases en PRIMERA PERSONA.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Para reflexionar, a manera de encuesta, se invita a los adolescentes a responder las siguientes preguntas en la plataforma “Kahoot”, las respuestas serán sí o no.

NOTA: Si, por la realidad del lugar, no hay posibilidades de usar la plataforma, la encuesta se puede realizar levantando las manos o con alguna otra estrategia vivencial, por ejemplo, dividir el salón en dos, de un lado los que respondan sí y de otro los que respondan no.

Las preguntas propuestas son:

1. ¿Sientes que en tu vida hay más cosas buenas o malas?
2. ¿Tienes a alguien con quien hablar o compartir lo bueno y malo que te sucede?
3. ¿Crees que las personas a tu lado tienen vivencias similares a las tuyas?



4. ¿Estarías dispuesto a escuchar y compartir las experiencias de tu “pulso de vida” con otra persona?

Si se realizó la encuesta en Kahoot, se proyectarán en tiempo real los resultados, en caso de que no sea posible, se invita a hacer un conteo rápido para ir teniendo una idea de las respuestas en general.

PARA ATERRIZAR LA DINÁMICA:

En la vida hay siempre altos y bajos, cosas buenas, llenas de alegría y dificultades, ambas, igual de importantes y valiosas; es importante entender, que la parte más importante no es la situación, sino el cómo decidimos afrontar, solos o acompañados, desde el dolor o la esperanza, así como el resultado que dejamos que tengan: trauma o aprendizaje, cariño o aislamiento.

No podemos evitar que nos pasen cosas, ni controlar cuándo o cómo pasarán, sin embargo, sí podemos aprender a afrontarlas y a sacar lo mejor de cada situación, así que preguntémonos ¿Cómo estoy viviendo este pulso de vida? con esperanza y paciencia, o con angustia y miedo.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Mateo 4, 1-11.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

En la actualidad, todos los adolescentes, parecen caminar por un desierto, tan rodeados de ruido, distracciones, mensajes confusos, promesas vacías y estereotipos dañinos. Están indefensos ante todo eso que quema y desgasta, que los ciega para poder aprender y afrontar, viven cansados todo el tiempo, sedientos por algo que los llene, que los nutra y que los oriente.

Sin embargo, si bien el desierto es sinónimo de desgaste, calor, sed, cansancio, también es el lugar donde no hay distracciones. Allí se escucha el silencio y se pone a prueba lo que realmente llevamos dentro, es justo ahí, donde Cristo mismo le da una vuelta a lo que significa caminar por el desierto y nos enseña una de sus más grandes lecciones.



La Cuaresma es ese camino por el desierto, un tiempo para detenernos, mirar dentro de nosotros y reencontrarnos con Dios. No es dejar algo, sino dejarnos transformar, volver a lo esencial y reconocer que, aún en medio de la dificultad, la Palabra puede vivirse. En la Cuaresma, la oración, el ayuno y la caridad nos ayudan a escuchar la voz de Dios en medio del ruido, también preparar el corazón para la Pascua, para el encuentro con el Resucitado.

Jesús fue hombre y como tal no fue inmune al cansancio o la duda, sintió hambre, soledad, cansancio y sed, fue incluso tentado tres veces seguidas, pero eligió confiar en su Padre. Jesús, en el desierto, aprendió a mantenerse fiel, y con su ejemplo nos enseña cómo vencer lo que nos aparta de Dios.

- **Primera tentación: “Convierte las piedras en pan”**

Jesús tenía hambre y el enemigo nos ofreció una solución fácil: “Si eres hijo de Dios, manda que estas piedras se conviertan en panes”. Jesús sabe que la vida no se reduce a llenar el estómago, también hay que alimentar el alma, por lo que responde: “No sólo de pan vive el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios.”

Hoy, esa tentación se presenta en todo aquello que nos promete la felicidad instantánea: las redes sociales, tener seguidores, dinero, etc., que no llenan por dentro. Jesús nos enseña a no conformarnos con lo superficial, nos invita a reconocer que el verdadero alimento del alma proviene de la Eucaristía, el Evangelio y de la oración, de las amistades sinceras, la familia y el amor verdadero.

- **Segunda tentación: “Lánzate y los ángeles te salvarán”**

El enemigo quiere que Jesús pruebe a Dios, que lo obligue a actuar: “Si eres hijo de Dios, tírate abajo”. Sin embargo, el Señor nos recuerda: “No tentarás al Señor tu Dios”.

Muchas veces, también nosotros le decimos a Dios: “Si existes, demuéstalo”. Dios no actúa con espectáculo ni cumple nuestros caprichos, sino que se mueve en lo pequeño, en lo silencioso. La fe es confiar, incluso cuando no sentimos nada. Es saber que Dios está, aunque no lo veamos y que actúa, aunque no sabemos cómo, todo para nuestro bien.



- Tercera tentación: “Te daré poder y gloria si me adoras”

El enemigo ofrece a Jesús fama y dominio: “Todo esto te daré, si te postras y me adoras”. Jesús no se dobla y vence la batalla recordando: “Adorarás al Señor tu Dios y solo a él le darás culto”.

Hoy esa tentación nos dice: “Sé el mejor, que todos te vean, te envidien, solo renuncia a ser tú mismo, solo abandona lo auténtico y acoplarse al molde”.

Vivimos en una cultura de apariencias, una sociedad donde vales por lo que muestras, no por lo que eres, donde un seguidor o una buena foto vale más que una verdadera experiencia. Jesús nos recuerda que el verdadero poder está en amar, servir y ser fiel, aunque nadie lo vea. Él no necesitó aplausos para ser quien era: el Hijo amado del Padre.

Jesús nos invita a elegir la humildad, poniendo el bien común sobre el ego y recordando que el poder del Reino se ejerce con amor y servicio, no con imposición.

En las tres tentaciones, Jesús no responde con gritos ni milagros, sino con la Palabra de Dios que es su fuerza.

En esta cuaresma, el reto es preguntarnos:

¿Qué tentaciones hay en mi desierto? ¿Qué bajos en la vida me hacen dudar de Dios? ¿Cómo me estoy nutriendo para atravesar el desierto de mi vida?

Que este tiempo sea para volver al corazón, redescubrir la voz de Dios en el silencio y aprender a confiar como Jesús: con esperanza, humildad y amor paciente.

«COMPROMISO»

DINÁMICA: Receta de esperanza

OBJETIVO: Identificar con base en sus necesidades y experiencias, aquello que está haciendo falta en su vida para atravesar el desierto y todo eso ponerlo en manos de Cristo para ser guiados por Él.

MATERIALES:

- Recetas (Anexo)
- Lapiceros
- Dulces



DESARROLLO:

1. Se les solicitará crear una receta personal (anexo) para atravesar el desierto, poniendo como pilares la oración y la caridad, con compromisos y acciones concretas que ellos elijan para nutrirse en el caminar. Receta que deberán cumplir por 40 días que dura la cuaresma.
 - a). **ORACIÓN:** No se ora por obligación ni por cumplir una norma, sino por amor. Orar es buscar el encuentro con Dios, que es amor.
 - b). **CARIDAD:** La auténtica caridad no consiste en dar lo que nos sobra, sino en compartir lo que somos y tenemos, con un corazón dispuesto a servir.
2. El asistente escribe en su receta las acciones que considera debe realizar para mejorar su salud espiritual.

Podemos dar algunas opciones como:

 - 10 días de oración antes del desayuno.
 - Cinco días de dar limosna a las personas necesitadas en situación de calle.
 - Una semana de recolectar ropa entre mi familia para donarla.
3. Se les hace la invitación a que cada vez que vayan cumpliendo su receta, se incentiven con algún dulce, gesto, abrazo, o pequeño premio, como buenos pacientes que siguen indicaciones médicas.



«ORACIÓN»

MI PULSO EN SUS MANOS

1. Se invita a ambientar el espacio con temática de desierto y colocar alguna imagen de “Jesús en el Desierto”. Poner música ambiental sin letra para la reflexión.
2. Invita a los adolescentes a cerrar sus ojos o a mirar un punto fijo o la imagen de Jesús en caso de tenerla.
3. Pide que tomen tres respiraciones profundas.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

4. Después pide que cada uno tome su hoja de electrocardiograma y reflexionen de la siguiente manera:
- a. Mira tú hoja. Ese es el ritmo de tu corazón y de tu vida hasta este momento. Con altos y bajos
 - b. Identifica el pico más bajo, ese momento que te hizo sentir vulnerable, esa situación negativa que dibujaste. Tómame un instante para revivir, sin juzgar, cómo te hizo sentir.
 - c. Identifica ese pico más alto, esa alegría, ese apoyo, ese logro que te hizo sentir bien. Agradece ese momento de gracia y plenitud.
 - d. Ahora te pido vuelve a mirar todo tu pulso de vida, piensa que te puede haber hecho falta y que has aprendido mientras te invito a escuchar el siguiente canto y después orar juntos:



CANTO

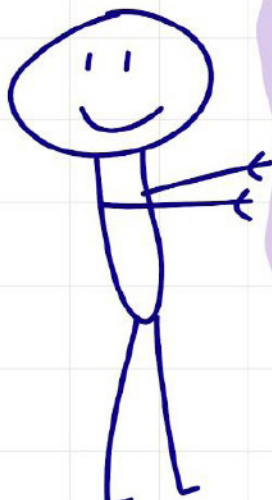
Déjame Nacer de Nuevo/ Athenas

<https://n9.cl/ckoj3>

Señor Jesús, en esta Cuaresma, te presentamos el pulso de nuestra vida, con sus grandes alegrías y sus profundas vulnerabilidades. Reconocemos que, como Tú, en el desierto, enfrentamos tentaciones: la búsqueda de lo fácil, el deseo de los placeres del mundo y la falta de confianza.

Te pedimos que Tu Palabra sea nuestro alimento y nuestra fuerza para rechazar lo que nos desgasta. Ayúdanos a vivir con un corazón transformado, cumpliendo fielmente nuestra receta de esperanza con gestos sencillos de oración y caridad. Que nuestro pulso, guiado por Ti, se convierta en un ritmo de amor y servicio para los demás. Amén.

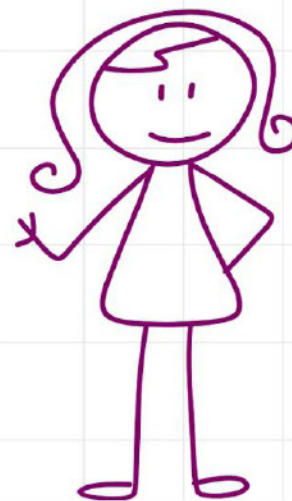
ANEXO 1. ¿Qué es un electrocardiograma?



¿Qué es un electrocardiograma?

¿Sabías que tu corazón funciona con electricidad? pequeñísimos impulsos eléctricos que nacen dentro de tu corazón. Un Electrocardiograma (ECG) es la máquina que escucha y escribe esas señales eléctricas. Lo que se dibuja en el papel es una línea ondulada con picos hacia arriba y hacia abajo. Esta línea se llama trazado o ritmo cardíaco. Cada pico en el trazado representa un momento de la actividad de tu corazón

ASÍ SE VE UN ELECTROCARDIOGRAMA





ANEXO 2. Hoja de electrocardiograma



ANEXO 3. Receta de esperanza



 Cristo te llama, escúchalo  PASCUA JUVENIL
 @pascuajuvenil  La iglesia somos todos

Fecha _____
Edad: _____
Peso: _____
Altura _____
T/A: _____
Temp: _____
Alergias: _____

Paciente: _____

Receta de Esperanza



Firma



TERCER CATEQUESIS DE CUARESMA "CAMINO ENTRE SOMBRAS"

«OBJETIVO»

Acompañar a los adolescentes a reconocer sus sombras y dificultades, mediante el camino cuaresmal de reflexión y de interiorización, para descubrir con paciencia, que Dios enciende la esperanza, en medio de sus sombras.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

DINÁMICA: Preguntas relámpago.

MATERIALES:

- Papeletas con preguntas de cultura general, matemáticas y temas variados.
- Temporizador.
- Dulces o premios para participantes.

DESARROLLO:

Ambientar el espacio como si fuera un programa de concursos, el animador, deberá actuar como presentador de este tipo de programas.

1. Dependiendo de la cantidad de participantes, hacer equipos de entre 6 y 8 participantes. En caso de ser muchos, puede hacerse hasta de 10 participantes.
2. Se pondrán dos minutos en el temporizador (se puede poner más o menos tiempo, dependiendo si los equipos son muy grandes o no).
3. Se colocarán en hilera, unos junto a otros del mismo equipo.
4. Se explicará, que se irán haciendo preguntas de cultura general, diferentes a cada miembro del equipo, todos deben contestar algo, si no saben pueden decir "PASO", cualquier otra palabra cuenta como respuesta.
5. El equipo que conteste más preguntas correctas antes de que acabe el tiempo, ganará un premio.

NOTA: *Se sugiere tener música e incitar a un ambiente festivo, el guía debe leer las preguntas rápidamente ya que no se detiene el tiempo para nada.*



«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Vamos a pensar en las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te sentiste con el juego?
- ¿Alguno se sintió ansioso o presionado a la hora de contestar?
- ¿Alguno se desesperó por cómo le estaba yendo a su equipo?

En la dinámica, todos experimentamos algo muy parecido a lo que pasa en la vida real: confusión. El ruido no dejaba pensar, el tiempo presionaba y las dudas surgían hasta que ya no sabíamos qué era real y qué no. Algunos dudaron, otros se equivocaron, otros presionaron al equipo para decidir más rápido. Nadie pudo verlo todo con claridad.

Eso nos pasa cuando la vida se llena de sombras: cuando hay problemas, cuando algo duele, cuando nos equivocamos, cuando fallan nuestros planes o simplemente cuando nos sentimos vacíos. Es como si dentro de nosotros, hubiera demasiado ruido y no pudiéramos entender lo que está pasando. A veces, creemos que porque algo nos salió mal ya estamos perdidos. Pensamos que, porque caímos una vez, ya no podremos levantarnos, o que, porque algo nos duele, entonces ya no hay salida. En esas sombras internas, es fácil confundirse y perder la calma.

La experiencia nos deja ver algo importante: las sombras nos afectan más cuando todo afuera va rápido, cuando dentro de nosotros hay presión. Ahí, en esas confusiones o momentos difíciles, solemos pensar que estamos fallando, cuando en realidad, sólo estamos viviendo lo que le toca a cualquier persona que está creciendo.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Juan 11, 17-27

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

El dolor es una parte innegable de la vida y en este Evangelio encontramos a Jesús frente a una de las escenas más oscuras y dolorosas: la muerte de su amigo Lázaro. Marta y María, las hermanas de Lázaro, lo reciben con un reclamo que nace de su roto corazón: “Si hubieras estado aquí...” Es el mismo reclamo que muchas veces tenemos cuando nos enfrentamos a situaciones que no entendemos, cuando algo se rompe dentro de nosotros, cuando nos sentimos solos, abandonados o sin salida. Ahí, la vida parece detenerse y aparecen las sombras: la duda, el cansancio, el miedo, la culpa, la sensación de que ya no vale la pena intentar más; creemos que el Señor no llegó a tiempo o que no le importa lo que nos pasa.

Pero lo sorprendente es cómo Jesús se acerca a esa oscuridad. Él no ignora el dolor, no se mantiene al margen, no finge que no pasa nada. Entra en el sufrimiento, llora con quienes lloran, escucha el reclamo, abraza la herida. Justo ahí, cuando todo parece perdido, pronuncia una palabra que rompe las sombras: “Tu hermano resucitará.” Porque la verdadera esperanza no aparece cuando todo está bien, sino cuando





PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

reconocemos que estamos en un lugar que necesita luz. No es una ilusión ni un pensamiento positivo; es la certeza de que Dios puede hacer algo nuevo incluso en lo que parece muerto. Incluso ante la duda más profunda el Señor nos reafirma: “Yo soy la resurrección y la vida” nunca has estado solo, siempre que esté aquí hay esperanza, solo confía.

Ante la esperanza de Cristo, lo único que se necesita es fe, “Sí, Señor, yo creo...” Esa convicción es todo lo que el Señor necesita para el milagro, esa certeza es un milagro en sí mismo, es volver la mirada a la luz que es Dios, es abandonarse en su proyecto, es creer en su amor.

La Cuaresma es precisamente ese camino: no un tiempo triste, sino un tiempo valiente. Un tiempo donde nos atrevemos a mirar lo que nos pesa, lo que nos aleja, lo que se ha estancado o muerto en nosotros. La conversión no es un castigo ni un regaño; es una invitación a resucitar, a vivir. Es escuchar y creer en esa gran esperanza “todo el que esté vivo y crea en mí jamás morirá”, una esperanza que rompe el miedo, que destruye las sombras, que nos saca el hoyo y nos recuerda siempre mirar adelante.

Este Evangelio nos recuerda que la conversión no es perder, sino recuperar lo esencial. No es quedarnos en las sombras, sino dejarnos encontrar por la luz. La Cuaresma es ese camino entre sombras donde descubrimos que Dios no nos abandona, que Él llega, que Él actúa, que Él transforma. Lo que nosotros vemos como final, Él lo ve como inicio. Lo que parece “muerto”, Él lo llama por su nombre. Y esa es la esperanza verdadera: saber que Dios no teme nuestras tumbas, nuestras heridas, ni nuestros vacíos. Él entra ahí para encender la luz y para decirnos, una vez más: “Yo soy la vida...vive.”

«COMPROMISO»

DINÁMICA: Mi piedra va afuera

MATERIALES:

- Cruz o vela.
- Piedras distintas, una por cada participante.
- Plumones.
-

Colocar al centro del espacio una cruz o una vela encendida con piedras alrededor de distintas formas y tamaños una por cada participante.

REFLEXIÓN: “En el Evangelio, después de encontrarse con sus hermanas, antes de resucitar a Lázaro, Jesús pidió: ‘Quiten la piedra’. Cada uno de nosotros también tiene piedras que tapan nuestra esperanza.”

1. Pedir que cada uno tome una piedra que crea que puede representar aquello que lo hace perder la esperanza, cada uno decide la forma, tamaño y peso según considere su carga
2. Pide que escriban en la piedra algo que hoy les pesa o les hace perder la esperanza (miedo, tristeza, desánimo, culpa, etc.).



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

REFLEXIÓN:

Tú conoces la piedra que cargas, nadie conoce mejor que tu el peso, la forma, el nombre y la historia de esa piedra que tapa tu sepulcro. Pero hoy es momento de preguntarte: ¿Quiero que esta piedra se quede ahí?

¿Qué necesito hacer para mover esta piedra? ¿De verdad creo que se puede mover? ¿Cómo?

Invitar a cada uno a que, al otro lado de la piedra, escribir una acción concreta, un verbo que los ayudará de la mano de Cristo a mover esa piedra.



«ORACIÓN»

Seguimos juntos la siguiente oración, mirando nuestra piedra:

Señor, aquí está mi piedra... lo que me cuesta, lo que me pesa, lo que me roba esperanza.

No quiero esconderlo más.

Todos: “Señor, aquí está mi piedra.”

Cuando estés listo, pasa al frente y deja tu piedra.

No la tires; solo colócala como signo de que hoy decides avanzar, aunque te cueste.

(Los jóvenes pasan y dejan su piedra.)

Jesús, recibe estas piedras.

Mira con compasión lo que duele, sana lo que pesa

y haz nacer esperanza donde parece imposible.

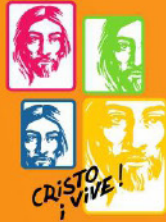
Todos (con las manos abiertas):

“Renueva mi esperanza, Señor.”

ANIMADOR:

Señor acompáñanos en este camino de Cuaresma y ayúdanos a mover cada día un poco más lo que hoy pusimos en tus manos. Amén.

#PASOS
Que Inspiran



PASCUA 2026

con Él somos esperanza



DOMINGO
de ramos

#PASOS
Que Inspiran



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

PRIMERA CATEQUESIS DE DOMINGO DE RAMOS "DE CAMINO HACIA MIS SUEÑOS"

«OBJETIVO»

Acompañar a los adolescentes a seguir caminando en la fe y en la esperanza, enfrentando los retos de la vida diaria con paciencia y valentía, para que sean capaces de soñar.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

DINÁMICA: La búsqueda de un sueño

OBJETIVO: Aprender que los sueños requieren esperar y perseverar, sobre todo, confiar y atrevernos, incluso cuando no lo veamos todo con claridad.

MATERIALES:

- Dos rompecabezas sencillos (del mismo tamaño y dificultad). Anexo 1.
- Vendas o pañuelos para cubrir los ojos de los participantes.
- Una cuerda larga por equipo, puesta en zigzag o con pequeños obstáculos.
- Corazón grande (colocarlo al final del camino).
- Post-it en forma de estrella o corazón

INICIO / MOTIVACIÓN

Para comenzar, invita a los jóvenes a reflexionar con la siguiente pregunta:

- ¿Alguna vez han tenido un sueño o meta que parecía difícil de alcanzar?

Permite que compartan brevemente algunas respuestas, y luego comenta:

Todos tenemos sueños, metas o propósitos que deseamos alcanzar. A veces el camino parece claro, sin embargo, en ocasiones, no vemos con certeza lo que viene. En esos momentos, es cuando más necesitamos confiar en nosotros mismos y en los demás.

Hoy realizaremos una dinámica que nos ayudará a descubrir que los sueños no se alcanzan de inmediato, sino que requieren paciencia, confianza y perseverancia.



DESARROLLO / VIVENCIA

1. Formación de equipos

- Dividir al grupo en dos equipos.
- Cada equipo elige a una persona que será “la voz”. Esta persona no se venda los ojos.
- El resto del equipo deberá cubrirse los ojos.

2. Primera prueba: el rompecabezas

- El equipo vendado deberá armar el rompecabezas, sólo seguirá las indicaciones de la voz.
- La voz no puede tocar las piezas, solo dar instrucciones.
- Gana el equipo que termine primero.

3. Segunda prueba: cruzando caminos

- Se coloca una cuerda en el suelo formando un camino en zigzag.
- Cada integrante vendado deberá caminar sobre la cuerda siguiendo solo la voz de su guía.
- La meta es llegar hasta una cruz colocada al final del recorrido.

Cuando todos lleguen al corazón y suene el canto instrumental, haremos el momento del silencio y entrega. Cada uno puede colocar su mano sobre el corazón (o simplemente mirarla) unir ese corazón con su mente, para ofrecer un sueño personal, confiando en sí mismo, para lograr lo que más anhela.

Evitaremos juzgar a los jóvenes, las dinámicas no tienen el fin de hacer sentir mal a las personas, sino todo lo contrario, tienen la finalidad de hacerlos reflexionar, mostrándoles las consecuencias de sus actos, así podrán buscar una alternativa para tener un mejor estilo de vida.



VIDEO DE YOU TUBE: Haz tu obra

CANAL DE YOU TUBE: Tobías Buteler.

https://youtu.be/Y1P6zpNx5z0?si=ksr0Y3v_I70_9u4n

CIERRA / COMPROMISO

Después de realizar la dinámica, reúne al grupo frente al corazón. Permite unos segundos de silencio. Invítalos a cerrar los ojos y recordar cómo se sintieron durante el recorrido: el no ver, el tener que confiar, el apoyarse unos en otros.

Luego comparte la siguiente reflexión:

Así como en esta dinámica, en la vida también caminamos muchas veces “con los ojos vendados”. No siempre entendemos, ni vemos con claridad el camino. Pero cuando aprendemos a confiar, a escuchar la voz interior o dejarnos guiar, descubrimos que existen las fuerzas para seguir avanzando.





Cada obstáculo, cada tropiezo, cada espera, forma parte del plan, por lo tanto, debemos ser valientes para descubrirlo, ser pacientes para reconocer ese camino, ese sueño que nuestro corazón requiere alcanzar.

Entrega a cada joven una pequeña hoja o papelito en forma de estrella o corazón. Pídeles que escriban en ella:

1. Un **sueño o anhelo** que guardan en su corazón.
2. Una **acción concreta** que pueden realizar esta semana para acercarse a ese sueño

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Imaginemos por un momento que la vida es como este juego. Todos tenemos sueños: algunos grandes, otros sencillos; algunos que parecen cercanos y otros que parecen imposibles de alcanzar. Pero todo sueño tiene algo en común: no llega de la nada, requiere esfuerzo, paciencia y confianza.

Primera prueba: El rompecabezas

Cuando trabajamos con los ojos vendados, nos damos cuenta de lo difícil que es avanzar cuando no lo vemos todo con claridad. En la vida, muchas veces estamos igual: no tenemos todas las piezas ni las instrucciones completas. Sin embargo, aparece “la voz” que nos guía, nuestro corazón tiene muchos anhelos que se convierte en esa voz que nos impulsa a lograrlo, también existen las personas que encontramos en nuestro camino para acompañarnos: padres, amigos, catequistas, maestros.

Armado el rompecabezas sin ver, nos enseña que, aunque no entendamos del todo el plan, si confiamos y obedecemos la voz correcta, poco a poco el sueño se va construyendo.

- ¿Qué voces me guían a mí en la vida?
- ¿Escucho más las voces que me confunden o la voz que me ayuda a crecer?

Segunda prueba: cruzando caminos

Aquí la dificultad aumenta: ya no solo se trata de armar, sino de caminar. Caminar sin ver es arriesgado; nos da miedo tropezar o equivocarnos, pero nuestro corazón nos impulsa a dar pasos, aunque no tengamos todo claro.

La cuerda en zigzag simboliza el camino de la vida: no es derecho, tiene curvas, obstáculos y momentos en que parece que nos perdemos, pero si seguimos la voz que guía, avanzaremos seguros. Lo más importante: la meta no es un lugar cualquiera, es encontramos con nuestros anhelos, que nos recuerdan, que los sueños más grandes nacen del amor y del sacrificio

- ¿Qué significa para mí llegar hasta el corazón?
- ¿Cuándo me cuesta más caminar?
- ¿Qué sueños me gustaría poner hoy en este encuentro del camino?



DINÁMICA: Camino con gratitud

OBJETIVO: Fortalecer la esperanza y la confianza en nosotros mismos, aprendiendo a ver las dificultades como parte del camino hacia la realización de nuestros sueños.

MATERIALES:

- Tiras de papel o tarjetas.
- Plumones o lápices.
- Una caja, canasta o frasco transparente (llamado “cofre de la gratitud”).

INICIO / MOTIVACIÓN

Comienza reuniendo al grupo en un ambiente tranquilo, si es posible con música suave de fondo. Luego introduce el tema con una breve reflexión:

Todos tenemos sueños en el corazón: metas, anhelos, deseos profundos. Pero a veces, cuando el camino se vuelve difícil, podemos sentir que esos sueños se apagan o que nunca se cumplirán. Sin embargo, quiero recordarte que nosotros tenemos todo para alcanzarlo, que existen diversas personas que nos extiende la mano para seguir construyendo, que la esperanza es la luz que guía nuestros pasos cuando no vemos con claridad.

Haz una pregunta para motivar la participación:

- ¿Qué es lo que más deseas alcanzar en tu vida?
- ¿Alguna vez has sentido que algo te impide lograrlo?

Hoy, haremos una dinámica llamada **“Camino de gratitud”**, en la que vamos a reconocer nuestros sueños, nuestras dificultades y aquellas personas que nos ayuda a seguir construyendo nuestra persona y animándonos para reconocer esos talentos que tenemos

Cada palabra que escribamos hoy será como una semilla de esperanza, que depositaremos en nuestro **“Cofre de la gratitud”**, símbolo de que confiamos en que en nosotros mismos para cuidar de nuestros sueños y florezcan su tiempo.

DESARROLLO / VIVENCIA

1. Invita a cada adolescente a escribir en una tarjeta:

- Un sueño que tiene para su futuro.
- Una dificultad que siente que le impide alcanzarlo.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

2. Después, que en otra tarjeta escriban una palabra de esperanza (ejemplo: confianza, perseverancia, amor, sacrificio).
3. Depositán ambas tarjetas en el “cofre de gratitud”.

CIERRE / COMPROMISO

Cuando todos hayan depositado sus tarjetas en el Cofre de gratitud, invita a los jóvenes a reunirse en círculo, en silencio, frente al cofre que se colocará en el centro.

Habla con voz pausada y cálida:

Cada una de estas tarjetas representa algo muy valioso: un sueño que anhelamos que se ha sembrado en nuestro corazón, una dificultad que te reta a crecer en ti mismo y en la red de apoyo que tienes.

Así como hoy guardamos estos sueños en el “Cofre de gratitud”, también te invito que la pongas en tu corazón y que nunca permitas que nadie la borre, porque es lo que te ayudará a vencer cada dificultad y aunque el camino puede ser tardado, tu esperanza y perseverancia. Solo confía en ti.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Jeremías 29,11.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

El Señor nos recuerda con estas palabras que nuestra vida no está al azar ni depende sólo de nuestras fuerzas. Dios tiene un plan para cada uno de nosotros, un plan de bienestar, esperanza y vida plena (cf. Jr 29,11).

Muchas veces, sentimos que no entendemos lo que pasa: problemas, fracasos, dudas sobre nuestro futuro. Parece que los sueños tardan en cumplirse o que no tenemos claridad sobre lo que sigue, este pasaje nos invita a confiar en que Dios ya ha pensado en nosotros con amor y que incluso en medio de la dificultad, Él va abriendo caminos.

Benedicto XVI nos recordaba en la Encíclica *Spe Salvi* sobre la esperanza cristiana, que la fe nos proyecta hacia adelante, incluso en medio de la oscuridad: “El que tiene esperanza vive de otra manera; se le ha dado una vida nueva” (*Spe Salvi*, 2).



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Caminar en fe, significa creer que los sueños que Dios siembra en nuestro corazón no son ilusiones vacías, sino semillas que necesitan tiempo, paciencia y confianza para crecer.

El Papa Francisco, de feliz memoria, en la Exhortación Apostólica *Christus Vivit*, dirigida especialmente a los jóvenes, nos dice: “El Señor nos llama a ser constructores del futuro. Él nos invita a soñar con una vida grande que dé fruto, que deje una huella en este mundo y que no se malgaste” (cf. *Christus Vivit*, 142).

Creer en esta promesa significa atrevernos a caminar con paciencia y valentía, sabiendo que, aunque no lo veamos todo claro, Dios nos conduce hacia un futuro de esperanza.

1. ¿Confío en que Dios tiene un plan para mí, aunque ahora no lo entienda del todo?
2. ¿Estoy dispuesto a esperar con paciencia y fe, confiando en que el final que Él ha preparado es de esperanza y de bien?
3. ¿Cómo estoy viviendo hoy, mientras espero el cumplimiento de su promesa?



CANTO Océpate de todo/ Hakuna Group Music.

<https://youtu.be/du8zVtkHdyk?si=uNNISM4oHcovN37k>

«COMPROMISO»

Hoy, reconozco que mi vida no está al azar y que Dios tiene un plan para mí, un plan de bienestar, esperanza y vida plena. Aunque a veces no entiendo lo que pasa en mi vida, problemas, fracasos o dudas sobre el futuro, confío en que Dios ya ha pensado en mí con amor y está abriendo caminos incluso en medio de la dificultad.

Se le entregará cuatro post-it a cada adolescente para escribir cuatro propuestas que nos ayuden a comprometernos y a qué no olvidemos en seguir construyendo nuestros sueños: a practicar la paciencia, caminar con valentía, ser constructor de mi futuro y vivir con esperanza, se proponen algunas indicaciones para que ellos tengan una idea del compromiso.

Me comprometo a:

- **Practicar la paciencia**, confiando en que los sueños que Dios ha puesto en mi corazón necesita tiempo para crecer.
- **Caminar con valentía**, aunque no vea todo claro, siguiendo la voz de Dios que me guía cada día.

#PASOS
Que Inspiran



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

- **Ser constructor de mi futuro**, soñando en grande y esforzándome por dejar una huella positiva en el mundo (Christus Vivit, 142).
- **Vivir con esperanza**, sabiendo que quien confía en Dios recibe una vida nueva y transformadora (Spe Salvi, 2).



«ORACIÓN»

Señor, ponemos en tus manos nuestros sueños y dificultades.

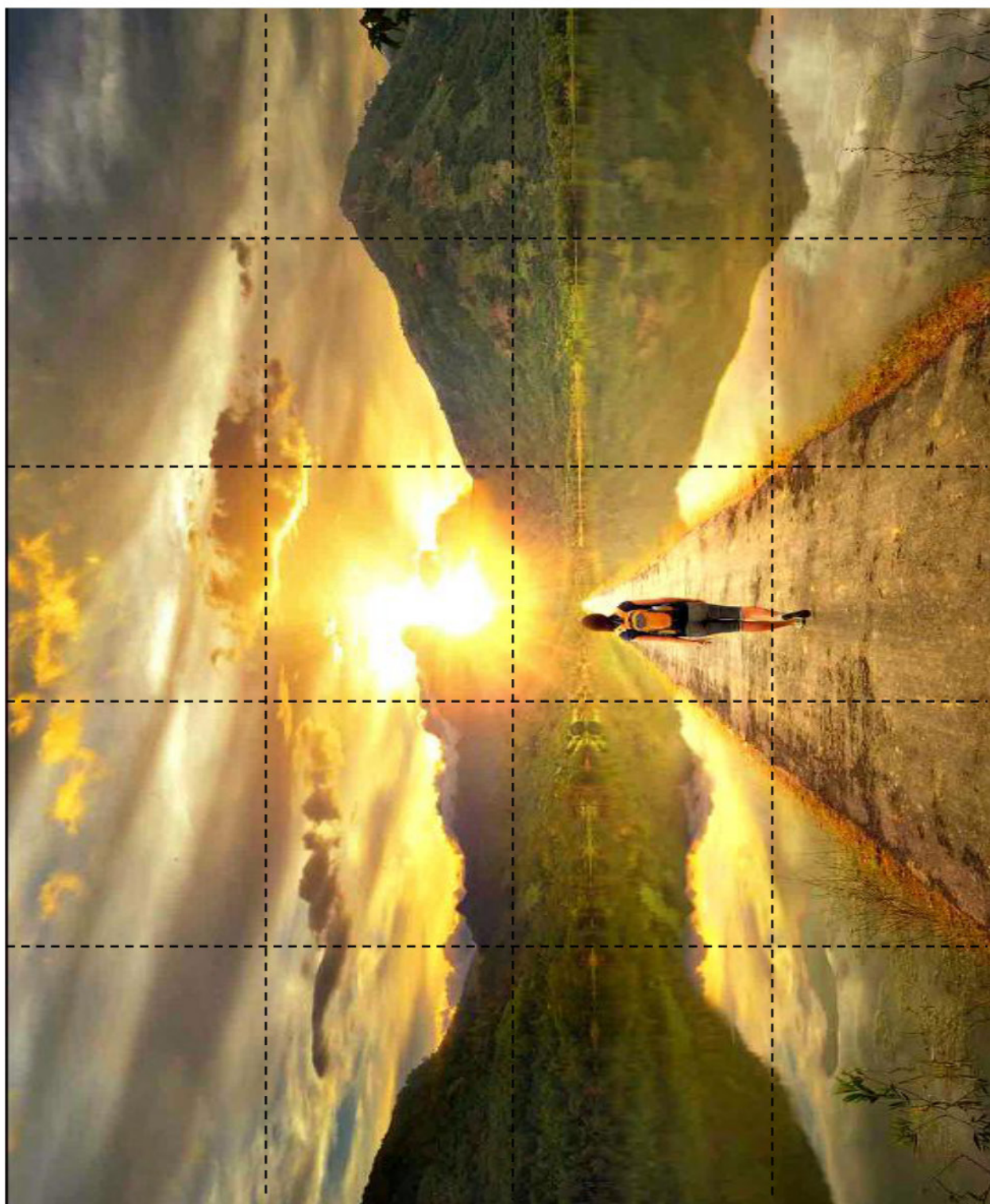
Sabemos que tus planes son de esperanza y vida, y confiamos en que nos guiarás siempre hacia aquello que nos beneficia.

Hoy entregamos nuestras metas y nuestros retos a Dios, y decidimos caminar con fe, paciencia y esperanza, confiando en que Él nos conduce hacia un futuro lleno de vida y propósito.

Amén



ANEXO 1: Rompecabezas





SEGUNDA CATEQUESIS DE DOMINGO DE RAMOS

“SOÑAR ES DE VALIENTES”

«OBJETIVO»

Reconstruir los sueños de los adolescentes, a través del autoconocimiento, con valentía, para ser mensajeros de esperanza.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

OBJETIVO: Descubrir y valorar las cualidades y sueños de los adolescentes, mediante la creación y presentación de un “teléfono” simbólico en equipos, para fortalecer su identidad y esperanza.

MATERIALES POR EQUIPO:

- Un cartón con forma de teléfono
- Tijeras
- Pintura negra, gris y blanca
- Revista
- Cinta adhesiva
- Resistol
- Lápices

DESARROLLO:

- Se divide al grupo en cuatro o seis equipos.
- Dividir a los participantes en cuatro o seis equipos, dependiendo del número de adolescentes, posteriormente a cada equipo se le entregará su material.
- Todos los integrantes de cada equipo adornarán el cartón con forma de teléfono y le buscarán las mejores características, con la intención de diseñar un comercial publicitario de su teléfono, el tiempo estimado para la actividad es de cinco minutos.
- Al finalizar su diseño, pasará un representante por equipo, para promocionar su teléfono, habrá que explicar todas las características y cuál es el sueño de su diseño, por ejemplo: cada característica es para que el teléfono sea el más fluido del mercado, para jugar o tener la mejor cámara del mundo. El tiempo estimado para compartir por equipo es de dos minutos.



«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Al finalizar la actividad anterior, se pedirá a los adolescentes que escriban y respondan lo siguiente:

- ¿Qué teléfono te llamó más la atención y por qué?
- ¿Qué características innovadoras viste en otros que podrías adaptar al tuyo?
- ¿Cómo mejorarías un teléfono que aparentemente no te gusta?
- ¿Podrías transformar algo que al principio te parece defectuoso en algo útil?

Esta actividad puede parecer sólo creativa y divertida, sin embargo, tiene un sentido mucho más profundo. Lo que hicieron con los teléfonos es, en realidad, una metáfora de sí mismos. Así como cada teléfono tiene distintas características cámara, memoria, batería, diseño, estructura y rendimiento, de igual forma, cada uno de ustedes posee cualidades, rasgos, talentos, límites, modos de ser y sueños personales.

Cada teléfono que diseñaron tiene características que lo hacen especial, diferente y único. En la vida sucede lo mismo: tú también tienes cualidades que te distinguen de los demás. Pero para descubrirlas y aprender a utilizarlas, es necesario conocerse. El autoconocimiento es un camino que te ayuda a identificar tus habilidades, reconocer tus debilidades, descubrir tus motivaciones y comprender en qué áreas puedes desempeñarte mejor.

Para lograr ese autoconocimiento, se necesita valentía. No basta con mirar solo lo que nos gusta de nosotros; de igual forma, es necesario enfrentar lo que no nos agrada, lo que nos cuesta trabajo, lo que quisiéramos cambiar. Esta valentía es la que te permitirá avanzar hacia tus sueños, incluso cuando parezcan lejanos o complicados.

En cada teléfono que presentaron, describen un “sueño”: tener la mejor cámara, ser el más resistente, el más rápido o el más innovador. De la misma manera, cuando tú te conoces profundamente, cuando identificas tus características, habilidades, así como debilidades, puedes tener una idea más clara de cuáles son tus propios sueños y cómo afrontarlos con firmeza y determinación.

Recuerda que todos somos diferentes: diferentes características, diferentes historias, diferentes sueños; aunque algunas de tus cualidades no sean de tu total agrado, si aprendes a utilizarlas para bien, pueden convertirse en herramientas que te ayuden a crecer, a relacionarte mejor y a construir un camino más pleno. Incluso, lo que al principio parece un defecto, puede transformarse en algo útil si sabes cómo integrarlo a tu vida.

Es importante comprender, que las habilidades que tienes no fueron dadas para ser “el mejor”, para buscar fama o reconocimiento, ni para competir con otros. Tus cualidades, tus talentos y tus sueños, tienen un sentido más profundo: servir, construir, acompañar, transformar y aportar algo bueno a quienes te rodean.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Cuando te conozcas verdaderamente, cuando entiendes quién eres y hacia dónde deseas caminar, podrás avanzar con mayor claridad. Cuando tengas definidos tus sueños y los enfrentes con valentía, podrás convertirte en mensajero de esperanza en todos los lugares a donde vayas, porque tu vida, al avanzar con autenticidad, iluminará también la de otros.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITAS BÍBLICA: Juan 12,12-16. / 2 Timoteo 1, 6-9.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Las lecturas que hemos escuchado hoy nos muestran dos escenas muy diferentes, pero profundamente unidas por un mismo mensaje: la valentía que nace de conocer quién eres y cuál es tu misión.

Jesús entra a Jerusalén con valentía (Juan 12,12-16). El Evangelio de Juan, nos presenta a Jesús entrando en Jerusalén montado en un burrito, mientras la gente lo recibe con entusiasmo. A primera vista podría parecer un acto sencillo o un momento de fiesta. Sin embargo, detrás de esta escena se esconde un acto inmenso de valentía y claridad interior. Jesús sabía exactamente lo que venía después: sabía que sería cuestionado, rechazado, traicionado y llevado a la cruz. No ignoraba el dolor que le esperaba, aun así, entró a Jerusalén.

- Entró porque estaba profundamente convencido de su misión.
- Entró porque su sueño; el sueño de la redención era más grande que el miedo.
- Entró porque conocía sus dones, su identidad y la voluntad del Padre.

Jesús no actuó impulsivamente. No entró a Jerusalén para buscar aplausos, fama o popularidad. Entró para cumplir un sueño que salvaría la historia.

Este momento nos muestra algo fundamental: la valentía no es ausencia de miedo, es avanzar a pesar del miedo, aun cuando sabes que tu vida tiene un propósito. Del mismo modo, tú tienes sueños, deseos y metas que parecen difíciles o lejanas. Tú también tendrás que entrar en “tu Jerusalén”: situaciones que te cuestan, caminos que te dan miedo, decisiones que no son fáciles. Jesús te enseña, que cuando conoces quién eres, cuando sabes qué sueño te mueve, cuando abrazas tus dones, puedes caminar con decisión, aunque el camino no sea sencillo.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Timoteo es llamado a despertar sus dones (2 Timoteo 1,6-9). En la segunda lectura, Pablo habla a Timoteo como un maestro que anima a un joven. Timoteo era un muchacho con muchas cualidades, pero también con dudas y temores, como cualquier adolescente de hoy.

Por eso Pablo le escribe: “Aviva el don de Dios que hay en ti.” Y añade algo aún más fuerte: Dios no nos ha dado un espíritu de timidez, sino de fortaleza.

Estas palabras son un recordatorio:

- **Tienes dones.** Aunque a veces no los veas.
- **Tienes fuerza interior.** Aunque a veces te sientas débil.
- **Tienes una misión.** Aunque aún no la descubras por completo.
- **Tienes un espíritu de valentía.** Aunque a veces te dé miedo avanzar.

Pablo no le dice a Timoteo que invente dones, sino que **despierte los que ya tiene**. Es decir: los sueños, la fuerza, y la valentía ya está dentro de ti, solo necesitas avivarla. Del mismo modo, tú tienes capacidades, habilidades, sensibilidad, inteligencia y talentos que Dios te dio con un propósito. No para presumir, ni para competir, ni para ser más que otro, sino para **servir, levantar, acompañar y construir esperanza**.

Las dos lecturas se unen en un mismo mensaje para tu vida:

Conócete: descubre tus dones y tu misión: Así como Jesús sabía quién era, tú también estás llamado a descubrir tu identidad más profunda. Tu pasado, tu carácter, tus talentos, tus heridas, todo te ayuda a entender qué sueño te llama.

No tengas miedo de soñar en grande.

- Jesús no renunció al sueño del Padre.
- No se quedó donde era cómodo.
- No se detuvo, aunque sabía que el camino dolería.

-Despierta la fortaleza que ya está dentro de ti: Pablo recuerda que no fuiste creado para la timidez. Dios puso en ti la capacidad de esforzarse, de perseverar, de levantarte, de mejorar, de servir.

-Tus sueños no son egoístas cuando nacen del amor: Cuando sueñas con lo que te hace crecer, con lo que te hace mejor, con lo que puedes ofrecer al mundo, ese sueño se convierte en misión.

Tu vida puede ser un mensaje de esperanza.

- Jesús entra a Jerusalén para traer vida.
- Timoteo es llamado a ser testigo.





PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

- Y tú, cuando descubres tus dones y tus sueños con valentía, puedes convertirte en **luz** para otros adolescentes que se sienten perdidos.

Hoy, estas dos lecturas te invitan a:

- Reconocer que tienes sueños que valen la pena.
- Aceptar que tendrás miedo, pero que puedes avanzar igual.
- Descubrir que tus dones no son casualidad, sino un regalo.
- Comprender que la valentía aparece cuando sabes quién eres.
- Creer que tu historia puede inspirar esperanza en otros.

Así como Jesús entró en Jerusalén con valentía y Timoteo fue llamado a avivar el don que llevaba dentro, tú también estás llamado a despertar tus sueños y caminar hacia ellos con fortaleza. Dios ya puso en ti lo que necesitas para comenzar.

«COMPROMISO»

DINÁMICA: “El Muro de los Sueños”

MATERIALES:

- Papel kraft grande con el título: El Muro de los Sueños.
- Pinturas de colores.
- Marcadores negros.

DESARROLLO:

Se invita a los adolescentes a acercarse al “Muro de los Sueños”, un espacio simbólico, donde cada uno podrá dejar una huella personal que exprese su sueño y su decisión de luchar por él con valentía.

1. Dejar la huella

Cada participante elige un color de pintura y pinta la palma de su mano.

Luego, estampa su mano en el papel kraft.

Explicación del gesto: La mano representa *identidad, acción y decisión*. Es un símbolo de que asumen activamente el compromiso con sus sueños. No es un deseo pasajero: es una acción concreta que deja marca.



Suena el siguiente canto



CANTO

Incondicional / Kairy Márquez

<https://open.spotify.com/intles/track/5Ho2LM5rARPYhD43XK6JEy?si=1beec238029045ba>

2. Escribir el sueño

Una vez que la pintura esté seca, cada adolescente toma un marcador negro y escribe dentro de la silueta de su mano:

- Un sueño que desea construir o recuperar
- Un deseo profundo que quiere perseguir con valentía

Debe ser un sueño auténtico, no superficial: algo que verdaderamente toque su corazón y represente lo que quieren llegar a ser.

3. Compromiso concreto

Debajo de su mano, cada uno escribe una pequeña frase de compromiso personal.

Algo realista, alcanzable y coherente con su sueño, por ejemplo:

- “Daré un paso cada día hacia mi sueño.”
- “Pediré ayuda cuando lo necesite.”
- “Trabajaré en mis miedos.”
- “Me esforzaré en estudiar/practicar/crecer.”
- “No abandonaré mis sueños cuando algo se vuelva difícil.”
- “Voy a cuidar mis dones y usarlos para ayudar a otros.”

Este compromiso no es para impresionar a nadie: es un pacto personal, íntimo y sincero consigo mismos y con su futuro.

Se invita a los adolescentes a observar el muro completo y reflexionar:

- “Cada mano aquí, representa una historia.”
- “Cada sueño aquí, representa una promesa.”
- “Cada compromiso aquí, representa una decisión.”
- “Y juntos forman un muro de esperanza.”

Que este muro les recuerde siempre que soñar es de valientes y que, cada paso que den hacia su sueño, puede llenar de esperanza a otros.



Amado Dios, hoy me presento ante ti a elevar esta oración que nace desde mi corazón, pues confío en tu bondad y sé que mi súplica será escuchada. Tú me conoces desde siempre, también conoces mis problemas, mis ilusiones, mis grandes anhelos y mis necesidades. Hoy más que nunca necesito tu ayuda y tu bendición.

Te suplico que camines a mi lado, me des fuerza y sabiduría para avanzar firme por el camino de la vida y poder convertir mis sueños en realidad, si esto es conforme a tu voluntad. Por favor, permíteme alcanzar aquellas metas que tanto anhelo.

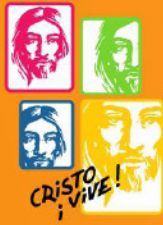
Señor, te pido que me permitas alcanzar paz y bienestar, para poder brindar una vida plena y feliz a mi familia y a todas las personas que amo. Por favor, cada mañana lléname de vigor para cumplir con mis obligaciones, de sabiduría para hacerlo de la mejor manera, de amor y humildad, que son los valores que engrandecen cualquier triunfo.

Amado Dios, cada día trabajaré por alcanzar mis metas y, sin importar las circunstancias, seguiré firme y adelante, pues buenas cosas vienen para aquellos que creen, cosas mejores para aquellos que son pacientes, pero las más grandes bendiciones vienen para aquellos que nunca se rinden.

Hoy pongo mi vida en tus manos. La entrego completamente a Ti y voy a vivir cada día lleno de dicha y esperanza dada por tu paz y refugio. Tú sabes lo que es mejor para mi vida, por favor orienta mis pasos, guíame por senderos de éxito, plenitud y prosperidad, aleja al enemigo mal intencionado y por favor líbrame siempre de todo mal.

Señor Jesús, tú que tuviste valentía al entrar a aquella ciudad, en la cual el pueblo te aclamaba con júbilo, enséñanos a ser signos de paz y amor para cada hermano, cumpliendo el sueño que tú tienes para mi vida, siendo mensajeros de tu Palabra. Quiero entregarme en sacrificio de amor como obediencia al Padre, dame la valentía que tuviste tú y así de tu mano podamos cumplir la voluntad del padre, recuperar nuestra esperanza con valentía y sueños.

Amén.



PASCUA 2026

con Él somos esperanza



JUEVES
santo

#PASOS
Que Inspiran



PRIMERA CATEQUESIS DE JUEVES SANTO "EL LATIR DE TU VOLUNTAD"

«OBJETIVO»

Acompañar a los adolescentes a un encuentro personal, desde la escucha, la cercanía y el testimonio de fe, que despierte en ellos la esperanza, ayudando a fortalecer su relación con Dios, para que descubran en su interior la fuerza del amor.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

OBJETIVO DE LA DINÁMICA: Sensibilizar a los adolescentes mediante dinámicas que simulan discapacidades, para fomentar empatía y valorar diversas formas de comunicación

MATERIALES:

- Cuatro vendas para ojos
- Un par de audífonos con música fuerte
- Una hoja con trabalenguas
- Un plato vacío y una cuchara
- Obstáculos pequeños (sillas, botellas, cuerdas, etc.)

DESARROLLO:

Entre todas las personas se eligen a cuatro adolescentes voluntarios. A cada uno se le pedirá representar una discapacidad:

- Ciego: Caminará de un extremo a otro del salón con los ojos vendados, sin ayuda.
- Sordo: Con audífonos puestos y música fuerte, tratará de repetir lo que otra persona le diga.
- Tartamudo: Intentará decir un trabalenguas.
- Mudo: Tratará de pedir un plato de comida sin hablar.

El resto del grupo observará lo que sucede y cómo se siente cada participante.



«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Después de la actividad, se puede reflexionar con preguntas como:

- ¿Cómo se sintieron al ver o vivir la experiencia?
- ¿Qué sintieron los que no podían expresarse o moverse con libertad?

Existen diferentes maneras de comunicar lo que sentimos o lo que estamos viviendo. El ser humano, por naturaleza, tiene una asombrosa capacidad para adaptarse a su entorno y encontrar formas de expresar su interior, incluso, cuando las palabras no bastan. Cada dificultad o silencio, puede transformarse en un lenguaje distinto: una mirada, un gesto, una sonrisa, todo puede convertirse en una forma de decir “aquí estoy”, “esto siento”, “esto necesito”.

En la dinámica vimos que cada participante tenía una forma diferente de comunicarse y, aunque sus expresiones no eran iguales, todas buscaban lo mismo: conectar con los demás, hacerse entender, pedir algo, o simplemente lograr cumplir una acción. Y es que, en el fondo, todos deseamos ser comprendidos y acompañados.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Romanos 12,12-16 / Mateo 26, 39.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

La oración es uno de los lenguajes más grandes del corazón

A veces la hacemos con palabras, otras con silencios; a veces con cantos o simplemente con una mirada al cielo. La oración no siempre busca respuestas inmediatas, sino que nace del deseo sincero del alma por encontrarse con Dios, por sentir su presencia, por confiarle lo que no podemos decir a nadie más. Cuando aprendemos a escuchar y a expresar desde el corazón, descubrimos que Dios también tiene su propio lenguaje: el del amor, la paz y la esperanza. Él se comunica en lo sencillo, en lo cotidiano, en los pequeños gestos que muchas veces pasamos por alto. Y es ahí, en medio de nuestras limitaciones, donde se revela, con mayor claridad, su presencia: cuando dejamos que nuestra vida, con sus luces y sombras, se convierta también en una oración viva.

¿Cómo podemos alegrarnos en la esperanza hoy en día?

¿Cómo la esperanza puede mostrarnos la paciencia?



Estas preguntas no son solo teóricas; son las que surgen en nuestro corazón cuando la vida nos pesa, cuando no entendemos lo que pasa o cuando las cosas no salen como esperábamos. En esos momentos de incertidumbre, nuestra fe tambalea y sentimos que Dios está lejos. Lo cierto es que, es en esos momentos, cuando la esperanza se vuelve más real, cuando nos sostiene incluso sin entender cómo.

Romanos 12,12, nos recuerda tres actitudes que se complementan: esperanza, paciencia y oración. La esperanza nos invita a mirar hacia adelante, a creer que Dios sigue obrando, aunque no lo veamos; la paciencia nos enseña a esperar sin desesperar, y la oración nos mantiene unidos al corazón de Dios.

En el Evangelio de Mateo, el testimonio es que Jesús mismo vivió un momento de profunda oscuridad en Getsemaní. Él sabía lo que se acercaba: el sufrimiento, la cruz, el abandono. En su humanidad, sintió miedo y dolor; tanto que pidió al Padre que apartara de Él, aquel cáliz, sin embargo, lo más importante de esa oración no fue su petición, sino su entrega:

“No sea como yo quiero, sino como quieres tú.”

Esa frase habla de una de las mayores lecciones de fe. Jesús no se resigna abandonar su misión, sino que confía activamente: se abandona en el amor de su Padre, sabiendo que su voluntad no destruye, sino que salva.

Cuando decimos “que se haga tu voluntad”, no estamos renunciando a nuestros sueños o deseos en nuestra vida si no estamos diciendo: “Dios, confío en que tus planes son mejores que los míos.”

Es aceptar que, aunque hoy no entendamos, Él sigue escribiendo nuestra historia con amor. A veces la voluntad de Dios no es lo que esperábamos, por lo contrario, siempre es lo que más necesitamos para crecer, sanar o volver a empezar. Alegrarse en la esperanza no significa estar siempre felices, sino saber que incluso en medio del dolor hay un propósito. La paciencia nace cuando confiamos en que Dios no llega tarde, sino a tiempo; y la oración es ese puente que nos mantiene conectados a su presencia, aunque el silencio parezca largo.

«COMPROMISO»

MATERIALES:

- Imagen grande o lona del Corazón de Jesús (Puede ser proyectado)
- Un corazón de tamaño media carta (uno por participante)
- Plumas o lápices
- Cinta adhesiva
- Equipo de sonido
- Corazón de Jesús (uno por participante)



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

DESARROLLO:

El Señor descubrió que abandonarse al Padre era el acto más grande de amor, el gesto más profundo de confianza. Hoy, Jesús nos invita a hacer lo mismo: a poner en su corazón todo lo que somos, nuestros anhelos, sueños, proyectos, dificultades o enfermedades, para que, conforme a su voluntad, Él nos muestre sus caminos.

Invita a los jóvenes a cerrar los ojos y respirar profundamente tres veces. En la tercera respiración, antes de exhalar, pídeles que lleven sus manos al corazón. De fondo, coloca el sonido de un latido de corazón.

“Escucha tu corazón... late. Jesús también late. Tu latir se une al de Él, al del que decidió amarte hasta el final. Deja que ese latido te recuerde que su voluntad es amor, y que en su corazón hay espacio para ti.”

En este momento, invítalos a tomar una hoja y escribir en ella una oración, un deseo, una situación o un sueño que quieran colocar en el Corazón de Jesús. Puede ser algo que los preocupa, que anhelan o que desean poner en sus manos. Mientras escriben, mantén un ambiente de silencio y coloca de fondo el canto



CANTO

Latidos / Cristóbal Fones.

<https://open.spotify.com/intles/track/0dRBQnb5QWeAshic4tvsZy?si=658df4973a6e4457>

Cuando terminen, pídeles que, en silencio y con respeto, pasen al frente y coloquen su hoja dentro del gran Corazón de Jesús. Que lo hagan con calma, escuchando el canto, dejando que ese gesto sea una entrega real.

Una vez que todos hayan pasado, invita a los jóvenes a volver a su lugar, permanecer de pie y escuchar nuevamente el latido del corazón.

“Has puesto tu petición en el Corazón de Jesús. Él la ha recibido con amor. No te pide nada a cambio, solo que confíes en Él y le entregues las riendas de tu vida. Que tu oración sea el puente que une tu corazón con el suyo.”



«ORACIÓN»

Señor Jesús, hoy quiero poner mi vida en tu corazón.
Que cada uno de mis latidos se unan a los tuyos, para amarte y seguirte con fidelidad. Te entrego mis sueños, mis miedos y mis proyectos.
Toma todo lo que soy, todo lo que tengo, y haz de mí lo que Tú quieras.
Enséñame a confiar, incluso cuando no entiendo lo que pasa y ser capaz de decir como tú: “Padre, no se haga mi voluntad, sino la tuya.”
Que mi corazón aprenda a latir al ritmo del tuyo, lleno de amor, fe y esperanza.
Amén.

Para sellar este momento, reproduce el video



VIDEO DE YOUTUBE: Getsemaní

CANAL DE YOU TUBE: Kairós

Enlace: https://youtu.be/nYHKYoHUE34?si=G_tUNU_M1DWethCn

Y mientras suena, reparte a cada joven un pequeño Corazón de Jesús. Este corazón será un recordatorio de que su vida late junto a la de Cristo. ANEXO

ANEXO 1



ANEXO 2: Corazón gigante





SEGUNDA CATEQUESIS DE JUEVES SANTO "EL AMOR QUE TRANSFORMA TODO"

«OBJETIVO»

Guiar a los adolescentes a experimentar el amor de Cristo, siguiendo el ejemplo de Jesús, para que aprendan a amar auténticamente convirtiéndose en signos de esperanza y testigos vivos del mandamiento del amor.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

DINÁMICA: El reloj

OBJETIVO: Fortalecer en los adolescentes el reconocimiento y la expresión de sus formas de amor, para descubrir la diversidad de afectos y generar vínculos de empatía y conexión auténtica.

MATERIALES:

- Corazones de papel (uno por participante)
- Bolígrafos o marcadores
- Alfileres o cinta adhesiva
- Reloj o cronómetro

Entregar a cada participante un corazón de papel y un bolígrafo.

Indicar que deben escribir en él lo siguiente:

1. Su nombre.
2. La persona que más aman.
3. La comida que más aman.
4. Lo que más aman hacer.
5. El objeto que más aman.
6. Una manera de expresar su amor

INDICACIONES:

- Dar unos minutos para completar el corazón.
- Pedir a los participantes que formen parejas (dos personas frente a frente). Se pueden organizar en forma de círculo.
- Explicar que tendrán 1 o 2 minutos para compartir con su pareja lo que escribieron en su corazón.
- Animar a que escuchen con atención y sin interrumpir.



Al sonar el aviso (se puede usar una campanita o simplemente decir “¡Cambio!”), cada participante se mueve una posición para formar una nueva pareja. Vuelven a compartir lo que escribieron. Repetir este proceso varias veces de 4 a 6 rondas, según el tiempo.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Los participantes se reúnen para reflexionar.

¿Qué descubrieron sobre ustedes mismos o sobre los demás?

¿Les sorprendió escuchar alguna respuesta?

¿Qué aprendieron sobre las distintas formas de amor?

Después de compartir en parejas, algo profundo ha ocurrido: nos hemos asomado al corazón del otro. No desde lo espectacular, sino desde lo cotidiano. Al hablar de lo que amamos —una persona, una comida, una actividad, un objeto, una forma de expresar cariño— hemos descubierto que el amor no tiene una sola forma ni una sola dirección.

Algunas respuestas nos sorprendieron. Otras nos hicieron sonreír. Algunas nos conectaron con recuerdos, otras con sueños. Pero todas nos mostraron que el amor está presente en nuestras vidas de maneras diversas y válidas.

¿Qué descubrimos?

- Que el amor no siempre se dice con palabras, pero sí se vive en gestos, elecciones y memorias.
- Que cada persona tiene una forma única de amar, y eso enriquece nuestro corazón
- Que, incluso en lo más sencillo, como una comida favorita o un objeto especial, puede conectarnos y generar vínculos, historias y afectos.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Juan 13, 34-35.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

En la adolescencia, el amor parece urgente, dramático, absoluto... pero fugaz. Se dice “para siempre” con los labios, mientras el corazón aún no se da cuenta de lo que significa. El amor se transforma en deseo de atención, en miedo a la soledad, en necesidad de pertenecer.

Jesús, en cambio, ama de otra forma. Su amor no depende del momento, del sentimiento, ni de la respuesta del otro.

La diferencia es clara: Jesús ama con eternidad.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Mientras que el “amor” humano muchas veces exige y calcula, Cristo se entrega sin medida, ese amor que Jesús nos profesa es la fortaleza para seguir aún con las adversidades del camino, porque teniendo la certeza de un amor incondicional, dejamos ese vacío de la incertidumbre.

En ese amor nace también la verdadera esperanza. No una ilusión romántica, ni una promesa vacía. En la encíclica *Spe Salvi*, el Papa Benedicto XVI afirma con claridad que: *“Cuando uno experimenta un gran amor en su vida, se trata de un momento de redención que da un nuevo sentido a su existencia. Pero muy pronto se da cuenta también de que el Amor que se ha dado, por sí solo, no soluciona el problema de su vida”* (Spe Salvi, 26)

El corazón humano, en lo profundo, no busca placeres pasajeros ni afectos temporales. Busca un amor que no mienta, que no abandone, que no huya. Un amor que no teme entregarse del todo. Ese amor, no puede venir de otro ser humano limitado, sólo puede venir de Dios.

“La verdadera, gran esperanza del hombre, que resiste a pesar de todas las desilusiones, sólo puede ser Dios: el Dios que nos ha amado y que nos sigue amando ‘hasta el extremo’, hasta la entrega total.” (Spe Salvi, 27)

Ese “hasta el extremo” no es una metáfora, es una cruz, es una vida entregada, es Jesús amando sin medida, incluso a todos nosotros que alguna vez nos desviamos del camino. Y en el jueves santo recordamos no solo esa entrega sino también el mandamiento que nos dio: “Ámense los unos a los otros como yo los he amado”.

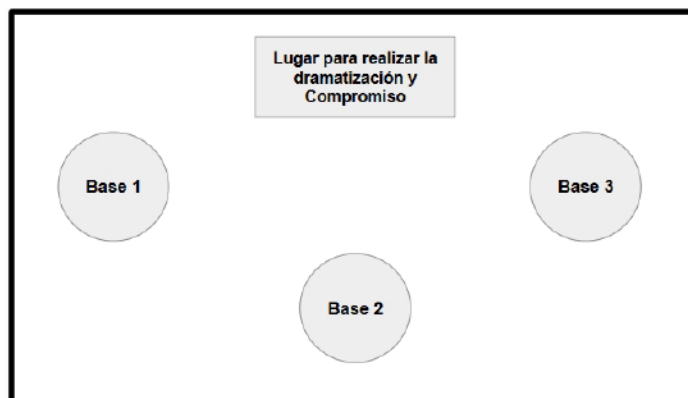
A veces, nos acostumbramos a la idea de un amor “fácil”, que es amar solo a lo que te beneficia, sin reflexionar más allá si nos sentimos llenos con esa idea.

El amor de Cristo atraviesa la muerte y sigue vivo, no se agota, no retrocede, no necesita ser correspondido para seguir dándose, porque es un amor incondicional. Amar como Jesús no es fácil, pero es el único camino verdadero hacia el amor, que es la base de la esperanza que no decepciona.

«COMPROMISO»

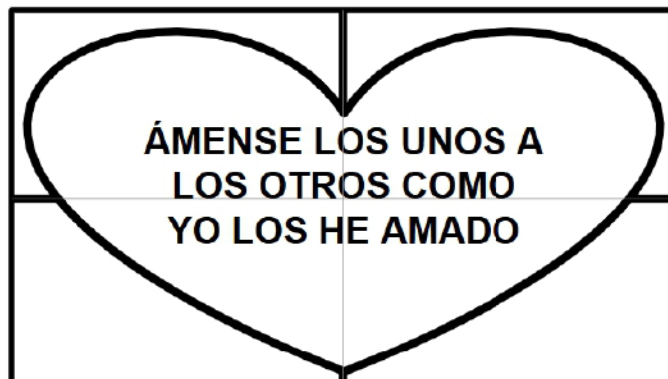
DINAMICA: Aprendiendo a amar

Se realizará un rally de 4 estaciones en el que cada base representará un momento en el que Jesús expresó su amor, por medio de la lectura y representación de citas bíblicas. Cada base está especificada en la tabla que se muestra más adelante y la recomendación en los tiempos, materiales propuestos, actividad/dinámica y reflexión de la palabra con relación a la actividad realizada. Para este rally pueden usar la siguiente imagen como referencia, para poner cada una de las estaciones y el momento del compromiso. Recuerda que, lo puedes adaptar según el espacio con el que cuentes.



Para la realización de este rally es fundamental colocar un cartel que sea visible en cada estación con la frase relacionada a la actividad correspondiente. Al llegar al compromiso, todos los carteles utilizados, deberán reunirse para formar un gran rectángulo. Finalmente, durante el momento del compromiso, con los carteles ya unidos, se volteará para formar un corazón con la frase: **“Ámense los unos a los otros como yo los he amado”**, tal como se muestra en la imagen de ejemplo:

Cartel de base 1: Confía en mí, amigo	Cartel de base 2: Hagan lo que Él les diga
Cartel de base 3: Dejen que los niños se acerquen a mí	Cartel de reflexión/compromiso: Lo único que necesitas es amor.



MATERIALES:

- Escenografía (especificado en la tabla 1)
- Material para cada base (especificado en la tabla 1)
- Pequeños corazones de papel
- Equipo de sonido
- Lapiceros
- Hojas con preguntas (especificado en la reflexión)
- Seguritos
- 4 cartulinas para los carteles de las bases.



INICIO/MOTIVACIÓN

1. Se pondrán bases con escenografía de acuerdo con el pasaje bíblico que se va a representar. Esto es opcional, si deciden usarlo pueden disponer de imágenes impresas u objetos característicos de la cita bíblica a reflexionar para ambientar el espacio.
2. Se formarán cuatro equipos entre los participantes. Para formar dichos equipos te recomendamos las siguientes actividades, pueden elegir la que más se adapte a sus tiempos:
 - Enumerar a los participantes del uno al cuatro y cada número es un equipo.
 - Asignar cuatro colores distintos a cada participante
3. Deben tomar en cuenta que el tiempo del rally se debe cronometrar. Cada base tiene un tiempo establecido (10 minutos) repartido entre la dinámica y la profundización de la palabra. Al cumplir los tiempos establecidos, se puede tocar una campana, poner un sonido especial o hacer cualquier otra señal para indicar que el tiempo se cumplió.

Tabla 1

BASE	VIVENCIA
Base 1: El amor de Jesús hacia sus amigos	NOMBRE: “El amor es amistad” MATERIAL: • Una cuerda FRASE DE CARTEL: “Confía en mí, amigo” TIEMPO: 8 minutos DINAMICA: Amarra una cuerda de una base fija, de modo que quede en una línea recta, debe estar por encima del piso (aproximadamente a la cintura de una persona). Todos los participantes del equipo se deben organizar para pasar a todos por encima de la cuerda sin tocarla, si se toca, deben comenzar de nuevo. Si lo logran, el equipo entero grita: “¡Servir con alegría, ayudar con amor!” Puedes cronometrar el tiempo que les darás, e incluso, si el tiempo lo permite, realizar dos rondas. Tiempo de profundización: 2 minutos PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA: Se lee “Ya no los llamo siervos, porque el siervo no sabe lo que hace su señor; los he llamado amigos, porque todo lo que oí de mi Padre se los he dado a conocer.” Juan 15, 15 “Ustedes me llaman Maestro y Señor, y dicen bien, porque lo soy. Pues si yo, el Señor y el Maestro, les he lavado los pies, también ustedes deben lavarse los pies unos a otros. Les he dado ejemplo, para que también ustedes hagan como yo he hecho con ustedes.” Juan 13, 13-15 Se les hace las siguientes preguntas y se les pide que la reflexionen en silencio ¿Qué se siente confiar? ¿Qué significa ser amigo de Jesús? ¿Te sentiste ayudado por tus amigos? Cierre: “El amor verdadero también es servicio.”



Base 2: El amor de Jesús hacia su madre	NOMBRE: “El amor obedece con alegría” FRASE DEL CARTÉL: “Hagan lo que Él les diga” DINÁMICA: Constelaciones. Se acomodan los participantes en un círculo tomados de las manos. En esta dinámica los participantes deberán formar la figura que el animador diga El animador irá dando órdenes rápidas para formar constelaciones (formas) Cada orden debe indicar la cantidad de personas y la forma. Ejemplo: “¡Constelaciones de 3 personas en triángulo!” “¡Constelaciones de 5 personas en línea!” “¡Constelaciones de 6 personas en forma de estrella!” “¡Constelaciones de 8 personas en espiral!” Dependerá del tamaño de cada equipo Animador, para finalizar la dinámica se dice “Ahora formemos la constelación más grande y hermosa de todas ¡Constelación de corazón todos juntos! Así como en las constelaciones cada estrella brilla y forma una figura hermosa, nosotros también formamos algo grande y bello cuando obedecemos y ayudamos con amor. En las Bodas de Caná, Jesús siendo Dios obedeció a su madre por amor. Tiempo de profundización: 2 minutos PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA: Reflexión: Amar es obedecer y ayudar con alegría. Leer Bodas de Caná (Juan 2,1-11) ¿Qué pasa cuando obedecemos con amor? ¿Qué cambia cuando hago algo con alegría en lugar de hacerlo por obligación? “El amor convierte lo simple en milagro.”
Base. 3: El amor de Jesús hacia Dios padre	NOMBRE: “El amor busca comprender y cumplir la misión” MATERIALES: ● Seis a ocho fragmentos de una cita bíblica escrita en tiras de papel (Lucas 2,49) ● Cinta adhesiva ● Cronómetro (para cronometrar el tiempo de búsqueda) FRASE DEL CARTÉL: Amar es querer comprender la voluntad de Dios Tiempo de dinámica: 8 minutos DINÁMICA: El animador dice “Jesús amaba tanto al Padre que quiso conocerlo más. A veces amar implica buscar entender lo que Dios quiere de nosotros.” Instrucciones: Los jóvenes deben buscar por el área las tiras escondidas (puedes pegarlas en paredes, debajo de sillas, o darlas como pistas). Cuando las encuentran, deben ordenarlas correctamente para formar la cita bíblica. Una vez lograda, gritan: “¡Encontramos la palabra del Padre!”



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

	Tiempo de profundización: 2 minutos PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA: Reflexión: Amar es querer comprender la voluntad de Dios y cumplirla, aunque otros no lo entiendan. <i>"¿Por qué me buscáis? ¿No sabíais que en los negocios de mi Padre me es necesario estar?"</i> Lucas 2, 49.
Base 4: El amor de Jesús hacia los niños	NOMBRE: "El amor acoge" MATERIALES: • Aro grande o cuerda FRASE DEL CARTÉL: "Dejen que los niños se acerquen a mí" Tiempo de dinámica: 8 minutos DINÁMICA: El animador comienza diciendo "Jesús rompió las reglas de su tiempo para abrazar a los pequeños. Él enseña que todos somos importantes." Los participantes deben pasar todos dentro del aro o cuerda sin soltarse de las manos. Si lo logran, el grupo entero grita: "¡Jesús nos acoge a todos!" Puedes hacerlo en dos rondas, reduciendo el tiempo o el tamaño del aro. Tiempo de profundización: 2 minutos PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA: Amar es acoger sin excluir a nadie. Lean la cita bíblica "Jesús y los niños" (Marcos 10,13-16) Dialoguen sobre la pregunta ¿A quién cuesta incluir en nuestro grupo o escuela? Concluye: El amor no cierra puertas, las abre. Tal como lo menciona el Papa Francisco a los jóvenes en Portugal durante la Jornada Mundial de la Juventud 2023 "En la Iglesia hay espacio para TODOS, TODOS, TODOS."

DINÁMICA: "El mandamiento del amor"

"Amar es darse completamente, así como Jesús nos enseñó"

NOTA: Para la última dinámica, es importante que todos los integrantes de la Pascua la vivan juntos. Es decir, cuando todos terminen la cuarta estación, pidan que vayan al salón o al punto principal donde se encuentren, para ver la representación y hacer el cierre, es importante que los adolescentes estén acomodados, de manera que tengan buena visibilidad.



MATERIALES:

- Una mesa.
- Mantel blanco.
- Un pan (o panecillo grande).
- Una copa.
- Una túnica o prenda clara para Jesús.
- 12 túnicas o mantos para “discípulos” de varios colores.
- Luz tenue o velas simuladas (opcional, ambiente íntimo).
- Carteles de las frases de las estaciones anteriores (para armar el cuadro final).
- Cartulina roja (pieza central con corazón).
- Micrófono.
- Hojas con preguntas.

FRASE DEL CARTÉL: Lo único que necesitas es amor.

Para esta actividad se necesitarán cinco personas que representarán la siguiente escena:

Personajes:

- Jesús (voz serena y firme).
- Juan— cercano a Jesús, escucha con atención.
- Pedro-impulsivo, curioso, hace preguntas.
- Andrés— reflexivo.
- Narrador/a — introduce y concluye (puede ser el encargado/a del tema)

(Música suave. Los discípulos están sentados alrededor de la mesa; Jesús al centro con la copa y el pan frente a él. El narrador se coloca al costado.)



CANTO

Ubi caritas/ Taizé

<https://open.spotify.com/intl-es/track/0tyuFpDQqlbyj2oWZCgmqJ?si=d285cbab2b9a417b>

NARRADOR: (voz tranquila, pausada) Estamos en la Última Cena. Jesús sabe que su hora ha llegado. Sus amigos lo rodean. (En este momento tan íntimo, les revela el corazón de todo su mensaje: el mandamiento del amor)

JESÚS: (levanta la mirada con ternura) Como el Padre me ha amado, así también los he amado yo. Permanezcan en mi amor.

(Hace una pausa y mira a cada discípulo) Si guardan mis mandamientos, permanecerán en mi amor, así como yo he guardado los mandamientos de mi Padre y permanezco en su amor.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

JUAN: (con voz suave) Señor, ¿cómo podemos permanecer en tu amor si tú ya no estarás con nosotros?

JESÚS: (sonríe, tocando su hombro) Mi amor no se va. Permanece en cada uno de ustedes si aman como yo los he amado.

PEDRO: ¿Y eso nos bastará, Maestro? ¿Nos dará fuerza cuando tengamos miedo?

JESÚS: (Con voz firme y cálida) Les he dicho esto para que mi alegría esté en ustedes, y su alegría sea plena.

ANDRÉS: (Serenamente, mirando a los demás) Entonces, ¿Cuál es el mandamiento que debemos guardar sobre todos los demás?

JESÚS: (Levanta las manos lentamente y con solemnidad dice) Este es mi mandamiento: que se amen los unos a los otros como yo los he amado.

(Pausa. Jesús mira al grupo con ternura. Los discípulos se miran entre sí con emoción.)

(Silencio breve. Jesús une sus manos.)

NARRADOR: En esa noche, Jesús nos entregó un gran mandamiento. No fue una orden, sino una invitación: a permanecer en su amor, a vivirlo, y a hacer que otros lo conozcan a través de nosotros.

JESÚS: “Como el Padre me ha amado, así también los he amado yo; permanezcan en mi amor. Si guardan mis mandamientos, permanecerán en mi amor, así como yo he guardado los mandamientos de mi Padre y permanezco en su amor. Les he dicho esto para que mi alegría esté en ustedes, y su alegría sea plena.

Este es mi mandamiento: que se amen los unos a los otros como yo los he amado.”

— *(Juan 15, 9-12)*

Fin

Al final de la representación de la última base se guiará la reflexión final:

A lo largo de este rally, hemos visto distintas formas de amar, ¿recuerdan?”

- En la estación 1, Que el amor es amistad.
- En la estación 2, Que el amor obedece
- En la estación 3, aprendimos que el amor busca comprender.
- En la estación 4, Que el amor acoge e incluye

Ahora, en esta última estación, entendemos que, todo eso solo tiene sentido cuando permanecemos en el amor de Jesús, porque Él es la fuente. Permanecer en su amor no significa quedarnos quietos, sino vivirlo todos los días: obedecer, servir, perdonar, ser pacientes, alegrarnos con los demás. Amar como Jesús nos amó es seguir el ejemplo de su vida entera: cuando buscó la voluntad del Padre, cuando obedeció a María, cuando acogió a los niños, cuando sirvió a los pobres, cuando llamó amigos a sus discípulos, y cuando entregó su vida por todos.



Cada una de esas formas de amar está representada en las estaciones de este rally. Ahora, vamos a unir las para descubrir lo que forman juntas. *(Los grupos traen los carteles de sus estaciones y los colocan en el suelo o sobre una base, alrededor del corazón central. Al unirlos, forman una cruz.)*

Cada frase fue una forma de amar. Pero unidas forman la cruz, el signo del amor más grande. *(Cuenta regresiva:)*

Ahora, todos juntos, vamos a voltear las piezas para descubrir el mensaje completo.

Tres... dos... uno... *(Se voltean las piezas; aparece la frase completa:)*

“ÁMENSE LOS UNOS A LOS OTROS COMO YO LOS HE AMADO.”

Ese es el mandato que une todas las piezas. No es solo una frase bonita: es el plan de vida. ¿Qué te queda de esto? Qué el amor que hemos vivido nos acompañe; que podamos amar con actos, con el dar y con la escucha.

El llamado al servicio y al amor
Entender la manera de amar de Jesús

Ahora se les entregan las hojas con las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo te gustaría amar más como Jesús en tu vida diaria?
2. ¿A quién conoces que necesita un poco más de amor o atención de tu parte?
3. ¿Cómo puedes demostrar amor a alguien que no te cae bien o que te cuesta tratar?
4. ¿Qué aprendiste hoy sobre el amor auténtico que no sabías o no habías pensado antes?
5. Si Jesús estuviera en tu escuela o casa hoy, ¿qué haría diferente? ¿Y tú?
6. ¿Crees que Jesús te ama también?

(Las respuestas se pueden entregar en la hora santa)

Después de contestar las preguntas escribirán su compromiso en el corazón de papel anotando la frase “Esta semana, amaré como Jesús amó...” y lo portarán en el pecho como símbolo de que han aprendido una nueva forma de amar, la forma en que Jesús amó.



El animador leerá la siguiente oración representando la voz de Jesús.

Ven, joven, no necesitas palabras perfectas, solo un corazón dispuesto. Yo conozco lo que hay dentro de ti: tus deseos, tus dudas, tus heridas, y también ese anhelo profundo de amar y ser amado.

Hoy te invito a entregarme tu forma de amar. Ese amor que a veces se confunde entre emociones, prisas o miedos. Yo no vengo a juzgarlo, vengo a transformarlo. Para darte una nueva esperanza, una que nace del amor, una que nunca defrauda. Recuerda el mandamiento que te di: 'Ámense como Yo los he amado'.

Amar como Yo, es entregarse, es perdonar, es tener esperanza.
Pon tu corazón en mis manos. Aquí, en mi presencia.

(Se deja un pequeño momento de reflexión)

Yo quiero escucharte yo que siempre estoy de tu lado dime que es lo que te impide amar, yo quiero que te sientas amado por mí, porque yo los ame ese jueves santo, el día en que les di el mandamiento, los sigo amando ahora y hasta el extremo, por eso les di una nueva esperanza, una nueva vida en el amor.

(Momento de reflexión)

Aun cuando no te dabas cuenta, yo ya te amaba. Aun en tus errores, aun cuando sientes que estás sin camino.

Agradece ese amor que te ha sostenido en los momentos oscuros, esa esperanza que no se apagó, incluso cuando pensaste que no podías más. Agradece la capacidad de amar que Él puso en tu corazón, aunque a veces no sepas cómo usarla.

Dile al padre: "Gracias, por enseñarme que el amor no es solo un sentimiento, sino una elección que transforma. Gracias por mostrarme, en Jesús, un amor que no se cansa, que perdona, que espera. Gracias que hoy he aprendido cómo amar"

Hoy, joven, entrega tu forma de amar como una ofrenda y agradece.

Amén

Ahora cierra tus ojos, escucha el canto y mientras que lo escuchas reflexiona lo que acabamos de vivir



VIDEO DE YOUTUBE: Por amor - yuli y josh - música católica.

CANAL DE YOUTUBE: Yuli y Josh

Enlace: <https://youtu.be/-qLhU9KIY1c?si=G5ErHQZB7I7N8M8J>



TERCERA CATEQUESIS DE JUEVES SANTO "CONFIAR PARA SANAR"

«OBJETIVO»

Animar a los adolescentes a combatir la indiferencia mediante un sí a Cristo, por medio de un proceso de entrega y de servicio para que, mediante esos signos, logren vencer sus miedos y así ayuden a su prójimo a vencer los suyos.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

OBJETIVO: Reconocer los miedos e inseguridades de los adolescentes mediante una dinámica vivencial, para fomentar confianza y valentía en su superación

MATERIALES:

- Proyector
- Mesa
- Bocina
- Paliacate o pañuelo
- Gis
- Lista de miedos o inseguridades de los adolescentes

Introducir al adolescente a un ambiente de confianza en el que comience a tener una introspección de sí mismo conociendo sus miedos y aflicciones, para ello se les invita a ver el siguiente video:



VIDEO DE YOUTUBE: Disney-Pixar "PIPER"

CANAL DE YOUTUBE: E4 IMAGINATION

Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=WIPV1iwzrzg>

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Posterior a este se profundizará el video comenzando con algunas preguntas como:

- ¿Qué es el miedo o inseguridades?
- ¿Quién ha sentido miedo o inseguridad en tu vida?
- ¿Qué tipo de miedos o inseguridades has sentido?
- ¿Cuántas veces el miedo nos detiene a hacer algo?



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Ahora se realizará una dinámica en la que el adolescente tendrá que escuchar algunos miedos e inseguridades comunes y no tan comunes en los adolescentes, por lo que deberá pararse en línea y posteriormente se vendará los ojos para que reaccione dando un paso cada que se sienta identificado con los miedos o inseguridades que se mencionan.

Después de la dinámica, se quitarán la venda y se sentarán a reflexionar las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te sentiste cuando mencionan tu miedo o inseguridad?
- ¿En qué pensaste mientras daba el paso?
- ¿En qué pensaste cuando mencionan tu miedo o inseguridad?
- ¿Cómo te sentiste al quitarte la venda y descubrir la posición en la que quedaste?
- ¿Descubriste algún nuevo miedo que no sabías que tenías?

A lo largo de nuestra vida, vamos generando u obteniendo miedos e inseguridades a causa de los problemas que nos encontramos en el camino, incluso muchas veces algunos de ellos ni siquiera sabíamos que los teníamos, sin embargo, reconocerlos en nuestra vida es el primer paso a la superación de ellos, y esto lo podemos lograr soltándolos y compartiéndolo a alguien que también fue capaz de entender cómo nos llegamos a sentir en nuestros peores momentos de desesperación, angustia y temor.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Mateo 26, 36-45.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Jesús, aunque es el Hijo de Dios, no fue alguien ajeno a lo que sentimos, en el huerto de Getsemaní, antes de su pasión, experimentó una tristeza tan honda que le dijo a Pedro, Santiago y Juan: “Mi alma está triste hasta el punto de morir”. Tuvo miedo, un miedo real y profundo, como el que cualquiera de nosotros puede sentir ante algo que nos sobrepasa. Y al mostrarlo, nos enseña que no hay nada malo en sentirse abrumado, cansado o asustado; eso forma parte del ser humano.

No se guardó nada. Llevó a sus tres amigos más cercanos, les abrió su corazón, les confesó su angustia y les pidió que se quedaran con él, que velaran y oraran. Quería compañía. Aunque los discípulos, agotados, se durmieron y no estuvieron a la altura, Jesús nos recuerda que no tenemos que enfrentar



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

solos el peso del miedo o del dolor. Hablar con alguien de confianza como un amigo, un familiar o llevarlo todo a Dios en oración puede aligerar la carga y hacernos sentir acompañados.



Y sí, a veces pasa que ni siquiera quienes más queremos nos entienden. Los apóstoles fallaron esa noche. Estaban cerca, pero no vieron la profundidad del sufrimiento de Jesús. Nos pasa: cuando estamos ocupados, cansados o centrados en nosotros mismos, podemos pasar por alto a quien necesita nuestro apoyo. Por eso Jesús insiste: “Velen y oren”. Nos invita a estar atentos, a mirar alrededor. Un mensaje, un abrazo, una llamada, escuchar sin interrumpir, gestos pequeños que pueden marcar una gran diferencia en la vida de alguien que sufre.

Jesús no escondió su miedo ni siquiera ante Dios. Oró con intensidad: “Padre, si es posible, aparta de mí este cáliz”. Nadie en su sano juicio quiere sufrir. Todos hemos deseado evitar una situación difícil: un conflicto familiar, una conversación incómoda, una decisión que asusta. Pero Jesús no se quedó en el deseo de huir. Volvió a orar, una y otra vez, hasta que pudo decir: “No se haga mi voluntad, sino la tuya”. Vencer el miedo no es algo que ocurre de golpe; requiere insistencia, diálogo con Dios, reflexión y pasos pequeños, aunque el corazón lata fuerte.

Al final, Jesús se levantó, aceptó su misión y se entregó por completo. Su amor por la humanidad fue más grande que su temor. Ese amor lo llevó a la cruz y lo convirtió en nuestra esperanza. Y nos desafía a nosotros: ¿cómo vivimos por los demás, aunque nos cueste? Defender a quien es tratado injustamente, estar con quien se siente solo, ser amable, aunque estemos inseguros. Cada vez que elegimos actuar por amor, el miedo pierde fuerza. Así, no solo lo superamos, sino que nos convertimos en signos de esperanza para quienes nos rodean.



CANTO

No estoy sola / Hermana Gela

https://open.spotify.com/track/2RsFuKAEvl6IK9LWRv46IS?si=5rZpDZuBTiK7_NqcFSv7fQ

«COMPROMISO»

DINÁMICA: Gotas y toallitas

MATERIALES:

- Papeles en forma de gota de agua (1 por integrante)
- Toallitas húmedas (1 por persona)
- Materiales para realizar una fogata
- Cirio Grande
- Cruz

#PASOS
Que Inspiran



INICIO / MOTIVACIÓN:

1.- Se reparten a los adolescentes los papeles (1 por adolescente) en forma de gotas de agua y una toallita húmeda.

DESARROLLO / VIVENCIA:

Anteriormente recordaron sus miedos, preocupaciones, angustias e inseguridades, incluso descubrieron varios nuevos que tal vez no sabían que tenían. Ahora, es necesario que no solo lo tengan en sus mentes, si no también, deben plasmarlo en un lugar en el que puedan observarlos. Por lo que en los papelitos que les dimos, anotarán esos miedos que conocían y aquellos que descubrieron en este tiempo.

Se les invita a los adolescentes que escribirán sus miedos, preocupaciones, angustias e inseguridades en los papeles que se les entregaron mientras que se repite la siguiente canción:



CANTO

No estás solo / Fruto del Madero

<https://open.spotify.com/track/5tb0zDdE7iEd4S4pFGzA9i?si=E3do5x78ToWTa0rtWNcGtA>

Recuerden todas esas veces que pudieron sentir algún miedo o limitación que no los dejó llevar a cabo una acción que debían de realizar que era muy importante, ese momento en donde el miedo los detuvo, donde fueron indiferentes con alguien más. ¿Qué es eso a lo que le temes tanto? ¿Qué pensaste cada una de las veces en las que pasabas por ese momento de angustia, desesperación, impotencia? ¿Cómo te sentiste en esos momentos en los que el miedo no te dejaba actuar? Piensa en todas esas cosas que en algún momento te hicieron sentir que ya no podías más, en ese momento o acción por la cual pasaste y te lastimó.

Se les invita a ver lo que anotaron en su papelito.

Ahora bien, así como Cristo, debemos de recordar que, en la entrega, también está el amor; y así como él decidió entregar sus miedos al Padre, así también ustedes entregarán sus miedos a alguien más, no tengan miedo, vergüenza o apatía en expresar sus preocupaciones, porque, así como expresamos nuestros pesares, también debemos de saber escuchar a los demás.

En estos momentos, te invito a que te acerques con otra persona para que puedas compartir lo que escribiste



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Ahora, con las toallitas que se les dieron, tomarán la mano de la persona que le contó sus problemas, y les dirán unas palabras de aliento, piensen en que les gustaría que les dijeran a ustedes si pasaran por una situación similar, y ayuden a su prójimo a apaciguar su miedo, su angustia, sus preocupaciones. Y como signo de que, así como Cristo nos ayuda en nuestros momentos más difíciles, le limpiarán sus manos para demostrar que en Cristo nuestros miedos, angustias, dolencias e inseguridades, son lavadas.

Se les invita a los chicos a realizar el signo de limpiar las manos y dar esas palabras de ayuda a sus hermanos. Mientras tanto, se colocará la fogata en un sitio en donde los chicos puedan pasar a la siguiente dinámica, en donde tendrá a sus lados un cirio y una cruz.

Ahora ese papelito, en donde están todos tus miedos y aquello que te pesa o te ha lastimado en algún momento. Lo vamos a quemar con el fuego del amor de Cristo, porque sólo en él podemos ser libres de todos esos miedos que no nos permiten actuar con firmeza y con esa paz que se necesita para ayudar a los demás. Por lo tanto, en la fogata que tenemos, echaremos todas esas cargas que hemos ido llevando desde hace tiempo.

Se les pide a los adolescentes que realicen una fila para que en orden puedan echar los papelitos a la fogata.

Mientras tanto se reproducirá la siguiente canción:



CANTO

Todo lo haces nuevo / Athenas

https://open.spotify.com/track/3GO8KPouUUNx1ZU0Zk3Sji?si=isPV55wyRd-uzG_Y9KQ4ZQ



«ORACIÓN»

Al tomar la iniciativa de dar el paso entregando sus miedos e inseguridades a Dios, les invitamos a los adolescentes a hacer un círculo alrededor de la fogata, tomando una posición cómoda pero respetuosa, ya que tendrás la oportunidad de hablar y orar con Dios.

En la adolescencia a veces es difícil expresar cómo te sientes, a veces, solo quieres evadir tus sentimientos y emociones, pero tus pensamientos se apoderan de tu mente. Hoy te invito a tener un momento de oración personal con Dios, pláticale como te sientes, tus preocupaciones y aflicciones, no necesitas hacerlo perfecto; solo necesitas abrir tu corazón.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Cierra tus ojos, respira profundo y piensa en todo aquello que te preocupa: tus miedos, tus inseguridades, lo que no te gusta de ti, lo que a veces te hace sentir que no puedes. Cuéntale todo lo que sientes (se recomienda poner el siguiente canto mientras se hace la oración)



CANTO

Sencillamente / Hakuna Group Music

<https://open.spotify.com/track/1t7i3ZQgjhU341l43ijW8?si=g2WILjM9RwCKmzr1D4KO2g>

Ahora imagina que Jesús está frente a ti, sonriendo, escuchándote con paciencia y amor. Él no te juzga, no te regaña. Solo te dice “No tengas miedo, yo estoy contigo”. Entrégale eso que te pesa, ponlo en sus manos y confía en que Él sabrá qué hacer con ello. Después agradécele, por la vida, por tu familia, tus amigos, por las personas que te hacen bien. Agradécele por todo lo que has aprendido, incluso de los momentos difíciles. Dile a Dios “Gracias por estar conmigo, incluso cuando más me siento solo”. Deja que su luz te llene, que su amor te renueve, que su paz te acompañe cada día.

Al terminar su oración personal con Dios, los invitamos a decir:

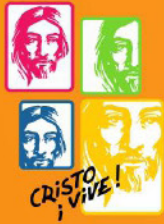
Señor,
a veces tengo miedo,
me siento inseguro y dudo de mí.
Pero hoy quiero dejar todo eso en tus manos.

Tú me conoces, sabes lo que guardo en mi corazón.
Enséñame a confiar en ti,
a creer que no estoy solo,
y que contigo puedo tener paz.

Llévate mis miedos,
llena mis vacíos con tu amor,
y ayúdame a ver que soy valioso tal como soy.

Gracias por estar conmigo siempre,
incluso cuando no te siento.
Confío en ti, Jesús.
Amén.

#PASOS
Que Inspiran



PASCUA 2026

con Él somos esperanza



VIERNES
santo

#PASOS
Que Inspiran



PRIMERA CATEQUESIS DE VIERNES SANTO "MARÍA, EJEMPLO DE RESILIENCIA"

«OBJETIVO»

Favorecer en los adolescentes una reflexión profunda por medio de los dolores de María a lo largo de su vida con Jesús, para que comprendan que el sufrimiento puede conducir a la recompensa.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

INDICACIONES:

Para este momento, se recomienda que el animador lea previamente el texto que aparece a continuación, con el propósito de compartirlo a los adolescentes en forma de charla, es importante evitar que ellos lo lean directamente.

Antes de iniciar, puede ofrecerse una breve introducción sobre la preocupante realidad que vive el país en torno a las desapariciones, así como un contexto general acerca de las madres buscadoras.

Durante la narración o el desarrollo de la charla, se sugiere proyectar imágenes o diapositivas relacionadas, con el fin de ilustrar visualmente la historia y favorecer una mayor conexión y comprensión por parte de los adolescentes.

¿Qué son las Madres buscadoras?

Son mujeres activistas mexicanas, que pueden ser madres, hermanas o familiares de personas desaparecidas, que se organizan para buscar a sus seres queridos desaparecidos o sus restos, ya que el Estado no ha podido o no ha querido hacerlo.

Realizan labores de rastreo en fosas clandestinas, hospitales y morgues, a pesar de los riesgos, la violencia y el desgaste emocional y físico que esto les atrae. Su trabajo busca obtener verdad, justicia y reparación del daño, e incluso han formado coaliciones y colectivos para visibilizar su lucha y exigir apoyo del estado.

La historia de una madre buscadora; un camino difícil y de resiliencia.

Cecilia Patricia Flores Armenta, mejor conocida como Ceci Flores, era madre de seis hijos, con una vida estable en Bahía de Kino, Sonora.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Todo cambió en 2015, cuando su hijo Alejandro Guadalupe Islas Flores desapareció el 30 de octubre en la localidad de Juan José Ríos, de camino a Los Mochis, Sinaloa. En 2019, desapareció su hijo Marco Antonio Saucedo Rocha en Bahía de Kino, Sonora y otro de sus hijos, Jesús Adrián, también fue llevado en ese episodio, pero luego fue liberado.

A raíz de la desaparición de su primer hijo, Ceci comenzó a buscar por su cuenta al ver la ineficiencia de las autoridades. Con el tiempo, convocó a otras madres en Sonora, y nació lo que hoy es el Colectivo Madres Buscadoras de Sonora. El colectivo no solo trabaja en Sonora: ha extendido su presencia a otros estados de México, respondiendo a invitaciones para buscar desaparecidos en diversos lugares.

Ceci ha enfrentado falta de apoyo institucional, impedimentos técnicos, amenazas de muerte y riesgos para su salud física y emocional. En varios hallazgos ha creído encontrar restos de sus hijos, pero los análisis de ADN han arrojado resultados negativos.

Ceci no ha cedido ante las dificultades, y muchos de sus esfuerzos han tenido impacto real:

- Ha movilizado a miles de madres buscadoras; se reporta que el colectivo tiene más de 3,000 madres involucradas hasta ahora.
- A la fecha del último recuento, el colectivo ha localizado más de 2,700 cuerpos en fosas clandestinas.
- También han logrado reencontrar con sus familias a alrededor de 2,400 personas vivas.
- En reconocimiento a su lucha, Ceci Flores fue nombrada como una de las 100 mujeres más influyentes del mundo por la BBC.
- Ha publicado un libro, “Madre Buscadora, crónica de la desesperación”, que ganó el premio “Libro del Año” en 2024, recuperando voces, memorias y el dolor de muchas personas afectadas por las desapariciones.

La historia de esta madre nos enseña cómo el dolor puede transformar a una persona e impactar en la vida de miles de personas.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

- Celulares con acceso a internet (si se utiliza Mentimeter).
- Papelitos y plumas (en caso de no usar la herramienta digital).
- Recipiente o canasta para recolectar los papelitos.
- Proyector o pantalla (para mostrar las respuestas o preguntas).

Indicaciones previas





PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Este momento busca ayudar a los adolescentes a reflexionar sobre los dolores personales y los de María, a través del testimonio de *Ceci* y del intercambio de experiencias personales.

Dependiendo de los recursos disponibles, se puede elegir entre dos modalidades:

- **Opción A: Uso de Mentimeter**

Si la mayoría de los adolescentes cuentan con un celular con acceso a datos o internet y se considera viable, se puede utilizar **Mentimeter**, una herramienta digital que permite responder preguntas de forma anónima desde el dispositivo móvil.

Mientras los jóvenes van contestando, una persona del equipo debe dirigir el momento, leyendo y comentando en voz alta las respuestas que aparecen en pantalla. Esta guía ayudará a conectar las respuestas con el tema del dolor, la fe y la esperanza.

Se puede proyectar cada pregunta en pantalla y permitir unos minutos para responder antes de comentar colectivamente las respuestas.

Cuestionamientos a realizar:

1. Define la vida de *Ceci* en una palabra.
2. Escribe los tres momentos o dolores más fuertes que lograste identificar en el camino y la vida de *Ceci*.
3. Escribe el o los momentos o dolores más tristes o difíciles que has vivido en tu propia vida.

- **Opción B: Dinámica con papelitos**

Si no se considera viable el uso de la herramienta digital, se puede realizar la misma dinámica de manera manual.

1. Se fórmula cada pregunta y se da un breve momento para que los adolescentes escriban sus respuestas en un papelito.
2. Los papelitos se depositan en un recipiente o canasta, los papelitos deben entregarse sin nombre.
3. Se reúnen los papelitos, se revuelven y reparten al azar entre los adolescentes, procurando que nadie reciba el suyo.
4. Se pide a algunos adolescentes que lean el papelito que les tocó y, de manera empática, den un consejo o mensaje de apoyo y esperanza para quien lo escribió.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Preguntas guía para la reflexión:

- ¿Qué harías tú en su lugar?
- ¿Cómo podría superar este momento de dificultad?
- ¿Qué mensaje de fe o esperanza podrías ofrecerle?

Cierre

Concluye resaltando que todos enfrentamos dolores y pérdidas, pero que Dios camina con nosotros en medio del sufrimiento y nos invita a ser esperanza y consuelo para los demás.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Juan 19, 17-30.

Este momento busca que los adolescentes vivan una experiencia del misterio de la cruz, reconociendo en la muerte de Jesús no sólo un acontecimiento histórico, sino también una pérdida cercana y significativa, como la que vive un amigo o un maestro muy amado.

Indicaciones previas

- Para este momento, se invita a los adolescentes a sentarse en el piso en una postura cómoda, procurando crear un ambiente de silencio y recogimiento, se puede dar a cada persona un pañuelo/ paliacate para que se cubra los ojos.
- El animador introduce brevemente el ejercicio, invitando a los adolescentes a imaginarse presentes en la escena de la crucifixión, mirando, sintiendo y acompañando a Jesús desde el corazón.
- Mientras la música suena suavemente de fondo, se les invita a vivir y reflexionar la lectura bajo la perspectiva de un discípulo, como si fueran uno de los Doce, acompañando a Jesús en su camino hacia la Cruz.
- Luego, se da lectura a la Palabra de Dios, armonizando el ambiente con la música y el silencio del grupo.





Recomendaciones para quien proclama la lectura bíblica:

- Dar la entonación adecuada y leer en voz alta, con claridad y pausa, para que el mensaje llegue profundamente a los adolescentes.
- Evitar leer de manera apresurada; permitir que cada palabra se escuche y se sienta.
- Mantener una actitud de oración y respeto durante todo el momento.

El tenista o animador deberá tener preparada la música instrumental relajante para propiciar un clima de paz y reflexión. Se recomienda utilizar el tema “Crucifixión” de la siguiente playlist:



CANTO

The passion of the Christ / Original Motion Picture Soundtrack

<https://www.youtube.com/watch?v=a8WLDflwc80>

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Reflexión personal:

¿Qué sentiste al ver que murió tu maestro?

Al ver que la persona en la que tu fe y esperanza estaba puesta era matado por sus enemigos. ¿En quién tenías tu esperanza?

Resiliencia:

La resiliencia es la capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse a ellas.

Las personas resilientes no solo son capaces de sobreponerse a las adversidades que les ha tocado vivir, sino que van un paso más allá y utilizan esas situaciones para crecer y desarrollar al máximo su potencial.

Para las personas resilientes no existe una vida dura, sino momentos difíciles. Comúnmente caminan con la sonrisa en los labios y ven la vida siempre bella, a pesar de las pruebas. Son esas personas que te contagian sus ganas de vivir.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Ser resiliente no significa no sufrir, sino aprender a transformar el dolor en fuerza, el miedo en esperanza y la caída en impulso para seguir adelante. La resiliencia nos enseña que incluso en medio de la oscuridad hay una luz que puede guiarnos: la fe, el amor, y la certeza de que Dios no abandona.

Dolor de María:

Ahora imagina el dolor de María, al ver al Hijo que dio a luz, que se le perdió, que vio crecer y predicar con sus discípulos, hacer milagros. ¿Qué pudo haber sentido María en ese momento? ¿Qué crees que pasó por su cabeza en ese instante?

Ella no solo fue madre, fue también una mujer profundamente resiliente. En cada lágrima, en cada silencio y en cada dolor, María mantuvo la confianza en el plan de Dios. Su fortaleza no nació de la ausencia de sufrimiento, sino de su fe inquebrantable y su amor sin medida.

Profundizar: El camino y resiliencia de María a través de sus siete dolores

Los 7 dolores de la Virgen María:

1. **La profecía de Simeón:** “Desde que escuché que una espada traspasaría mi alma, comprendí que mi Hijo sería signo de contradicción. Tú también puedes sentir que el dolor llega sin aviso, pero Dios camina contigo.”
2. **La huida a Egipto:** “Como madre, sentí el miedo del destierro, la incertidumbre de lo desconocido. Si hoy te sientes perdido, sin un lugar seguro, recuerda que Dios te protege incluso en la prueba.”
3. **La pérdida del niño Jesús en el Templo:** “Tres días sin encontrarlo... ¡Qué angustia! Tal vez tú también sientas que has perdido el sentido de tu vida. Búscalo con fe, y lo hallarás donde menos lo esperas.”
4. **El encuentro con Jesús en el Calvario:** “Vi su mirada cargada de dolor, pero también de amor. En tus sufrimientos, no caminas solo, porque Él va delante de ti.”
5. **La crucifixión y muerte de Jesús:** “Al verlo exhalar su último aliento, mi alma se quebró. Si sientes que todo está perdido, recuerda que la cruz no es el final, sino el inicio de la redención.”
6. **El cuerpo de Jesús es bajado de la cruz:** “Sostuve su cuerpo sin vida en mis brazos. Si has sentido la frialdad de la pérdida, yo te acompaño con mi amor de madre.”
7. **Jesús es sepultado:** “Lo vi desaparecer en la oscuridad de la tumba, pero mi fe me sostuvo. Cuando creas que todo está acabado, confía, porque la Resurrección está cerca.”



Podemos ver que la vida y el dolor de María nunca fueron fáciles, pero su recompensa fue la santidad y el cielo, siendo asunta en cuerpo y alma. Así como María, también nosotros podemos transformar el sufrimiento en ocasión de crecimiento, el dolor en camino de fe y la prueba en oportunidad de amor. La resiliencia de María nos enseña que no hay cruz que no conduzca a la luz, ni noche que no termine con el amanecer. No bajes la guardia, que Dios siempre está de tu lado; Él hace nuevas todas las cosas, incluso las que alguna vez te hicieron llorar.

«COMPROMISO»

INDICACIONES:

En este punto, dependiendo de la dinámica realizada durante la Profundización de la experiencia o motivación, se procederá de la siguiente manera:

- **Si se utilizó la Opción A (Mentimeter):**

Pide a los participantes que escriban en un papelito los momentos o dolores más tristes o difíciles que han vivido en su propia vida, sin poner su nombre.

Una vez que todos hayan terminado, invítalos a lanzar el papelito al aire y lejos de sí mismos, como un signo de soltar aquello que duele y dejarlo en manos de Dios.

Después, pide que cada persona tome al azar un papelito del suelo (procurando no tomar el propio).

- **Si se utilizó la Opción B (dinámica con papelitos):**

Pide a los adolescentes que vuelvan a leer el papelito que tomaron anteriormente, donde se compartían los dolores o momentos difíciles de alguno de sus compañeros.

DESARROLLO:

Invítalos a prepararse interiormente para escuchar el canto que sigue, con la intención de que su compromiso nazca desde la empatía y el amor hacia quienes sufren, al estilo de María. Motíuelos a contemplar cómo ella, incluso en medio del dolor, transmitió esperanza y fe en que siempre hay una luz al final del camino.

Durante este momento, se puede reproducir el siguiente canto para marcar el tiempo de reflexión y redacción del compromiso, ayudando a crear un ambiente de interioridad y serenidad.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Se les da a los adolescentes unos minutos para elaborar su compromiso personal en silencio y meditando el canto, recordándoles que este debe cumplir con tres características esenciales:

- **Exigente:** que implique un verdadero esfuerzo o reto personal.
- **Preciso:** que exprese claramente lo que se propone realizar.
- **Palpable:** que sea realista y posible de cumplir.



CANTO

María Tu Amor / Athenas

https://www.youtube.com/watch?v=WYw2vYy3XDM&list=RDWYw2vYy3XDM&start_radio=1

Como signo de este momento, se puede regalar a los adolescentes un rosario o un decenario, para que lo lleven siempre consigo como recordatorio de la oración a María.

Este signo invita también a que se comprometan a orar con frecuencia, poniendo en primer lugar las intenciones y necesidades del prójimo, siguiendo el ejemplo de María, que siempre intercede con amor por los demás



«ORACIÓN»

En este momento es importante transmitir a los adolescentes que la oración tiene un valor profundo, capaz de dar fortaleza y consuelo a las personas por quienes oramos. Se busca propiciar un ambiente de paz, silencio y serenidad interior, donde cada uno pueda encontrarse con Dios.



Ambientación sugerida

Para crear un espacio de recogimiento, se recomienda:

- Colocar una imagen de la Virgen María al centro o frente del grupo, preferiblemente una que refleje serenidad (por ejemplo, *Nuestra Señora de los Dolores* o *María al pie de la cruz*).
- Encender velas o luces suaves alrededor, simbolizando la presencia de Dios y la esperanza que nunca se apaga.
- Si es posible, disponer flores blancas o azules junto a la imagen, signo de pureza y consuelo.
- Mantener una iluminación tenue y poner de fondo música instrumental suave o mariana que acompañe el momento sin distraer.
- Invitar a los adolescentes a mantener silencio y respeto, favoreciendo un ambiente de oración compartida.

El tenista o animador guiará una oración comunitaria, pidiendo a Dios que nos conceda amor y empatía por el prójimo, así como luz y guía del Espíritu Santo para comprender y afrontar los momentos difíciles de la vida con resiliencia, siguiendo el ejemplo de María, mujer fuerte en la fe, que supo mantenerse firme y esperanzada incluso en medio del dolor.

Después de la oración, se ofrece un momento de silencio para que cada adolescente ore interiormente por los demás, especialmente por la persona cuya experiencia o dolor le tocó leer, aunque no la conozca, pidiendo a Dios que le dé fortaleza y esperanza.

Finalmente, se les invita a que, si aún no saben rezar el rosario, comiencen poco a poco, rezando un misterio cada día, como una forma sencilla de cultivar la oración, la intercesión y la confianza en María, quien siempre acompaña con ternura maternal a quienes sufren.

Guía rápida para rezar el Rosario: <https://hallow.com/es/blog/como-rezar-el-rosario-guia-para-el-rezo-del-rosario/>

Guía interactiva paso a paso:

<https://www.elsantorosario.es/como-rezar-el-rosario/>

Al finalizar se le regala a cada participante una tarjeta que incluya el siguiente mensaje:

Siempre a mi lado



“Una noche tuve un sueño... soñé que caminaba por la playa con el Señor y, a través del cielo, pasaban escenas de mi vida. Por cada escena que transcurría, me di cuenta de que quedaban dos pares de huellas en la arena: unas eran las mías y otras, las del Señor.

Cuando la última escena de mi vida pasó ante mí, miré hacia atrás, hacia las huellas en la arena, y noté que muchas veces, a lo largo del camino, quedaba solo un par de huellas. También observé que eso sucedía en los momentos más difíciles de mi vida. Aquello realmente me preocupó, y pregunté entonces al Señor:

—Señor, Tú me dijiste en tu Palabra que siempre irías conmigo a lo largo del camino de mi vida. Sin embargo, durante los peores momentos de mi existencia veo que en la arena hay solo un par de huellas. No comprendo por qué me abandonas justo cuando más te necesitaba.

Y entonces Jesús, fijando en mí su mirada bondadosa, me respondió:

—Mi querido hijo, yo siempre te he amado y jamás te abandonaré en los momentos más difíciles. Cuando viste en la arena sólo un par de huellas fue porque, precisamente en los momentos más duros de tu vida, te llevé en mis brazos.”



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

SEGUNDA CATEQUESIS DE VIERNES SANTO “EL SACRIFICIO COMO MUESTRA DE AMOR”

«OBJETIVO»

Ayudar a que los adolescentes comprendan el sentido del Viernes Santo, mediante la reflexión sobre el camino de Jesús hacia la cruz y su actitud de fidelidad al Padre, para que desarrollen empatía y conciencia del sacrificio de Cristo.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

INDICACIONES

:

- Se puede leer la siguiente historia con la entonación y la energía necesarias para captar la atención de los participantes.
- Invítalos a sentarse de manera cómoda; si lo desean, pueden cerrar los ojos y escuchar con atención.
- Recuerda que la persona encargada de la lectura debe tener una voz fuerte, buena dicción y una entonación expresiva que mantenga el interés del grupo.
- Coloca música ambiental de fondo para acompañar la lectura.



Video de Youtube: Música Católica Instrumental (Piano Solo) - Tobías Buteler

Canal de Youtube: Tobías Buteler

Enlace: https://youtu.be/PAzwaC80zml?si=kYumlaQBOolls_fl

- Se leerá una historia o una serie de acontecimientos relacionados con un adolescente o joven. Puedes utilizar como base la siguiente narración:

Pedrito El Solito

Pedrito es un adolescente que cursa el segundo año en la secundaria técnica No. 25 “Estefanía Muñoz”, ubicada en el centro de la ciudad (X). Parecía llevar el peso del mundo sobre sus hombros. Sus días en la escuela eran como un laberinto de tristeza y confusión.

Sus calificaciones eran bajas —motivo por el cual sus padres lo reprenden constantemente— y sus únicos amigos comenzaban a alejarse de él, excluyéndolo de actividades como jugar fútbol o divertirse en las clases de educación física.

Todo cambió para Pedrito un día común y corriente en el patio de la escuela. Mientras desayunaba solo en una banca, sintió una misteriosa presencia a su lado. Extrañado, volteó a ver a su alrededor y notó que junto a él estaba sentado un niño que nunca había visto. Con voz titubeante, lo saludó:

—¿Hola?

El niño le respondió con una sonrisa:

—Hola, me llamo Chuyito. ¿Tú cómo te llamas?



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Pedrito, aún sorprendido, contestó:

- Me llamo Pedrito... bueno, todos me dicen Pedrito. Mucho gusto.
- Oye —preguntó Chuyito—, ¿en qué salón estás? Soy nuevo aquí y todavía no conozco bien el lugar.
- Estoy en el salón 6, del famoso segundo “D”.
- ¿En serio? —exclamó Chuyito emocionado—. Entonces seremos compañeros. ¡Espero encontrar una silla a tu lado para seguir platicando!

Desde ese día, Pedrito y Chuyito se convirtieron en los mejores amigos de la secundaria. A Chuyito no le importó que su nuevo amigo no fuera el popular de la escuela, ni el capitán del equipo, ni el más guapo. Él no se dejaba llevar por las apariencias: buscaba un amigo auténtico, alguien original que, a pesar de las dificultades, siguiera adelante.

Por su parte, Pedrito no intentó aparentar ser alguien distinto. Se mostró tal como era, y esa sencillez fue lo que más llamó la atención de Chuyito.

Con el paso del tiempo, Chuyito descubrió que su amigo no era muy bueno en matemáticas —una materia crucial, ya que si reprobaba tendría que repetir el primer año—. Por eso, lo invitó a su casa para estudiar juntos, pues él era excelente en esa asignatura.

Al llegar, Pedrito conoció a la mamá de Chuyito, una mujer amorosa, noble y paciente. Ella no solo le enseñó matemáticas, sino que también lo escuchaba, le daba consejos y lo animaba a mejorar su relación con sus padres. Poco a poco, Pedrito comenzó a sentirse feliz y agradecido cada vez que iba a casa de su amigo.

Pasaron los días y el ciclo escolar llegó a su fin. Para sorpresa de todos, Pedrito obtuvo el mejor promedio de la generación. Gracias a los consejos de Chuyito y de su mamá, logró mejorar en muchos aspectos: hizo nuevos amigos, se convirtió en un excelente estudiante y, sobre todo, se reconcilió con sus padres, quienes se sintieron profundamente orgullosos de él.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

INDICACIONES:

PREPARACIÓN:

Utiliza la página o aplicación Kahoot para realizar una dinámica por equipos. El juego puede incluir preguntas de cultura general o temas relacionados con la catequesis, según el tiempo disponible.

DESARROLLO:

Los equipos competirán entre sí respondiendo las preguntas del Kahoot.

Cada vez que un equipo gane una ronda o adivine correctamente, elegirá a una persona para que comparta una breve historia personal.





PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

El relato puede ser sobre un amigo, familiar, conocido o incluso una mascota con quien haya vivido una experiencia similar a la de Pedrito.

Ejemplo: “Yo me sentí como Pedrito con mi perrito, que me lo regalaron en mi cumpleaños número 8. Estaba triste porque mis primos se mudaron a otro estado, pero jugar con mi perrito me llenaba de energía y esperanza para no sentirme tan solo.”

MOTIVACIÓN:

Se puede ofrecer un dulce o pequeño premio a cada participante que comparta su historia, como incentivo para fomentar la participación de todos.

REFLEXIÓN FINAL:

A través de esta actividad, los jóvenes descubrirán —de forma natural y espontánea— en qué personas de su entorno social o familiar pueden reconocer la presencia de Jesús: como ese amigo que los guía hacia el bien, en quien pueden confiar plenamente, que los acompaña siempre, o que daría todo por ellos.

Preguntas guía para la reflexión

- ¿Qué sentimientos te despertó compartir o escuchar las historias?
- ¿Cómo se parece esa persona o mascota a la forma en que Jesús actúa en tu vida?
- ¿Cuándo fue la última vez que sentiste que Jesús te acompañaba a través de alguien más?
- ¿Cómo puedes ser tú también ese reflejo de Jesús para otros?

Guía breve para usar Kahoot

- Ingresa a <https://kahoot.com> o descarga la app en tu celular.
- Crea una cuenta gratuita o inicia sesión.
- Selecciona “Crear” para elaborar tu cuestionario, o busca uno ya hecho en la biblioteca.
- Configura el juego (número de preguntas, tiempo, modo equipo o individual).
- Proyecta el código del juego en pantalla para que los equipos se unan desde sus dispositivos.
- ¡Da inicio a la competencia y disfruta del aprendizaje dinámico!

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

INDICACIONES:

Prepara el espacio con luz tenue o cálida, una Biblia abierta en el centro sobre una tela, una cruz y una vela encendida como signo de la presencia de Jesús; coloca música instrumental suave de fondo, forma un círculo o semicírculo alrededor de la Biblia e invita a los participantes a permanecer en silencio y en actitud de escucha.

DESARROLLO:

“Abramos nuestro corazón para escuchar lo que Dios quiere decirnos hoy.”

Una persona lee el pasaje bíblico en voz clara y pausada.

Al terminar se invita: “Piensa qué palabra o frase te tocó el corazón.”





PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Para finalizar se dice: “Señor Jesús, gracias por hablarnos. Que tu Palabra ilumine nuestro camino.”



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Mateo 4, 18-22.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

(Como turista puedes leer directamente esta reflexión o usarla como base para crear una versión más personal, según el contexto y la realidad de tu comunidad.)

En el Evangelio se nos narra el llamado que Jesús hace a algunos de sus primeros discípulos: Pedro, Andrés, Juan y Santiago. Jesús los invita a dejar atrás su pasado y seguirlo, a comenzar una nueva vida junto a Él. Ellos responden sin dudar, con un “sí” decidido y generoso.

Hoy, en Viernes Santo, recordamos ese mismo llamado, pero llevado hasta su expresión más profunda: Jesús no solo nos llama a seguirlo, sino que nos muestra cuánto nos ama al entregar su vida por nosotros. Su amistad no es solo de palabras, sino de entrega total, de amor que se dona hasta la cruz.

El camino que los discípulos iniciaron junto a Jesús terminó llevándolos al momento más difícil: la cruz. Jesús fue fiel a la misión que el Padre le confió. No retrocedió ante el miedo, el dolor o el rechazo. Su amor por la humanidad lo llevó a entregar su vida.

Tal vez te preguntes: ¿qué tiene que ver esto con tener un buen amigo en la escuela o en la vida? Mucho más de lo que parece.

Cuando alguien nos apoya, nos anima y nos impulsa a ser mejores, esa persona se convierte en reflejo del amor de Jesús, que también nos levanta, nos acompaña y nos enseña a seguir adelante. En cada gesto de amistad verdadera, en cada palabra de aliento, Jesús sigue presente, mostrándonos que no estamos solos.

Un amigo que te ayuda a ser mejor estudiante o persona te recuerda lo mismo que Jesús nos mostró desde la cruz: que amar es acompañar, sostener y creer en el otro, incluso en los momentos más difíciles.

Así como Jesús no abandonó a sus amigos, aunque fue traicionado y negado, así también nosotros estamos llamados a permanecer fieles, a ser apoyo y esperanza para los demás.

Por eso, hoy, al contemplar la cruz, agradece a Dios por las personas que han sido signo de su amor en tu vida. Da gracias por esos amigos que te han ayudado a crecer, y pídele al Señor que te enseñe a ser tú también un reflejo de su amor: un amigo fiel, generoso y capaz de dar sin esperar nada a cambio.

Porque en el fondo, seguir a Jesús —como Pedro, Andrés, Juan y Santiago— es decirle cada día: “Sí, Señor, quiero seguirte y amar como Tú amaste.”





MATERIALES:

- Velas pequeñas (una por participante)
- Post-it (uno por participante)
- Plumas o marcadores
- Cruz grande (preferentemente de madera o iluminada)
- Tela o base para colocar la cruz
- Equipo de sonido o bocina
- Encendedor o velas guía para prender las demás

INDICACIONES:

A cada participante se le entregará una vela encendida, un post-it y una pluma.

El ambiente debe mantenerse en penumbra, con una cruz iluminada al centro, de modo que se convierta en el punto de atención y recogimiento.

Invita a los participantes a hacer silencio y contemplar la cruz por un momento. Luego diles:

“Hoy contemplamos el amor más grande: Jesús entregando su vida por nosotros. Frente a su cruz, estamos invitados a reconocer todo lo que Él ha hecho y a comprometernos a vivir según su ejemplo.”

Cada persona, en su post-it, escribirá un compromiso personal que desee asumir a partir de este encuentro con Jesús crucificado.

Pueden inspirarse en las siguientes preguntas:

1. ¿Reconozco el sacrificio de Dios al enviar a su Hijo Jesús para salvarme?
2. ¿Estoy dispuesto a perdonar como Jesús perdonó desde la cruz?
3. ¿Me comprometo a amar a mi prójimo como a mí mismo?
4. ¿Deseo compartir mi fe y dar testimonio del amor de Cristo?
5. ¿Estoy dispuesto a servir a los demás con humildad y entrega?

Al terminar de escribir, cada participante se acercará en silencio a la cruz para pegar su post-it, como signo de su compromiso con Dios.

Después, colocará su vela encendida alrededor de la cruz, formando un camino de luz que conduzca hacia ella, símbolo de su decisión de caminar junto a Cristo y dejar que su luz guíe sus pasos.

Invita a hacerlo con calma y respeto, dejando que cada gesto sea una oración.

Al finalizar, todos permanecerán en su lugar, contemplando la cruz y preparándose para el momento de oración final.

Durante el gesto, puede sonar alguno de los siguientes cantos:



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil



CANTO

Estoy a la Puerta y Llamo / Jésed

<https://open.spotify.com/track/4bjsp9L4sWREYUkZU8nc6e>



CANTO

Quebrántame / Jésed

<https://open.spotify.com/track/6m5Xfp1FE37bM7yZreWnHE>



«ORACIÓN»

(La música se desvanece poco a poco hasta quedar en silencio. Solo queda la luz de las velas encendidas alrededor de la cruz).

El animador invita a todos a contemplar la cruz en silencio durante unos segundos y luego dice:
“Hace unos momentos colocamos ante la cruz nuestros compromisos, signos de nuestro deseo de seguir a Jesús con un corazón nuevo. Que esta luz que hemos dejado encendida sea reflejo del amor de Cristo que permanece vivo en nosotros, incluso en medio del dolor.”

“Oh Cruz bendita, signo del más grande de amor,
en ti se consumó el sacrificio que nos dio la vida eterna.
Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos,
porque por tu santa cruz redimiste al mundo.”

Invita a los participantes a colocar su mano sobre el pecho y hacer unos segundos de silencio, contemplando la cruz. Luego pueden decir juntos:

“Señor Jesús, queremos seguirte y ser luz para los demás.
Que nuestros compromisos sean fruto de tu amor,
y que, al salir de aquí, llevemos tu esperanza a quienes más lo necesitan.”

Después, rezan juntos con calma: **Padre Nuestro, Ave María**

Finalmente, se puede dejar sonar una música instrumental suave mientras todos permanecen un momento más en silencio, mirando la cruz y las velas encendidas.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

TERCERA CATEQUESIS DE VIERNES SANTO “**ADOLESCENTES RESILIENTES: UN CAMINO HACIA LA ORACIÓN**”

«OBJETIVO»

Exhortar al adolescente en su capacidad de enfrentar desafíos y obstáculos en la vida, desarrollando una relación más profunda con Dios a través de la oración y de la reflexión como signo de esperanza.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

DINÁMICA: "La Ruleta de la Reflexión"

OBJETIVO: Promover en los adolescentes la reflexión sobre sus experiencias y aprendizajes mediante el uso de una ruleta con preguntas, para fortalecer la resiliencia, la esperanza y el crecimiento personal en un ambiente de confianza

MATERIALES:

- Una ruleta (puede ser física o digital).
- Serie de preguntas para colocar en la ruleta.
- Hojas y plumas (opcional, para anotar ideas o reflexiones).



Video de Youtube: ¡Crea tu propia ruleta de cartón en casa fácilmente!

Canal de Youtube: Mi escuelita de apoyo

Enlace: <https://youtu.be/KMP015tBAX0?si=X8LHs7zUhuvDqQ3f>

Ruleta digital: Usa la herramienta

La Ruleta Aleatoria link: <https://es.piliapp.com/random/wheel/>).

Preguntas sugeridas para la ruleta:

- ¿Cuál es el mayor desafío que has enfrentado en tu vida y cómo lo superaste?
- ¿Cuál es la lección más importante que has aprendido de un error o fracaso?
- ¿Cómo crees que puedes hacer una diferencia positiva en el mundo?
- ¿Qué te hace sentir feliz y cómo puedes incorporar más de eso en tu vida?
- ¿Qué es la resiliencia?
- ¿Para ti qué es la resiliencia en la vida diaria?
- ¿Qué te hace sentir fuerte y capaz de superar los obstáculos?
- ¿Crees ser resiliente?
- ¿Qué situaciones te han hecho más fuerte en la vida?
- ¿Qué significa para ti tener esperanza en medio de un problema?

(Se pueden adaptar o agregar preguntas según el contexto del encuentro.)

#PASOS
Que Inspiran



DESARROLLO:

- **Preparar la ruleta:** Se coloca en ella las preguntas anteriores, ya sea en los espacios de la ruleta digital o pegadas sobre la ruleta física.
- **Formar el grupo:** Se pide a los adolescentes que se sienten en círculo.
- **Girar la ruleta:** Cada participante, por turno, hará girar la ruleta.
- **Reflexionar y compartir**
 - Cuando la ruleta se detenga, el adolescente debe responder la pregunta que le haya tocado.
 - Después de su respuesta, los demás pueden comentar o hacer una pregunta relacionada, siempre desde el respeto.
 - Repite el proceso hasta que todos hayan participado.
- **Cierre:** Se concluye resaltando cómo cada experiencia compartida muestra la importancia de la resiliencia, la esperanza y el crecimiento personal.

Tips para el facilitador o guía:

Crea un ambiente seguro y de confianza, donde todos se sientan libres de hablar sin ser juzgados.

Motiva a los adolescentes a ser honestos y auténticos.

El objetivo no es dar respuestas “correctas”, sino reflexionar y compartir experiencias.

Se puede terminar con una breve oración o pensamiento que resalte la fuerza interior y la esperanza en Dios.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Indicaciones:

Se invita a los adolescentes a sentarse en un lugar tranquilo. Se puede poner música instrumental suave para crear un ambiente más ameno y propicio para la reflexión (opcional).

Reflexión guiada:

A lo largo de esta dinámica, escuchamos experiencias muy diferentes, pero con algo en común, cada uno de nosotros ha enfrentado desafíos, ha cometido errores, ha sentido alegría, tristeza y también esperanza. Y eso nos recuerda algo muy importante: La vida no se trata de no caer, sino de aprender a levantarnos.

Ser resiliente no es fingir que todo está bien, sino seguir adelante incluso cuando las cosas duelen. Es creer que después de la tormenta puede volver a salir el sol, y que dentro de nosotros hay más fuerza de la que imaginamos.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Cada desafío, cada error y cada momento difícil puede convertirse en una lección. Nos enseña a conocernos mejor, a valorar lo que tenemos y a descubrir de lo que somos capaces.

Y cuando elegimos seguir con esperanza, cuando decidimos no rendirnos, nos convertimos en un testimonio vivo para los demás.

Hoy, cada uno compartió un pedacito de su historia, y eso tiene mucho valor, porque cuando hablamos desde el corazón, ayudamos a otros a reconocer que no están solos en sus luchas.

Ser fuerte no significa no llorar, sino seguir creyendo.

Ser resiliente es confiar en que todo lo que vivimos puede hacernos crecer.

Tener esperanza es mirar hacia adelante, sabiendo que lo mejor aún puede venir.

Para cerrar la experiencia, proyectar el siguiente video que refuerce el mensaje sobre la resiliencia y la esperanza.



VIDEO DE YOUTUBE: Vuela

Canal de Youtube: Thinkwild Studios

Enlace: <https://youtu.be/kGVWLQzr8QM?si=XvRd22H5Mm3KEV0C>

“Vuela” nos recuerda que todos tenemos alas, aunque a veces no sean visibles. Con esperanza, amor y perseverancia, también nosotros podemos aprender a volar de maneras distintas. Es un poderoso ejemplo de resiliencia, que nos muestra cómo es posible superar los obstáculos y descubrir nuevas formas de vivir una vida plena y significativa, incluso frente a nuestras limitaciones.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Indicaciones:

Se dispone de un espacio libre y se invita a los adolescentes a sentarse para formar un círculo. A continuación, se realiza una lectura compartida, en la que cada participante interviene leyendo una parte del texto. Posteriormente, se les invita a realizar una segunda lectura personal y silenciosa, con el fin de favorecer una comprensión más profunda de la cita bíblica.



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Juan 19, 16-18.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

“Cargar la cruz” no es solo soportar el dolor, sino vivir los desafíos de la vida con fe, amor y esperanza, como lo hizo Jesús.

#PASOS
Que Inspiran



Implica aceptar nuestras pruebas —enfermedades, fracasos, decepciones o responsabilidades— confiando en que Dios puede sacar vida incluso de lo que parece derrota.

Significa también acompañar las cruces de los demás, como Simón de Cirene, y transformar el sufrimiento en un camino de solidaridad y amor.

Desde la fe, la cruz no es el final, sino el signo del amor que vence al mal. Quien carga su cruz con Cristo, participa ya de su resurrección.

Cargar la cruz hoy es seguir a Cristo con fidelidad en medio de las dificultades. Es vivir el dolor con esperanza, la debilidad con confianza y el amor con perseverancia, sabiendo que la cruz nunca es derrota, sino el camino hacia la vida nueva en Dios.

Jesús, que en Getsemaní había orado con confianza al Padre, ahora carga la cruz y camina hacia el Calvario. No huye del dolor, no se encierra en el miedo; lo abraza con amor. “Jesús, cargando con la cruz, salió hacia el lugar llamado Calvario, donde lo crucificaron...” (Jn 19,16-18). En cada paso, nos muestra que la verdadera fortaleza no consiste en evitar el sufrimiento, sino en confiar cuando duele.

La resiliencia cristiana no es fingir que no pasa nada, sino seguir caminando con fe, incluso cuando el peso parece insoportable. Jesús, al cargar la cruz, nos enseña que la oración es el corazón de la esperanza: no cambia las circunstancias, pero cambia el corazón, dándonos la fuerza para hacer la voluntad del Padre.

San Pablo nos invita: “Tengan esperanza y sean alegres. Sean pacientes en las pruebas y oren sin cesar.” (Rm 12,12). Esa es la fuerza que sostuvo a Cristo en el camino del Calvario y que también sostiene nuestra vida: la certeza de que Dios no abandona, aun cuando parece callar.

En la cruz, Jesús no solo entrega su vida; entrega su confianza total al Padre. Nos muestra que la esperanza no es esperar que todo salga como queremos, sino creer que Dios siempre sabe lo que es mejor para nosotros.

Como dice la Escritura: “La esperanza no defrauda” (Spes non confundit), porque el amor de Dios ha sido derramado en nuestros corazones (Rm 5,5).

Esta es la esperanza que nos sostiene cuando todo parece oscuro, cuando sentimos que nadie nos entiende, cuando queremos rendirnos. En esos momentos, la cruz nos recuerda que el amor es más fuerte que el dolor, y que toda herida puede convertirse en vida nueva cuando la vivimos con Dios.

Carlo Acutis decía: “Si Dios posee nuestro corazón, poseeremos el infinito.”

Jesús lo vivió hasta el final: al entregar su corazón en la cruz, encontró la plenitud del amor. Hoy te invita a hacer lo mismo: a confiar, a orar y a mantener la esperanza, sabiendo que ninguna cruz pesa tanto como para que Dios no pueda sostenerte.



MATERIALES:

- Papeles o cartulinas en forma de cruz o corazón.
- Lápices, plumas o marcadores de colores.
- Una cruz central o una vela (símbolo del Calvario).
- Música suave instrumental o de oración.
- Una canasta o frasco rotulado como “A los pies de la cruz.”

INDICACIONES:

Se dispone el espacio en forma circular y se coloca al centro la cruz o la vela encendida.

Con música suave de fondo, se inicia diciendo:

“Hoy acompañamos a Jesús en su camino al Calvario. Él cargó su cruz por amor, no huyó del dolor, sino que lo transformó en un signo de esperanza. En cada dificultad de nuestra vida también podemos encontrar un camino hacia Dios.”



CANTO

Sencillamente/ Hakuna Group Music

<https://open.spotify.com/intl-es/track/1t7i3ZQgihU341lI43ijW8?si=73c73df4903a4787>

Se entrega a cada adolescente una hoja o cruz de papel. invitándolos a reflexionar en silencio y escribir:

¿Qué cruz estoy cargando hoy?

¿Qué me enseña Jesús sobre cómo vivir este momento con esperanza?

¿Qué compromiso concreto puedo asumir esta semana para seguirlo más de cerca?

(Por ejemplo: orar con más constancia, perdonar, ser paciente, ayudar a alguien que sufre, no rendirme ante las dificultades).



CANTO

Al pie de la Cruz / Gema Martín

<https://open.spotify.com/intl-es/track/6G3BelQwldQVpkf33lcscP?si=9608997ff5124c5d>

Mientras suena música suave, se les invita a pasar al centro y colocar su hoja o cruz en la canasta o a los pies de la cruz.

Después se dice en voz alta:

“Jesús, hoy te entregamos nuestras cruces. Queremos seguirte con amor y esperanza, confiando en que contigo toda carga se vuelve camino de vida.”



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil



CANTO

Al estar en tu presencia/ Hakuna Group Music

<https://open.spotify.com/intles/track/3l1YutptYOPTuf9iHt7AmM?si=0897d67d33a44fe8>



«ORACIÓN»

Para concluir la dinámica, se invita a los adolescentes a mantener vivo su compromiso durante la semana, recordando que cada pequeño esfuerzo es una forma de cargar la cruz con amor, como lo hizo Jesús. Realizar juntos una breve oración grupal, pidiendo a Dios fortaleza y esperanza para cumplir lo que cada uno ha ofrecido, se puede o dejar que algunos compartan espontáneamente una frase u oración sencilla.

Después, se lee o proyectan algunas citas o frases inspiradoras que fortalezcan el sentido de la esperanza y el seguimiento de Cristo:

- “Tengan esperanza y sean alegres. Sean pacientes en las pruebas y oren sin cesar.” (Rm 12,12)
- “Que el Dios de toda Esperanza los colme de gozo y paz en el camino de la fe y haga crecer en ustedes la esperanza por el poder del Espíritu Santo” (Rm 15,13)
- “La esperanza no defrauda.” (Spes non confundit)
- “Si Dios posee nuestro corazón, poseeremos el infinito.” — Carlo Acutis “Padre, que no se haga mi voluntad, sino la tuya.” — Jesús (Mt 26,39).



PASCUA 2026

con Él somos esperanza



SÁBADO
santo

#PASOS
Que Inspiran



PRIMER CATEQUESIS DE SÁBADO SANTO "LA GRAN RECOMPENSA"

«OBJETIVO»

Motivar a los adolescentes a través del silencio del Sábado Santo a seguir confiando en las promesas de Dios para construir un mundo lleno de esperanza.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

DINÁMICA: "La Recompensa Oculta"

MATERIALES:

- Pequeñas "recompensas": dulces, frases motivadoras, stickers, etc.
- Sobres o cajas pequeñas
- Una silla o punto de llegada

DESARROLLO:

Antes de comenzar, coloca varias "recompensas" escondidas en el espacio o dentro de sobres. Algunas estarán fáciles... otras requerirán esperar instrucciones.

Formar parejas:

- Uno será Buscador: estará con los ojos cerrados (o vendados)
- El otro será Guía: no podrá hablar durante la primera etapa.

El Guía deberá llevar al Buscador hacia una de las recompensas... sin hablar.

Tendrá que usar señales suaves: toques, presión en el hombro, pausas, o movimientos lentos.

El Buscador deberá confiar y avanzar con paciencia, incluso si siente que tarda o que el camino no es directo.

Regla: El guía sabe dónde está la recompensa... pero no debe correr ni hacer señales bruscas. El silencio permite observar y confiar.

Cuando el Buscador encuentre la recompensa, no debe abrirla aún.

Ahora, aunque ya tenga la recompensa en las manos, se debe quedar quieto y en silencio. Debe esperar la señal del facilitador para abrirla.

Esto simboliza que a veces la recompensa está cerca... pero hay que ser pacientes.



«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Reflexionamos algunas de las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te sentiste cuando ya tenías la recompensa, pero tuviste que esperar?
- ¿Te desesperaste? ¿Te causó tranquilidad?
- ¿Qué te hizo sentir seguro al caminar con los ojos cerrados?
- ¿Costó confiar sin escuchar palabras?
- ¿Qué descubriste en el silencio?
- ¿El silencio te ayudó a prestar atención?
- ¿Qué cosas valiosas en tu vida requieren paciencia?
- ¿Qué recompensas llegan cuando somos constantes y confiamos?

En esta actividad cada uno experimentó algo que vivimos muchas veces en nuestra vida diaria: caminar sin ver completamente el camino, confiar en otro y tener paciencia incluso cuando sentimos que la recompensa ya está en nuestras manos.

Cuando caminaste con los ojos cerrados, quizá sentiste inseguridad, duda o miedo a equivocarte. Pero también descubriste que cuando alguien te guía con calma, incluso en silencio, puedes avanzar. Eso nos recuerda que muchas veces necesitamos confiar más —en los demás, en los procesos, e incluso en nosotros mismos— para seguir adelante aun cuando no lo entendemos todo.

El silencio también enseñó algo importante: cuando no hay palabras, cuando no hay ruido, puedes escuchar otras cosas: tu respiración, tus pasos, tus pensamientos. En el silencio descubrimos cuánto nos cuesta detenernos, pero también cuánta paz puede haber cuando prestamos atención.

Y al tener la recompensa en las manos, pero sin poder abrirla aún, todos sentimos esa tensión que existe entre el deseo y la espera. Porque así es la vida: a veces estamos muy cerca de lo que queremos, pero no es el momento; otras veces la recompensa llega, pero después de un proceso que requiere paciencia y constancia.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Hebreos 10,23



«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

El Sábado Santo es uno de los días más misteriosos de la Semana Santa. Entre el dolor del viernes y la gloria del Domingo, la Iglesia nos invita a entrar en un día de silencio profundo, un silencio que no es vacío, sino lleno de espera y de confianza.



Es el día en que todo parece detenido. No se celebra la misa. No hay procesiones. No hay cantos. La Iglesia guarda silencio porque también los discípulos quedaron en silencio: confundidos, temerosos, sintiendo que todo lo que habían soñado con Jesús había terminado.

El Catecismo de la Iglesia Católica, hablando de Jesús descendiendo a los infiernos, explica que el Sábado Santo es un día en el que Cristo permanece “en el silencio del sepulcro” (CIC, 624–626). Ese silencio es parte de su misión de salvación.

Nosotros, acostumbrados a vivir rodeados de ruido, pantallas, notificaciones y distracciones, a veces le tenemos miedo al silencio. Pero el silencio no es ausencia... es espacio. Espacio para escuchar, para sentir, para esperar. En el silencio de este día, Dios nos enseña a confiar más allá de lo que vemos.

Hebreos 10,23 nos invita a mantener firme la esperanza “porque fiel es el que hizo la promesa”. No dice “mantengan la esperanza si se sienten animados” o “si ven que toda mejora”. La fe no es un estado de ánimo. La fe es una decisión: creer que Dios es fiel aun cuando nuestras emociones digan lo contrario.

Los discípulos estaban asustados, encerrados, sin entender nada. Pero Jesús ya había prometido: “Al tercer día resucitaré.” Ellos no veían signos de vida... pero la promesa seguía siendo verdadera. Así también nosotros vivimos momentos en los que parece que nada cambia: problemas familiares, enfermedades, injusticias, violencia, miedos personales, falta de claridad sobre el futuro. En esos “sábados santos” de la vida, Dios nos pide lo mismo: espera en silencio, yo sigo actuando.

El Papa Francisco dice en *Christus Vivit*: “La esperanza es audaz, sabe mirar más allá de los problemas.” (CV, 139). La esperanza cristiana no niega el dolor ni lo tapa. No es una frase bonita para sentirse mejor. Es mirar la realidad con ojos nuevos, creyendo que Dios puede sacar vida de lo que parece muerto, luz de lo que parece oscuro, caminos donde todo parece cerrado.

Por eso el Sábado Santo no es un día triste: es un día gestante, como la semilla bajo la tierra, donde no se ve nada... pero está naciendo todo.

La tradición de la Iglesia nos recuerda que, en el Sábado Santo, hubo una sola persona que siguió creyendo firmemente: la Virgen María. Ella guardó silencio, pero no un silencio de resignación, sino un silencio lleno de fe. Ella esperaba porque conocía la fidelidad de Dios. El Papa Juan Pablo II decía: “María es la aurora del Sábado Santo, la mujer de la esperanza.” (Homilía, 2002). Mirando su ejemplo, aprendemos que la fe verdadera no necesita explicaciones, necesita confianza.



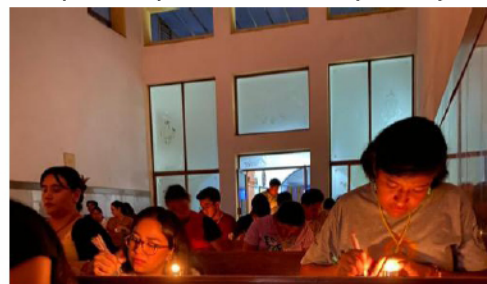
PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Hoy el mundo necesita jóvenes con esperanza valiente. No esperanza ingenua, sino esperanza que se compromete, que trabaja, que construye. Confiar en Dios significa: Creer que Dios no abandona a la humanidad, aun cuando hay violencia. Creer que tu vida tiene valor, aunque a veces no lo sientas. Creer que puedes ser luz, aunque alrededor haya oscuridad. Creer que Dios cumple sus promesas, aunque hoy parezca que nada cambia.

El silencio del Sábado Santo te hace una pregunta: ¿Te atreves a esperar cuando no ves resultados?

Porque esa esperanza te convierte en un constructor de paz, de justicia, de reconciliación y de amor. Y ese es el mundo que Dios quiere construir contigo. El Sábado Santo nos recuerda que Dios trabaja también en los espacios donde la vista humana no alcanza. El Papa Benedicto XVI lo expresa así: “Cuando Dios parece callar, no está ausente; está obrando misteriosamente.” (Homilía, Vigilia Pascual 2008)



Dios actúa en lo oculto: en tu corazón, en tus luchas, en tus preguntas, en tus silencios.

La Resurrección ya está preparándose, aunque todavía no la veas. El Sábado Santo no es el final. Es la pausa de Dios, donde la esperanza se purifica y se fortalece

«COMPROMISO»

MATERIALES:

- Cruz o vela encendida.
- Recipiente con tierra (“Tierra de Esperanza”).
- Semillas una para cada participante.
- Tarjetas para cada participante
- Cartel o listón verde con Heb 10,23 (símbolo de la promesa de Dios).
- Música instrumental suave.

DESARROLLO:

“Hoy vamos a vivir el espíritu del Sábado Santo: el silencio que confía. Aunque no vemos nada, Dios sigue actuando. Y porque Él es fiel, podemos tener esperanza. Este listón verde con la cita de Hebreos nos recuerda que Dios nunca falla. Sus promesas son el fundamento de nuestra esperanza.”

Se invita a los jóvenes a reflexionar:

- ¿En qué área de mi vida necesito confiar más en las promesas de Dios?
- ¿Qué me cuesta poner en sus manos?
- ¿Qué acción puedo realizar esta semana para sembrar esperanza?

Cada joven escribe en una tarjeta lo siguiente:

#PASOS
Que Inspiran



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Lo que entrega a Dios: un miedo, una duda, una herida, una situación difícil.
Su compromiso: un gesto concreto de esperanza.

Deposita o entierra la semilla, este gesto representa que su compromiso crecerá sostenido por la gracia de Dios.

“Dios hace crecer lo que tú entregas. Su promesa es más fuerte que tus miedos.”



«ORACIÓN»

Con la tarjeta donde previamente escribieron lo que entregan y sus compromisos, tómalala y colócala sobre su pecho. Después de esto, realizaremos la siguiente oración:

Señor Dios, Tú eres fiel a tus promesas.
Hoy ponemos en tus manos nuestra vida, nuestros miedos y nuestros deseos más profundos.
Haz germinar en nosotros la esperanza que nace de Ti.

Que este listón verde y esta semilla nos recuerden que, a tu tiempo, todo florece.
Haznos jóvenes que confíen, que esperen y que construyan un mundo lleno de esperanza.
Amén.



SEGUNDA CATEQUESIS DE SÁBADO SANTO

"LA CONFIANZA NO ES CIEGA, ES FE"

«OBJETIVO»

Sembrar en los adolescentes la confianza en la palabra y voluntad del Dios, por medio del ejemplo de los apóstoles ante la resurrección de Jesús, para que puedan afrontar con valentía y esperanza los momentos que viven en esta etapa de su vida

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

DINÁMICA: Confianza a ciegas

MATERIALES:

- Bufandas / paliacates o algo con que se pueda cubrir los ojos
- Diversos objetos para obstáculos

Estar en un patio o lugar amplio

Colocar algunos obstáculos en el camino

Dividir a los participantes en equipos de 4 o 5 personas

Se colocan a los equipos en filas

A la mayoría de los integrantes se les tapan los ojos, a excepción del último integrante de cada equipo a él se le cubrirá la boca en lugar de los ojos

Se les indica a los equipos que por medio de las siguientes señas es como deberán avanzar y esquivar los obstáculos del camino, no podrán hablar solo por medio de las señas podrán comunicarse: 2 golpes en los hombros es para avanzar, 1 golpe en los hombros es para detenerse, 1 golpe en el hombro derecho es para dar vuelta a la derecha, 1 golpe en el hombro izquierdo es para dar vuelta a la izquierda (se puede agregar alguna otra señal dependiendo de los obstáculos que se hayan colocado)

Tomados cada equipo de los hombros se dará la señal para avanzar





PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Una vez que todos los equipos hayan llegado al otro extremo (o al punto de meta) se podrán descubrir los ojos y boca respectivamente

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Al terminar la dinámica, se harán las siguientes preguntas a varios de los participantes

¿Cómo te sentiste al no poder ver o hablar?

¿Cómo fue tu experiencia de comunicarte solo por medio de señas?

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BIBLICA: Juan 20, 24-29

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Tomas es un ejemplo de cómo la duda y la desconfianza pueden afectar nuestra fe, él no quiso creer sobre la resurrección de Jesús a pesar de que los otros apóstoles le habían contado sobre su encuentro con Jesús. Esto nos recuerda que la fe no se basa en la evidencia física, sino en la confianza plena en Dios. Jesús no se enojó con Tomas por no creer hasta no ver y tocar, lo que nos demuestra que Jesús es un Dios paciente que nos ofrece la oportunidad de creer y confiar en él

¿Cuántas veces hemos dudado de la palabra y voluntad de Dios? ¿Cuántas veces hemos pedido pruebas o señales para creer?

No seamos como Santo Tomas, sino que tomemos el ejemplo de nuestra Madre la Virgen María, que confió plenamente en la voluntad de Dios, aun con miedo e incertidumbre, aceptó ser la Madre de Dios, afrontó las pruebas que se le presentaron. Confiar en la palabra de Dios y en su voluntad, nos permite vivir sin miedo, nos da la fuerza para enfrentar los desafíos y superar las dificultades.



Que la resurrección de nuestro Señor Jesús, nos motive para dejar todos nuestros planes en las manos de Dios, que a pesar de que el camino se torne complicado, difícil de entender, tengamos la esperanza de que al final será mucho mejor de lo que podamos imaginar, porque Dios tiene cosas grandes para cada uno de nosotros. Que, así como Jesús les dijo a sus apóstoles “la paz sea con ustedes” que también nosotros podamos sentir esa paz al confiar plenamente en su promesa.

«COMPROMISO»

MATERIALES:

- Hojas blancas
- Colores/plumones
- Cinta adhesiva
- Imagen de Jesús Resucitado

Se entregará una hoja blanca y un color/plumón a cada participante

En la hoja dibujaran cómo se visualizan en 5 años y en 10 años

Posteriormente algunos participantes compartirán sobre lo que dibujaron

Después se les pedirá a todos que pasen a pegar su dibujo en la imagen de Jesús Resucitado, como signo de confianza, poniendo en las manos de Dios nuestros planes futuros

Mientras pasan, se puede poner un canto de fondo



CANTO

Sueños – Un Corazón

<https://goo.su/zwok2m8>

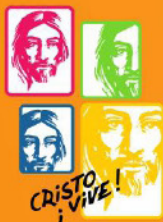


Se colocan todos alrededor de la imagen de Jesús Resucitado y se les pide que coloquen sus manos en su corazón y repitan la siguiente oración:

Señor Jesús aquí está mi corazón y mi vida, me pongo en tus manos
Se que muchas veces dudo y me cuesta confiar en tu voluntad.

Ayúdame a confiar cada vez más en ti, a espera solo en ti
Que todos mis sueños y metas siempre los ponga primero en tus manos.

A partir de hoy repetiré constantemente: Jesús en ti confié
Porque sé, que tú no me abandonas, siempre estás conmigo y que tu promesa para mi vida es grande.
Amén.



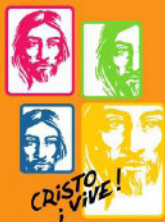
PASCUA 2026

con Él somos esperanza



#Pasos
Que Inspiran

espiritualidad y formación para
JÓVENES



PASCUA 2026

con Él somos esperanza



CUARESMA

#Pasos
Que Inspiran



PRIMER MOMENTO DE CUARESMA MIÉRCOLES DE CENIZA

“CON PACIENCIA Y ESPERANZA, DIOS TRANSFORMA NUESTRO CORAZÓN”

«OBJETIVO»

Reconocer que Dios transforma la vida de los jóvenes mediante una reflexión de miércoles de ceniza, que les permita crecer en la paciencia y la transformación personal para así ser signos de esperanza.

MATERIALES:

- Una hoja de papel por participante
- Lapicero por participante
- Canasta en el centro
- Crucifijo

«INICIO / MOTIVACION»

El animador invita a los jóvenes a sentarse en círculo, haciendo la siguiente reflexión:

Los jóvenes en la actualidad viven sin esperanza, las diferentes situaciones por las que atraviesa el contexto en el que se desarrollan hacen que la juventud haya perdido la paciencia y quiera todo con inmediatez. Hay diversas pruebas por las que los jóvenes de hoy atraviesan, la falta de oportunidades, tanto para formarse como persona y laborales, la inseguridad, han logrado que los jóvenes no piensen en el futuro con esperanza, por lo contrario, ya no ponen en práctica la virtud de la paciencia, por lo que buscan soluciones fáciles que solo los perjudica.

La iglesia, en esta cuaresma, nos propone bajar esos niveles de desesperación e impaciencia, nos invita a ir al desierto con Cristo Jesús, maestro de oración y trabajar nuestra paciencia. Si ponemos nuestro corazón en Dios, Él puede transformar nuestra desesperación en la paciencia que necesitamos para poder con las pruebas diarias y las vicisitudes de nuestro entorno y así ser signos de esperanza para cada uno de los jóvenes que nos necesitan.

Estamos en un buen momento, el miércoles de ceniza, que nos recuerda nuestra frágil condición, que somos polvo y al polvo hemos de volver, sin embargo, tenemos la esperanza en Cristo Jesús, por lo tanto, es necesario volver nuestra mirada a Él, que es ejemplo de paciencia ante la adversidad, dale tu corazón falto de esperanza y paciencia, para así poder transformar mi persona y mi comunidad.



«DESARROLLO / VIVENCIA»

1. Se le entregará al joven una hoja de papel.
2. El animador les pedirá a los jóvenes que observen el papel que tienen entre las manos, es blanco, no tiene nada escrito, está liso, no tiene ninguna arruga.
3. Ahora, les invitará a pensar en una situación que no pudieron resolver, que les haya causado demasiada frustración, donde hayan querido una solución inmediata, que traigan a este momento todo ese sentir negativo; con esas emociones, pídele al joven que arrugue ese papel, que lo haga una bolita, que si quiere tirarlo y pisarlo, lo haga.
4. Después, pídele al joven que tome ese papel, lo observe bien.
5. Se le dirá lo siguiente: Este papel representa nuestro corazón: arrugado por la impaciencia, el enojo, la falta de fe, las heridas, los errores...”
6. Después de un momento, dice: “Intenten ahora alisar la hoja. Verán que, aunque la extiendan, quedan marcas, pliegues, huellas... así somos nosotros: Dios nos perdona, pero nuestras experiencias dejan señales que Él transforma en sabiduría y esperanza.”
7. Debemos aprovechar este tiempo de cuaresma para orar y pedirle al Señor, que nos haga personas más pacientes en las pruebas, para así poder ser signos de esperanza para aquellos jóvenes que lo necesiten.

«CIERRE / COMPROMISO»

Para ir adentrando al joven al compromiso, el animador indica lo siguiente:

- A) “En esa hoja, escribe una palabra o frase que exprese lo que quieres que Dios transforme en ti durante esta Cuaresma: impaciencia, miedo, tristeza, falta de esperanza, desánimo...”
- B) “Dale la vuelta y escribe una palabra de esperanza nueva que te gustaría vivir: paciencia, alegría, reconciliación, amor, servicio...”
- C) Como signo de compromiso, se le invita a los jóvenes a dirigirse al crucifijo que deberá estar previamente preparado en un lugar especial y dar su corazón (papel donde escribieron), mientras suena la canción “vaso nuevo”.
- D) Después de que los jóvenes hayan pasado, es importante reflexionar con ellos que este tiempo de cuaresma nos invita a orar y a practicar la paciencia, nos enfrentaremos con muchas tribulaciones, pero si nos afianzamos en la esperanza que Dios nos da, podremos salir victoriosos y ser signos de esperanza para los que lo necesita.



PRIMER CATEQUESIS DE CUARESMA

“LA LUCHA ES REAL: JESÚS TAMBIÉN FUE TENTADO, PERO NUNCA VENCIDO”

«OBJETIVO»

Motivar al joven a tener una vida plena a ejemplo de Jesús en el desierto, para que elijan el camino de la paciencia y la esperanza frente al sufrimiento y las tentaciones del mundo.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»



En el siguiente vídeo se les mostrará a los jóvenes un cortometraje:

<https://drive.google.com/file/d/1Z6VbvSqO-4wbcj6pQk4fl-PtkfgdkgPT/view?usp=sharing>

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Se les hacen abiertamente las siguientes preguntas:

- ¿Qué sentiste al ver el vídeo?
- ¿Cuáles partes del vídeo te llamaron la atención?
- ¿Te identificaste con alguna de las situaciones que presenta el vídeo?

Después de haber preguntado se realiza lo siguiente:

MATERIALES:

- 2 cajas de cartón de tamaño mediano, ya sea de zapatos o cualquier otra.
- Dulces variados.
- Piedras pequeñas (de preferencia en forma ovalada y plana).
- Cuadritos de papel o post-it
- Diurex o cinta masking tape.





PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

En una caja habrá dulces, y en las otras piedras pequeñas como se muestra en la imagen, los dulces y las piedras tendrán un papelito pegado ya sea con post-it o con Diurex.

Se les dará la instrucción de tomar una piedra y un dulce el que más les guste.

- A. En los dulces escribirán una sola palabra sobre alguna o algunas tentaciones que creen ellos que son en las que caen, por ejemplo: alcohol en exceso, ganar sin esfuerzo, dinero rápido, alcohol sin medida, contenido prohibido, libertinaje sin límites, uso excesivo del celular, hablar mal de otros, envidia, buscar solo likes, perder tiempo en redes, orgullo, rencor, indiferencia, falta de empatía, vanidad, drogas o alguna otra más.
- B. En las piedras escribirán una palabra de alguna situación de sufrimiento, violencia, soledad, desentendimiento, tristeza, depresión, vacío interior, ira o alguna otra que hayan vivido o estén viviendo.
- C. Se les hace las siguientes preguntas y se les invita a reflexionar brevemente: ¿Cómo enfrentas en tu vida eso que escribiste en tu piedra? y ¿cómo superas eso que escribiste en tu dulce?
- D. En parejas compartirán las respuestas a esas dos preguntas.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS:

CITA BIBLICA: Lucas 4, 1-13

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



Se les mostrará el siguiente vídeo:

https://drive.google.com/file/d/1YZc_fPeb3qOIFJgg3ByohxFnXFBrsVzd/view?usp=sharing

1. “Convierte estas piedras en pan” (Tentación de las necesidades inmediatas).

El diablo tienta a Jesús a usar su poder para satisfacer su hambre después de 40 días sin comer. Es la tentación de anteponer lo material a lo espiritual, de buscar soluciones rápidas y egoístas. Muchos jóvenes enfrentan carencias económicas o la presión de “salir adelante de una forma rápida”.

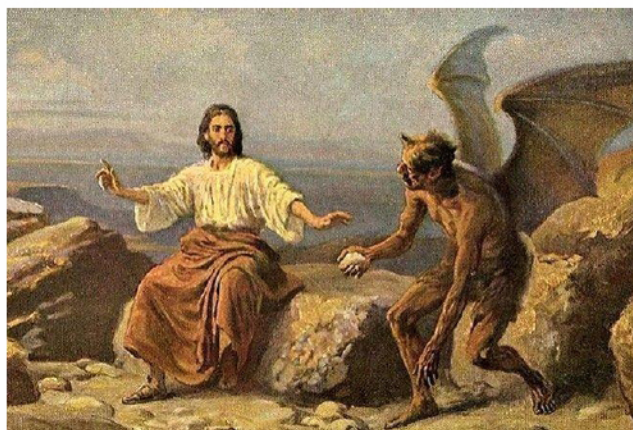


PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

El narcotráfico les ofrece dinero fácil, ropa de marca, autos, estatus. Esa es la “tentación más actual”: usar medios injustos o peligrosos para satisfacer necesidades o deseos inmediatos. Jesús no se dejó dominar por el hambre ni por la urgencia del momento, Él respondió:

“No solo de pan vive el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios” (Mt 4,4). Rechazó resolver su necesidad por un medio injusto o fuera del plan de Dios.



Con esta respuesta, Jesús nos enseña que la vida verdadera no se sostiene solo con bienes materiales, sino con la fidelidad a los valores y a la voluntad de Dios. No todo se arregla con dinero o con lo que se consigue rápido: lo que realmente da paz es vivir con propósito y rectitud.

Preguntas para reflexionar:

- ¿Qué haces cuando algo te falta o te duele? ¿Buscas soluciones rápidas o eliges lo que te ayuda de verdad?
- Si alguien te ofreciera una salida fácil (dinero rápido, alcohol, poder), ¿qué te haría detenerte a pensar antes de aceptar?
- ¿Cómo te inspira la actitud de Jesús para mantenerte firme y no dejarte llevar por la necesidad del momento?

Jesús nos enseña que la fortaleza no está en saciarse, sino en confiar en Dios incluso cuando tenemos hambre o carencia. Él nos invita a creer que no todo lo que brilla es bueno, y que la verdadera plenitud se encuentra en vivir con verdad y esperanza.

2. “Tírate desde lo alto, porque Dios te salvará” (Tentación de la imprudencia y la manipulación de la fe).

El diablo lleva a Jesús al pináculo del templo y lo incita a lanzarse, asegurando que los ángeles lo protegerán. Es la tentación de poner a prueba a Dios, de actuar sin responsabilidad confiando en que “todo saldrá bien”.

Hoy, muchos jóvenes caen en esta misma trampa cuando se arriesgan pensando “Dios me cuida, aunque ande en esto”. Algunos aceptan transportar drogas o involucrarse en actos peligrosos creyendo que “solo será una vez” o que “no les pasará nada”. A veces, esto comienza con cosas pequeñas: aceptar “hacer un favor” entregando un paquete sin saber qué contiene, prestar una cuenta para recibir dinero, vender objetos de dudosa procedencia, participar en apuestas o trabajos donde no se explica claramente qué se hará, pero prometen pagar muy bien. Poco a poco, esas decisiones pueden abrir la puerta a riesgos mayores y alejarnos del camino correcto.



PASCUA 2026

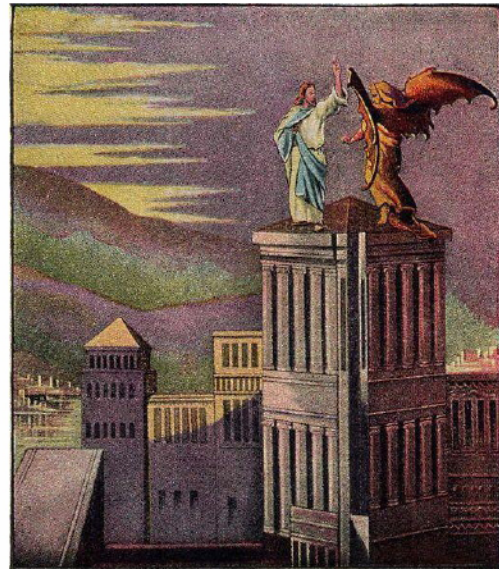
adolescentes · juvenil

Jesús respondió: ***“No tentarás al Señor tu Dios” (Mt 4,7).***

Jesús rechazó actuar de manera irresponsable esperando milagros. Nos enseña que la fe verdadera no consiste en desafiar a Dios, sino en confiar en Él haciendo el bien.

Dios nos ha hecho libres, pero cuando elegimos el mal, somos nosotros quienes nos alejamos de su cuidado. Él nunca deja de amarnos, pero espera que nosotros también elijamos su camino con responsabilidad y confianza. Con esta respuesta, nos enseña que la fe no es arriesgar sin pensar, sino caminar con prudencia y responsabilidad.

No podemos pedirle a Dios que nos cuide de aquello en lo que no queremos cuidarnos nosotros.



Preguntas para reflexionar:

- ¿Cuándo has actuado sin medir consecuencias, pensando que todo saldría bien?
- ¿Qué cosas te hacen sentir que estás “poniendo a prueba a Dios”?
- Si un amigo se acercara a ti tomando decisiones que pueden destruirlo, ¿cómo podrías orientarlo con amor, como lo haría Jesús?

Jesús no se lanzó al vacío: eligió confiar con sensatez.

Nos invita a hacer lo mismo: no desafiar la vida, sino protegerla.

Ser jóvenes de fe no significa “probar” a Dios, sino vivir con sabiduría, cuidando lo que Él nos dio: la vida, la dignidad y el corazón.

3. ***“Todo esto te daré si postrado me adoras” (Tentación del poder y la ambición).***

El diablo le ofreció a Jesús todos los reinos del mundo, poder, fama y gloria, si se arrodillaba ante él. En otras palabras, le propuso ser “el más grande” sin esfuerzo, solo traicionando sus valores. Eso también pasa hoy: hay jóvenes que creen que ser “respetado” es ser temido, o que tener dinero, armas o fama los hace importantes. Hoy, esa misma tentación se presenta cuando el narcotráfico promete respeto, armas, mujeres y reconocimiento. Muchos jóvenes se sienten atraídos por ese falso poder, creyendo que ser temido es lo mismo que ser respetado.

Pero Jesús no cayó. Le dijo al diablo: ***“Adorarás al Señor tu Dios, y solo a Él servirás.” (Mt 4,10).***



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Él rechazó cualquier poder que implica traicionar a Dios o dañar a otros. Nos muestra que la verdadera grandeza no está en dominar, sino en servir con humildad.

Muchos jóvenes hoy sienten esa presión por ser alguien “importante”, por tener fama, seguidores o admiración, incluso si eso implica dejar de lado lo correcto. Algunos grupos, incluso los delictivos, usan esa necesidad de reconocimiento para atraer a otros, ofreciendo respeto y poder a cambio de la conciencia. Pero Jesús nos enseña que el verdadero poder es servir, no dominar.

Preguntas para reflexionar:

- ¿Qué cosas te hacen sentir que necesitas más poder, control o reconocimiento?
- ¿Cómo recuerdas que tu valor no depende de lo que tienes, sino de quién eres ante Dios?
- ¿Cómo puedes usar tus talentos y tu liderazgo para servir y no para imponer tus ideales?

Jesús pudo haberse sentido poderoso y creerse más que los demás, pero eligió servir y ayudar. Nos muestra que el verdadero valor no está en mandar o tener poder, sino en mantenerse fiel a lo que uno es, sin dejarse llevar por lo fácil. Cada vez que eliges hacer lo correcto, aunque nadie te vea, estás diciéndole a Dios con tus actos: “*Confío en ti.*”

Y cuando decides servir en lugar de aprovecharse de otros, te haces más fuerte, porque estás siguiendo el ejemplo de Jesús, que venció la tentación de buscar poder y eligió amar. Porque amar es más difícil que mandar: requiere humildad, paciencia y entrega. Amar transforma, construye y da vida; el poder sin amor destruye y aleja de Dios.

Las tentaciones llegan de muchas formas: el deseo de tener más, el impulso de buscar placer o la necesidad de sentirse aceptado. Pero Jesús nos muestra un camino diferente: la fidelidad, la templanza y el servicio. No evitó el desierto, pero tampoco se quedó en él: lo cruzó con esperanza y salió fortalecido. Esta Cuaresma es tu desierto. Un tiempo para mirar dentro de ti, reconocer tus propias tentaciones y elegir, como Jesús, el camino del bien. Porque, aunque las ofertas del mal parezcan atractivas, el amor de Dios siempre vale más.

«COMPROMISO»



CANTO

Déjame Nacer de Nuevo/ Athenas

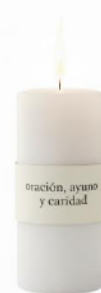
<https://open.spotify.com/track/34ktnUDYVHYEAmMQTRv7gc?si=nbn3LE5ZR4WKMgeSL6h8uw&context=spotify%3Asearch>

#PASOS
Que Inspiran



MATERIALES:

- 1 vela por participante (En las velas estará escrito “Oración, Ayuno u Obras de Caridad” distribuir en cantidades iguales). Cada participante tendrá una con una etiqueta que indique su compromiso: *Oración, Ayuno u Obras de Caridad*. Las velas pueden ser del mismo color o de tres colores distintos según el tipo de compromiso. Al momento de elegir, cada joven tomará la vela del compromiso que desee asumir durante la Cuaresma **y la intercambiará por su piedra o dulce**, símbolo de la tentación.
- 3 mesas o secciones, cada una con un cartel visible:
- En cada sección, coloca copias de las preguntas correspondientes (pueden ir escritas en pequeñas hojas o pegadas a las velas).
- Cirio encendido (solo para encender al final, con cuidado y supervisión).



En un momento de reflexión mientras se escucha un canto de fondo, en una mesa estarán unas varias velitas como la que se muestra en la imagen.

1. El animador invita al silencio:

Ahora pensemos en nuestro camino personal...

Jesús también fue tentado, también sintió hambre, cansancio y miedo, pero eligió confiar en Dios.

¿Qué tentaciones, dificultades o “piedras” tengo yo en mi vida?

¿Qué puedo hacer esta Cuaresma para cambiar y caminar con Jesús?

2. Cada participante toma su piedra y su dulce.

La piedra representa lo duro y difícil: los problemas, las caídas, el dolor o aquello que cuesta superar. El dulce representa la tentación: lo fácil, lo atractivo, lo que promete placer momentáneo, pero deja vacío. Hoy vas a tener la oportunidad de intercambiar tu piedra y tu dulce por una vela. Al hacerlo, estás decidiendo entregar tus dificultades y tentaciones a Dios, para recibir a cambio su luz y su fuerza para seguir adelante.

3. Los jóvenes se acercan a las mesas y eligen una vela según su compromiso:

- **Oración:** si desean fortalecer su relación con Dios.
- **Ayuno:** si desean renunciar a algo que la aleja del bien.
- **Obras de caridad:** si desean servir o ayudar más a los demás.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Dejan su piedra y su dulce en una canasta o junto al cirio, y toman la vela con las preguntas, luego, se sientan un momento a reflexionar y escribir su compromiso personal en una hoja. Cuando terminan, se acercan al cirio y encienden su vela, colocando todas juntas formando un círculo de luz.

Reflexión:

Nosotros como jóvenes en la actualidad vivimos una realidad donde mayormente se encuentra la inseguridad, el narcotráfico, el alcoholismo, el desentendimiento, la rebeldía, las drogas, el internet, la pornografía, el desempleo, entre muchas otras, que frente a ellas se presentan las tentaciones de buscar lo fácil, lo rápido, lo placentero. Nuestras decisiones también influyen en las demás personas, no solo en nosotros.

Si bien, las piedras son lo representativo a lo duro en la vida, la piedra es áspera y difícil de romper, esas situaciones que son difíciles de sobrepasar cuestan mucho enfrentar esos momentos donde sentimos que no podemos más, que no existe algo o alguien que nos pueda ayudar y sobre ello perdemos la esperanza, dudamos si en verdad existe un mundo mejor donde valga la pena hacer lo correcto.

Los dulces son aquellos que representan esas tentaciones en las que caemos, lo que nos gusta, lo que nos llama, es fácil de abrir, algo que es rico por solo un momento y después de un rato ya no está.

Jesús, durante su tiempo en el desierto, nos muestra cómo rechazar ofertas que parecen atractivas pero que en realidad son engañosas y buscan desorientar el camino del bien en nuestra vida. Su ejemplo de sabiduría y fidelidad a Dios nos invita a resistir las tentaciones del mundo frente al sufrimiento y las falsas promesas que hoy pueden presentarse en la vida de los jóvenes, Cristo es el vivo ejemplo de **fortaleza**, a pesar del sufrimiento humano que pasó en el desierto (hambre, cansancio, miedo, frío, duda, desentendimiento, tentación por el demonio) Él fue firme en sus decisiones y la misión a la cual fue enviado por Dios.

Ahora nos uniremos en oración para pedirle que nos ayude a seguir su ejemplo.



Canto: Renuévame / Trigo 13

<https://open.spotify.com/track/5N2yNLWaD1894psb5lLoXn?si=SXui62hXTNyVTPDsYkhxLQ>

Mientras tengan su velita encendida y el canto de fondo, el facilitador puede comenzar ambientando el espacio de acción con una de las frases de José María Escrivá: El espíritu de la Cuaresma es la conversión continua.

#PASOS
Que Inspiran



"Hemos entrado en el tiempo de Cuaresma: tiempo de penitencia, de purificación, de conversión... La primera conversión es importante; pero más importantes aún, y más difíciles, son las sucesivas conversiones. Y para facilitar la labor de la gracia divina con estas conversiones sucesivas, hace falta mantener el alma joven, invocar al Señor, saber oír, haber descubierto lo que va mal, pedir perdón." (Adaptado de "Es Cristo que pasa")



«ORACIÓN»

Señor Jesús, te pedimos que, en medio del abismo, seas Tú la luz que guía nuestros pasos, tú conoces nuestros pecados, en donde hemos tropezado con esa piedra de sufrimiento, hemos caído y quedado con heridas profundas, pero siempre has estado ahí para levantarnos para sanarnos y volver a comenzar de nuevo.

Te pedimos que nunca nos sueltes de tu mano, rectifica siempre nuestra vida y ayunados a renovarnos cada que sea necesario, de esa manera reconciliarnos por la Fe, estaremos en paz contigo. Enséñanos a actuar con sabiduría y prudencia frente a las tentaciones, y a descubrir tu presencia día a día. Sabemos que a veces te fallamos, Señor, pero Tú nos recuerdas que siempre estás a nuestro lado, con un amor inmenso que sostiene nuestra esperanza de un día poder estar contigo, disfrutando de la felicidad eterna. Amén.



ANEXOS:

Vela del AYUNO “No solo de pan vive el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios.”

A ejemplo de Jesús, el ayuno es aprender a dominar los deseos y llenar el corazón con la Palabra de Dios. No se trata solo de dejar algo, sino de hacer espacio para lo que da vida verdadera: la fe, la esperanza y el amor. El ayuno nos invita a mirar dentro de nosotros y preguntarnos cómo podemos usar este tiempo para crecer espiritualmente y liberar el corazón de lo que nos ata.

¿De qué cosas necesito ayunar para estar más cerca de Dios (redes, vicios, actitudes, palabras...)?

¿Qué me está robando paz o tiempo para compartir con los demás?

¿Cómo puedo vivir el ayuno no solo como sacrificio, sino como una manera de crecer en libertad?

Vela de la ORACIÓN

“No tentarás al Señor tu Dios.” (Mt 4,7)

Jesús nos enseña que la verdadera fe no consiste en desafiar a Dios, sino en confiar en Él con humildad y constancia. Esta vela representa tu compromiso de buscar a Dios en la oración diaria, fortaleciendo tu fe para no caer en las falsas promesas del mundo.

¿En qué momentos me cuesta confiar en Dios y busco soluciones rápidas o fáciles?

¿Cómo puedo fortalecer mi relación con Dios a través de la oración durante esta Cuaresma?

¿Qué decisión concreta tomaré para dedicar más tiempo al encuentro con Él?

Esta vela representa tu compromiso de actuar con responsabilidad y amor, sin poner a prueba a Dios esperando milagros. Jesús nos enseña que la verdadera fe se demuestra con acciones concretas de misericordia, cuidando la vida propia y la de los demás.

Ayudar, acompañar y perdonar son maneras de decirle a Dios: “Confío en ti y quiero vivir como tú me enseñas a

¿Qué obra de misericordia puedo realizar esta Cuaresma para reflejar el amor de Dios?

¿Cómo puedo cuidar de los demás y de mí mismo con responsabilidad y fe?

¿De qué manera puedo ser testimonio del amor de Dios en mi familia, escuela o comunidad?



SEGUNDA CATEQUESIS DE CUARESMA "JUNTOS POR EL DESIERTO"

«OBJETIVO»

Abrazar la realidad de cada joven, para que, por medio de la introspección personal, reconozca su cruz y que Cristo renueve su esperanza.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

DINÁMICA: (Re)conociendo mi interior.

OBJETIVO: Que el joven identifique algunas cualidades que le caracterizan, para que, sirviendo estas como guía, le ayuden a reconocer aquello que posee en su interior.

MATERIALES:

- 1 hoja por participante con una silueta de persona (anexo)
- 1 lapicero por participante
- Bocina

INDICACIONES:

1. Repartir una hoja por participante
2. Indicar a los jóvenes que contesten las preguntas con aquello que les represente, siendo lo más honestos posibles, lo que ahí escriban no se compartirán con nadie a menos de que ellos así lo quieran.
3. Poner música de fondo instrumental calmada para reflexionar.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Se realizan las siguientes preguntas. Si el momento así lo permite pedirles a algunos que compartan, pero si no, se puede quedar como reflexión personal.

- ¿Cuál fue la pregunta que más te costó responder?
- De todo lo que escribiste ¿qué te gustaría cambiar?
- ¿Hay algo que podrías hacer para cambiarlo?

Seguramente muchas de estas preguntas nunca nos las habíamos hecho, quizá son cosas que desconocemos de nosotros mismos o que simplemente damos por hecho como un "pues ahí están". Y es que es muy normal, estamos tan sumergidos en el día a día, en las cosas por hacer, en los pendientes



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

por cumplir que es complicado darnos un tiempo para detenernos y preguntarnos “¿qué está pasando hoy en mi interior?”

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Mt 6, 26

En los jóvenes también están los golpes, los fracasos, los recuerdos tristes clavados en el alma. Muchas veces «son heridas de las derrotas de la propia historia, de los deseos frustrados, de las discriminaciones e injusticias sufridas, del no haberse sentido amados o reconocidos». Además «están las heridas morales, el peso de los propios errores, los sentimientos de culpa por haberse equivocado». Jesús se hace presente en esas cruces de los jóvenes, para ofrecerles su amistad, su alivio, su compañía sanadora, y la Iglesia quiere ser su instrumento en este camino hacia la restauración interior y la paz del corazón (Christus Vivit, 83).

Tratar de que ésta se proyecte o se les muestre a los jóvenes. En caso de no tener los materiales para presentarla se puede ir platicando poco a poco para la profundización.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

En los momentos de dificultad que se presentan en tu vida, ¿te has sentido acompañado y comprendido por alguien? ¿por quién?

Es verdad que atravesamos por muchos momentos de sufrimiento en nuestra vida, y que usualmente recurrimos a personas para sentirnos acompañados y ayudados, pero ¿qué pasa cuando no hay nadie? Esos momentos en los que podemos llegar a sentirnos solos o sin la confianza para poder contarle nuestra situación a alguien más. Son esos momentos de crisis en los que podemos llegar a pensar o sentir que no hay alguien a nuestro lado, y que quizá caminamos solos a través de ese sufrimiento. Pero la verdad es que siempre hay alguien que está y que desea con todo su corazón atravesar ese desierto junto a nosotros: Jesús.

Como lo veíamos en el texto, Jesús se hace presente en esas cruces, quiere acompañarnos y hacernos sentir que no estamos solos.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Él no es ajeno a nuestro dolor, a nuestras cargas de todos los días, no está solo como un espectador en nuestra vida - aunque a veces pensemos o lo dejemos así - Jesús es el primero en mirarnos, en sufrir con nosotros, es el primero al que le duele nuestro dolor, le duele vernos tristes, desconcertados, con miedo, solos. Él sufre también, pero sufre porque en su interior hay un deseo de darte la felicidad que tanto anhelas.

Él no se olvida de nadie, nos tiene grabados en su corazón y anhela siempre lo mejor para cada uno. Dios jamás querrá vernos sufrir, ni mucho menos vernos solos, somos su creación más preciada. Pero es verdad que aun con todo hay días de dificultad.

Dios quiere transformar nuestro dolor en vida, nuestro sufrimiento en alegría. Por su amor que desborda y que se hace presente sobre todo en este tiempo que estamos por vivir. Pero, hay que ser valientes para reconocer que necesitamos de esa ayuda y de su compañía.

Qué difícil es reconocer que necesitamos ayuda, cuántas veces hemos sentido hasta vergüenza de expresar nuestros problemas por miedo a la crítica y al “qué dirán”. Pero la verdad, es que en esos momentos tampoco estamos solos, no tengamos miedo de reconocer aquello que nos pesa, Jesús fue el primero en cargar con ellas, Él también pasó por el desierto y nos enseña la manera de afrontarlo.

Te invito a ver el siguiente video. De no poderse proyectar se narrará el pasaje bíblico de cuando Jesús es tentado en el desierto.



VIDEO DE YOUTUBE: Historias de la Biblia - Jesús es tentado

Canal de Youtube: Saddleback Kids

Enlace: <https://youtu.be/z3zc4VCPqTI?si=6KmUdtiWQHmiliM9>

Esta pequeña representación hace alusión a uno de los momentos más fuertes de la vida de Jesús, y sobre todo, a un lugar de mucho significado; el desierto. Pero ¿qué es el desierto? ¿Cuáles son las características del desierto? ¿Qué hay? ¿Qué no hay? ¿Cómo sería la experiencia de estar ahí? Sentimientos, pensamientos, carencias, etc.

El desierto es todo esto y más, y desde un punto de vista bíblico podríamos decir que es un lugar de lucha, un lugar en donde se experimenta necesidad, pero no solo física, sino también espiritual. En el desierto está Dios, pero también está la tentación, pues la tentación llega cuando nos vemos débiles, cuando hay algo que no está del todo saciado en nuestra persona, es justo ahí donde al enemigo le gusta atacar, en nuestras debilidades, en aquello que nos cuesta, que nos duele.

Y Jesús es llevado ahí por Dios, para enseñarnos, como lo pudimos ver en el vídeo, la manera en que podemos sobrevivir al desierto. Nos enseña que estar sostenidos de la mano de su Padre es lo único necesario para alejar la tentación. Y aunque en la práctica es complicado, la fuerza está ahí, en Él.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Seguramente Jesús por su humanidad tuvo miedos y necesidades, carencias como las que se viven en el desierto y muchas más situaciones, ¡fueron 40 días, imagínense! pero hay actitudes que Él toma para poder pasar por medio del desierto, hoy quiere que nosotros también las aprendamos.

El tiempo que estamos por vivir (la cuaresma) tiene muchísima relación con el tema del desierto; es un tiempo de carencia, a veces física, a veces espiritual, y así como el tiempo que pasó Jesús por el desierto también la Cuaresma dura 40 días. Estos días nos ayudan a nosotros a acompañar a Jesús, pero también a dejarnos acompañar por aquel que quiere cruzar el desierto de la vida a nuestro lado.

Nuestro desierto son nuestras heridas, nuestras carencias espirituales, nuestros miedos, preocupaciones y crisis. Nuestro desierto son los momentos de soledad y angustia, de tristeza y ansiedad, y ¿quién mejor para acompañarnos que aquél que ya pasó por eso?

La cuaresma es un tiempo de transformación, pero la transformación no se da con nuestras propias fuerzas, hay que estar abiertos a recibir la ayuda que viene de Dios, es por eso, que en la siguiente actividad reconoceremos aquellas actitudes que Dios nos enseña para atravesar seguros por este desierto.

DINÁMICA: Mural de la cuaresma.

OBJETIVO: Mostrar las actitudes que Dios nos invita a tener para poder cruzar por los momentos de desierto en nuestra vida.

MATERIALES:

- 1 tarjeta por participante.
- Marcadores, lapiceros.
- Papel morado (1.5 m x 1.5 m).
- Cinta adhesiva.

INICIO / MOTIVACIÓN

1. Piensa en alguna actitud que se necesite para poder sobrellevar un mal momento. Puedes ayudarte de aquellas que pudiste ver en Jesús en la experiencia del desierto.
2. En la tarjeta podrás escribir una palabra, frase o actividad que consideres importante practicar para atravesar los momentos de tentación.
3. Los jóvenes pasarán a pegarla en el papel que se encuentra al frente de ellos



CANTO

Vuelvo otra vez / Tuyo

https://www.youtube.com/watch?v=8Hpa3rtG6Kc&list=RD8Hpa3rtG6Kc&start_radio=1





DESARROLLO / VIVENCIA

Todos mirando el cartel y reconociendo algunas de las palabras de este se hace una breve reflexión.

Seguro que hay muchos momentos en nuestra vida que parecieran un desierto; secos y solitarios, pero aquí está la clave, aquí están todas las herramientas y tips para poder sobrellevarlo.

Quizá algunas de estas ya las practiques, quizá algunas otras aún falten fortalecerlas, pero este es precisamente el momento perfecto para reiniciar. Con ayuda de estas actitudes, actividades y herramientas podremos llegar a ser todo aquello que Dios anhela de nosotros.

CIERRE / COMPROMISO

Con ayuda de la hoja que utilizamos al principio, reflexionar sobre la pregunta: ¿Qué cosas cotidianas y posibles puedo hacer para cambiar aquello que me cuesta o que no me gusta de mí mismo?

El Papa Juan XXIII nos decía: “No te fijas en tus miedos, sino en tus esperanzas y sueños. No te preocupes por lo que intentaste y fracasaste, sino por lo que puedes lograr.”

DINÁMICA: Mis recordatorios.

OBJETIVO: Crear un compromiso claro y práctico para los jóvenes, para que haciendo uso de herramientas digitales cotidianas refuercen su deseo de cambiar en bien de su entorno y de su corazón.

DESARROLLO / VIVENCIA

1. Tras pedirles que piensen en esas acciones sencillas, deberán seleccionar una o más que puedan realizar día a día.
2. Teniendo a la mano la aplicación de recordatorios de su teléfono deberán colocar uno de estos recordatorios.
3. Al editarlo indicar que les señale **diariamente** a partir del miércoles de ceniza y hasta el fin de la cuaresma realizar esa acción que se propusieron
Por ejemplo: RECORDATORIO: Sonríe a todas las personas que te encuentres hoy, agradece las cosas que otros hagan por ti, reza un padre nuestro, evita conflictos, etc.

En caso de haber elegido varios, pueden intercalarlos día con día o colocar uno por semana según sea el caso.

CIERRE / COMPROMISO

Sabemos que no es tan fácil como decir que queremos hacer un cambio en nuestra vida, y que a veces pensamos que para tener un cambio tenemos que hacer cosas muy radicales o grandes y complicadas, pero la verdad es que el cambio comienza desde lo pequeño y sencillo, desde un cambio del corazón que poco a poco se irá manifestando en cosas más grandes.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Todo puede cambiar desde una diferente mirada, una sonrisa, un agradecimiento, una oración o incluso un pensamiento, la decisión ahora es solo tuya, seguro que Jesús está ansioso por ver todo lo que nos espera en este camino.

Es importante para esto tenernos mucha paciencia, nadie va a vivir el mismo proceso que tú, ni hará las mismas acciones, cada uno es responsable de su camino, pero eso sí, todos hacia la misma meta.

«COMPROMISO»

Con ayuda de la hoja que contestaron al principio guiar el siguiente momento.

La hoja que tienes en tus manos es tu realidad, es quizá incluso esa cruz con la que has venido cargando por mucho tiempo, es aquello que no nos deja ser plenamente felices o que rompe nuestra relación con Dios, con nuestros hermanos. Es aquello que nos cuesta, lo que no sabemos apreciar de otros o de uno mismo, es eso que deseamos hacer, pero por ahora no lo tenemos.

Jesús quiere ayudarte a cargar esa cruz, Él ama tu cruz y la ve con mucha compasión. Es por eso que te pide que se la entregues, reconozcas de corazón que esto es lo que eres. Pero sobre todo Él quiere durante este tiempo de cuaresma recordarte que puede hacer nuevas todas esas cosas. Siempre y cuando tú lo quieras también.

1. Se colocará una cruz, un cirio (encendido) y una vasija frente a ellos (de preferencia con un poco de ceniza en el fondo).
2. Se les pedirá que la hoja que tienen en sus manos la tomen con valentía y pasen de uno en uno a entregarle y ofrecerle a Jesús lo que son y en señal de que están dispuestos en volver al polvo.
3. Deberán encender su hoja con la llama del cirio y dejar que se consuma en la vasija hasta que queden reducidas a cenizas. Mientras tanto se coloca la siguiente canción.

De ser posible proyectar la letra de la canción mientras se está viviendo este momento.



CANTO

Renuévame / Trigo 13, Misión Jatari

https://www.youtube.com/watch?v=aqRsQD2CcLs&list=RDaqRsQD2CcLs&start_radio=1

Una vez entregaron a Jesús lo que son por medio de la quema de la hoja, deberán tomar un poco de ceniza y marcar ellos mismo su frente en señal de están dispuestos a dejarse convertir en polvo por Jesús. Reproducir la siguiente canción.



CANTO

Polvo Soy / Paola Pablo

https://www.youtube.com/watch?v=QiMn894onYA&list=RDQiMn894onYA&start_radio=1

#PASOS
Que Inspiran



«ORACIÓN»

Amado Padre,
te pedimos que nos mires con misericordia, sabemos que nuestra carne es débil, y nuestro espíritu se olvida de amarte.
No tengas en cuenta nuestros pecados, sino que ayudamos a reconocerlos y ponerlos en tus manos.
Jesús, te pedimos que tomes estas cruces que nos pesan y las cargues con tu Amor, recuérdanos tu presencia aun en medio del desierto.
Ayúdanos a ser perseverantes, a tomar las decisiones que día a día nos acerquen más a ti, a nuestros hermanos y a nosotros mismos.
Jesús, gracias por tu cercanía, por abrazar nuestro dolor, por tu perdón y misericordia.
Hoy reconocemos nuestra pequeñez y fragilidad, sabiendo que aun siendo solo simple polvo de la tierra Tú deseas para nosotros la Eternidad.
Jesús enséñanos a alcanzarla, y a mantenernos tomados fuerte de tu mano para cruzar los desiertos de la vida. Amén



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

ANEXO: DINÁMICA (RE)CONOCIENDO MI INTERIOR

**LO QUE ME
GUSTA DE MI**

**LO QUE NO ME GUSTA
DE MI**

**¿EN QUE SOY
BUENO?**

**¿QUÉ SE ME
DIFICULTA?**

**¿QUÉ CUALIDADES ME
AGRADAN DE OTROS?**

**QUÉ COSAS ME
DESAGRADAN DE
OTROS?**



SERÁ QUE PUEDO MEJORAR ESTO?

#PASOS
Que Inspiran



TERCERA CATEQUESIS DE CUARESMA

"UNA LUZ EN EL CAMINO"

«OBJETIVO»

Guiar a los jóvenes para que redescubran los signos de esperanza en su camino cuaresmal, partiendo de su realidad para comenzar un proceso de purificación a través de la oración por el otro.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

- Sillas.
- Botellas.
- Conos.
- Pelotas.
- Ladrillos.
- Paliacates o antifaces para taparse los ojos (depende del número de participantes).

INDICACIONES:

1. Delimitar un espacio grande al aire libre y colocar los objetos simulando un campo minado, con un inicio y una meta.
2. Dividir a los jóvenes en parejas y entregarles un antifaz por pareja. Uno de ellos se venda los ojos. Tendrán 10 segundos para hablar entre ellos y reconocer sus voces.
3. Todos los que tienen los ojos vendados se acomodan al inicio del campo minado y el resto de participantes se colocan alrededor de este mismo.
4. El reto es que los que están afuera guíen solo con su voz y sin entrar al campo minado a su compañero que tiene los ojos vendados para que no toque los objetos que se encuentran en el campo minado hasta llevarlo al final. En caso de tocar algún objeto se deberá volver a comenzar desde el inicio.
5. Los jugadores que se encuentran afuera pueden distraer o desorientar a los compañeros que están dentro con los ojos vendados.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Elegir al azar a algunos jóvenes de los que tenían sus ojos vendados y pregunta:

- ¿Qué fue lo más complicado de la actividad?
- ¿Confiaste en la persona que te estaba guiando?
- ¿Lograste distinguir la voz de tu compañero entre tantas voces?
- ¿Qué sentimientos experimentaste cuando tenías que volver a empezar por tocar un objeto de la mina?



A los que guiaban por fuera del campo minado:

- ¿Qué fue lo más difícil de guiar a tu compañero?
- ¿Qué sentimientos experimentaste cuando tu compañero tenía que volver a empezar por tocar un objeto de la mina?

Al realizar la dinámica pudieron experimentar diferentes emociones como la frustración, miedo, confusión o tal vez la tentación de hacer trampa y quitarse la venda o hacerla a un ladito, aunque parecía solo un simple juego podemos darle un sentido más profundo.

En la actualidad, como jóvenes, ante la realidad del mundo donde todo es inmediato o rápido, caminamos cegados y sin una esperanza genuina en llegar a la meta cuando las cosas no se nos dan o las logramos de manera inmediata.

Así como en el juego, nuestra vida es un campo minado que recorreremos con los ojos vendados. A pesar de qué tan complejo sea nuestro camino o nuestra vida, siempre hay alguien dispuesto a acompañarnos para guiar nuestros pasos y no tropezar. La confianza en nuestra comunidad o en quienes nos rodean es parte esencial de nuestro camino pues nos ayudarán a no pisar las minas que aparezcan en nuestro día a día.

Es normal experimentar frustración cuando hemos cometido errores y tenemos que volver a comenzar nuestro camino o redireccionar nuestra vida, por eso la resiliencia será otro elemento esencial para no rendirnos y hacer frente a la frustración que nos genera no tener logros inmediatos.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Mateo 5, 14-16.

Gaudium Et Spes 4, párrafos 2, 3 y 37.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

El camino en el desierto de Jesús también fue un campo minado ya que al ser hombre experimentó hambre, sed, cansancio, etc. pero no se rindió.



Nosotros como hombres tenemos ciertas necesidades e impulsos que tenemos que aprender a controlar; Jesús no se detuvo en el camino del desierto, con las tentaciones del demonio, su campo minado se hizo más grande pero al voltear a ver todo lo que había recorrido y a pesar de todo el cansancio que llevaba, no se rindió, Él continúa, con sabiduría y firmeza, apoyado de la oración para continuar su camino a pesar de las minas que son las tentaciones y de esta manera logra vencerlas.

Nosotros también estamos invitados a lo mismo, a no escuchar, ni ceder a las tentaciones que nos hace el demonio, saber discernir para que Dios sea esa voz que nos guíe por el camino correcto para evitar las minas y sepamos escuchar lo que quiere para nuestra vida y ser pacientes para esperar el momento que Él sabe que es bueno para nosotros. Y por otra parte alejarnos de las distracciones del demonio que nos hacen caer en las tentaciones que nos hacen retroceder en nuestro camino y tengamos que volver a comenzar justo por nuestras malas decisiones.

En **Mt. 5, 14-16** se menciona que somos la luz del mundo, pero ¿qué pasa cuando nos sentimos como si nuestra luz se estuviera apagando? Cuando no vemos resultados inmediatos, cuando las cosas no salen como queremos, es fácil sentirse frustrado y querer rendirse. Justo, la resiliencia es como una lámpara en la oscuridad. Aunque la oscuridad sea densa, aunque no veamos el camino, nuestra luz sigue brillando. Y eso es lo que nos hace fuertes, Él nos hace fuertes. No se trata de tener éxito inmediato, se trata de seguir adelante, confiando en el tiempo y la voluntad de Dios.

Así que, cuando sientas que no puedes más, recuerda que eres la luz del mundo y que Dios te llama a una misión y un propósito. La luz de Dios en ti es más fuerte que cualquier oscuridad. No te dejes apagar y se guía para encender a otros

El numeral 4 de Gaudium et Spes nos recuerda que Dios no nos abandona, sino que nos acompaña en nuestras luchas y nos da la fuerza para seguir adelante. La resiliencia no es solo una virtud humana, sino una respuesta a la gracia de Dios que nos sostiene y nos da esperanza.

En un mundo lleno de desafíos y adversidades, podemos enfrentar cualquier obstáculo con la certeza de que Dios está con nosotros guiándonos y sosteniéndonos en todo momento. Así que no te rindas, mantén tu fe y tu esperanza en Dios que te acompaña y guía a lo largo de cualquier campo minado que puedas atravesar.

«COMPROMISO»

DINÁMICA: Luz en la oscuridad.

OBJETIVO: Reflexionar sobre la resiliencia y la confianza en Dios en momentos de dificultad, y comprometerse a ser una luz en la oscuridad para otros.



MATERIALES:

- Lapiceros para cada joven participante.
- ¼ de hoja blanca para cada participante.
- Una vela pequeña por participante.

INSTRUCCIONES:

Se puede preparar un espacio y un ambiente tranquilo. Si hay posibilidad de realizar la actividad dentro de la Iglesia guardando el debido respeto, se puede hacer.

1. Previo a la dinámica se colocan las velas al centro del círculo, separadas y sin encender.
2. Pedir a los jóvenes que se sienten en un círculo y que cada uno tome una hojita y un lápiz.
3. Solicitar que escriban en el papel una situación o desafío que estén enfrentando ahora que les cause temor o ansiedad. ***Importante** que NO coloquen su nombre para mantenerlo en el anonimato.
4. Una vez escrito invitarlos a que doblen el papel, pasen al centro y lo coloquen debajo de una vela. Guardar unos minutos de silencio (no más de 3 minutos).
5. Explicar que cada uno de ellos tiene la oportunidad de ser una guía en el campo minado de otro, una luz en la oscuridad para alguien más, y que pueden hacerlo ofreciendo una oración o un mensaje de apoyo a esa persona que lo necesite.
6. Invitar a los jóvenes a que cada uno tome una vela en conjunto con el papelito que tenga debajo y que lean la situación o desafío escrito.
7. Si la cantidad de jóvenes que viven la experiencia permite que cada joven pueda ofrecer una oración o un mensaje de aliento a la persona que escribió la situación, sin revelar su identidad se puede hacer; pero si son muchos se dan unos minutos de silencio para que cada joven en su interior pueda realizar una oración por la situación que le tocó y piense cada uno en su interior como puede comprometerse a ser luz para guiar a las personas que lo rodean, a caer en minas que puedan distraerlos de escuchar la voz de Dios en su día a día. Una vez terminada su oración puede encender su vela como signo de compromiso de que se esforzará por ser guía y luz para el otro.



«ORACIÓN»

Señor Jesús,
gracias por recordarnos que, en un mundo lleno de desafíos y adversidades, Tú eres la Luz
que brilla en la oscuridad.

Queremos ser guías, una luz en la oscuridad para otros, compartiendo la esperanza y la fe
que Tú nos has dado. Ayúdanos a confiar en Ti en medio de las dificultades y los
sufrimientos, sabiendo que Tú nos acompañas y nos sostienes en todo momento.

Que esta cuaresma nuestra fe aumente y arda intensamente como una llama, iluminando
el camino de aquellos que se sienten perdidos y solos. Que seamos instrumentos de Tu
amor y Tu paz en este mundo peregrino que necesita de Ti. Amén.



PASCUA 2026

con Él somos esperanza



DOMINGO
de ramos

#Pasos
Que Inspiran



PRIMERA CATEQUESIS DE DOMINGO DE RAMOS "CAMINO CON JESÚS HACIA MI ENTRADA TRIUNFAL"

«OBJETIVO»

Motivar a los jóvenes, mediante la entrada triunfal de Jesús, a la valentía para discernir y cumplir sus sueños.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

SKETCH: *Soñar es posible (Autora Clara Pérez).*

Personajes:

- **Carlos:** Joven soñador, que tiene una gran idea y sueña con comercializarla.
- **Santiago:** Amigo de Carlos, pesimista y temeroso a los retos.
- **Sebastián:** Tercer amigo, que no cree en los sueños y se burla de las ilusiones de Carlos.

Ambientación: Una mesa, dos sillas y una computadora.

ACTO I

Carlos está concentrado en la computadora, cuando entran Santiago y Sebastián.

Santiago: *(Acercándose a Carlos y saludándolo)* ¿Cómo estás amigo, que te tiene tan concentrado?

Sebastián: *(Dando dos palmadas en el hombro de Carlos y asomándose a ver lo que hace en la computadora)* ¿Qué estarás inventando hoy?

Carlos *(Sonriendo sin despegar la vista de la pantalla)* ¿Cómo están amigos? Esperen estoy terminando una super idea ¡con está si me voy volver muy rico!

Sebastián: ¿Otra vez tu y tus ideas? ¿Hasta cuándo dejarás de soñar con esas cosas imposibles?

Carlos: No son imposibles, yo sueño con vender alguna de mis ideas y así ganar mucho dinero.

Santiago: *(Sentándose en una de las sillas, mientras pone una mano en su quijada)* ¿Y no te da miedo perder tanto tiempo en esas ideas y al final no lograr nada? El tiempo no se recupera amigo y tu pierdes mucho soñando.

Carlos: *(Algo molesto)* Ustedes son aves de mal agüero ¿Por qué mejor no me dejan solo? Necesito comunicarme con alguien a quien le voy a ofrecer mi última creación, un juego que va a estar espectacular y cuando me vuelva muy rico, no los quiero a mi alrededor, ya que no me están apoyando mucho.



Sebastián: *(Riéndose y levantando a Santiago de la silla)* Tú estás loco, vámonos Santiago, dejemos que el nerd siga soñando, aunque de los sueños no se vive, que iluso eres Carlos.

Ambos salen del lugar y Carlos vuelve a concentrarse en la computadora.

ACTO II

Colocar una mesa, dos sillas y una computadora.

Carlos se encuentra frente a la computadora y de pronto lee algo que lo asombra, se levanta y toma el celular para llamar a sus amigos.

Carlos: *(Muy alegre y emocionado)* Santiago amigo ¿pueden venir a mi casa? Tengo algo increíble que contarles, pero vengan lo más pronto, ok.

Mientras sus amigos llegaban, Carlos camina con el celular en la mano, de un lado a otro muy sonriente. Sus amigos llegan de pronto

Sebastián: *(Con cara de fastidio)* ¿Ahora que paso Carlos? Nos hiciste venir corriendo, ojalá que sea para algo bueno y no para otros de tus sueñitos bobos.

Santiago: *(Tranquilo)* No le hagas caso a Sebas, cuéntanos que pasa.

Carlos: *(Con una gran sonrisa y mirando a ambos)* ¿Cómo les explico lo que acaba de suceder amigos?

Sebastián: *(Continúa con cara de fastidio)* Pues solo dinos y ya, no nos hagas perder más nuestro tiempo.

Santiago: *(Mirando a Sebastián)* Pues déjalo que hable Sebas, Carlos que es eso tan importante que quieres decirnos.

Carlos: *(Con una gran sonrisa y brincando de alegría)* ¡Lo logre amigos! Van a comprar mi juego, me avisaron hace un rato que lo harán, ¿pueden creerlo? Mi sueño al fin se hará realidad, ganaré mucho dinero.

Sebastián: ¿A que llamas mucho dinero?

Santiago: *(Un poco alegre)* Que bueno amigo, pero oye ¿no te da miedo que no vaya a funcionar y quedes mal?

Carlos: *(Sin perder su gran sonrisa, coloca sobre la mesa un papel)* Mira Sebas esta es la cantidad que me van a pagar.

Y Santi no me da miedo quedar mal, ellos lo revisaron, harán unos pequeños ajustes, pero me han dicho que está muy bien.

Amigos yo voy a lograr mis sueños, porque los sueños si se cumplen...



«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

- Una cartulina por equipo
- Un plumón por equipo

DESARROLLO:

1. Formación de equipos: Se divide al grupo en equipos según el número de participantes. Esta distribución permite escuchar diversas perspectivas y reconocer que cada joven aporta algo único al diálogo.
2. Asignación de personajes: A cada equipo se le asigna un personaje que representa actitudes que todos hemos vivido:
 - El soñador, que cree, imagina y contagia esperanza.
 - El desanimado, que quiere avanzar, pero se siente limitado por sus miedos.
 - El desanimado, que sin querer refleja su propia historia de dolor o frustración.
3. Trabajo en equipo: Con una cartulina y un plumón, los equipos responden:
 - ¿Qué les diría tu personaje a los otros dos?

Esta pregunta ayuda a descubrir cómo se relacionan entre sí distintas formas de ver la vida.

- ¿Por qué crees que tu personaje actúa de esa manera?

Esta pregunta profundiza en la raíz de las actitudes, mostrando que detrás de cada comportamiento hay emociones, heridas, historias y deseos.

Se otorga aproximadamente 20 minutos para dialogar, discutir y llegar a un consenso. Este tiempo permite que los jóvenes se escuchen, descubran coincidencias, y también confronten creencias propias.

4. Puesta en común: Un representante por equipo comparte las respuestas. Este momento no solo expone ideas: revela experiencias reales, miedos, sueños y confrontaciones internas que muchas veces los adolescentes no expresan abiertamente.
5. Pregunta final para todo el grupo: Después de escuchar la voz de cada personaje, se abre la reflexión con una pregunta clave:

¿Tú qué harías en esa situación? Esta pregunta lleva a cada joven a examinar profundamente a ver dónde se encuentra hoy: si está soñando, si está apagado, si está apagando los sueños de otros... o si está en transición entre estas actitudes.



CIERRE:

Esta dinámica revela una verdad significativa: los jóvenes no solo cargan sueños, también cargan temores, presiones y heridas. Por eso, a veces actúan como soñadores llenos de vida, y otras veces, como desanimadores sin proponérselo.

Quien desanima no siempre busca lastimar; muchas veces simplemente proyecta la desesperanza que lleva dentro, las decepciones que ha vivido o la falta de alguien que alguna vez creyera en él. Y quien sueña tampoco es un ingenuo: es alguien que ha decidido mirar más allá de sus límites.

La dinámica nos ayuda a comprender que las actitudes no son etiquetas permanentes: son espejos que nos muestran en qué parte del camino estamos.

La clave es reconocer que:

- Los sueños siguen dentro, aunque estén heridos.
- Las dificultades no cancelan lo que somos capaces de construir.
- Incluso desde la fragilidad, podemos volver a levantarnos.
- Todos podemos aprender a escuchar, apoyar y animar a otros.

Este ejercicio nos recuerda que, a pesar de las circunstancias, cada joven conserva la capacidad de soñar, reconstruirse y convertirse en mensajero de esperanza.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Génesis 37,5-11

Para este momento es importante que el animador (encargado de dar el tema) conozca la historia del José el soñador.

- Se necesitarán 3 personas, cada uno leerá un personaje de la cita (narrador, José, hermanos).
- Se les pide a los jóvenes que cierren los ojos, respiren profundo y escuchen con atención la siguiente cita Bíblica.
- Música instrumental de fondo te dejamos la siguiente propuesta.



CANTO

Haz tu obra/ Tobías Butler.

https://www.youtube.com/watch?v=Y1P6zpNx5z0&list=RDY1P6zpNx5z0&start_radio=1



«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Así como José compartió sus sueños con sus padres y hermanos y no tuvo una respuesta favorable, así muchas veces nosotros compartimos nuestros sueños con nuestra familia o amigos y no siempre obtenemos la mejor respuesta, sin embargo, José confió plenamente en Dios, y sin importar las adversidades (*explicar algunas situaciones que vivió José el soñador*) que paso, logró hacer realidad sus sueños. De igual manera nosotros no debemos de desistir de nuestros sueños, debemos perseverar para poder cumplirlos; como nos menciona el Papa Francisco en *Christus Vivit*: “Hay que perseverar en el camino de los sueños. Para ellos hay que estar atentos a una tentación que suele jugarlos una mala pasada: la ansiedad. Puede ser una gran enemiga cuando nos lleva a bajar los brazos porque descubrimos que los resultados no son instantáneos. Los sueños más bellos se conquistan con esperanza, paciencia, empeño, renunciando a las prisas. Al mismo tiempo, no hay que detenerse por inseguridad, no hay que tener miedo de apostar y cometer errores. Aún si te equivocas siempre podrás levantar la cabeza y volver a empezar, porque nadie tiene derecho a robarte la esperanza.”

Aun cuando el camino se vea o sea complicado, no debemos dejar que el miedo, la incertidumbre o la negatividad de los demás nos impida avanzar, debemos creer en nosotros mismos y tener la certeza de que Dios nunca nos deja solos; Él mismo nos lo aseguró con sus palabras: «Yo estoy con vosotros todos los días hasta el fin del mundo». Esta promesa no es un simple recuerdo del pasado, sino una verdad viva que nos sostiene hoy. Muchas veces, cuando enfrentamos problemas, miedos o incertidumbres, podemos sentir que Dios ya no camina con nosotros. Las adversidades tienen la fuerza de cegarnos, de hacernos creer que estamos abandonados y de sembrar en nosotros la duda y la desesperanza.

Sin embargo, la realidad es otra: Dios permanece siempre a nuestro lado, aunque a veces no lo podamos ver con claridad. Es el Espíritu Santo quien da la fortaleza para seguir adelante, la esperanza para levantarnos después de cada caída y la valentía para enfrentar lo que parece imposible.

Confiar en Él no significa que los problemas desaparezcan, sino que ya no los enfrentamos solos. Dios nos acompaña en cada paso, en cada lucha y en cada sueño.



Por eso es necesario dejarnos acompañar por Él, permitir que sea nuestro guía en el camino de la vida. Así, cada paso que demos, cada lucha y cada sueño que construyamos se transformará en un camino hacia una “entrada triunfal”. Así como Jesús entró en Jerusalén el Domingo de Ramos, confiado en la voluntad del Padre y sostenido por su misión, también nosotros podemos vivir nuestras propias entradas triunfales: cuando alcanzamos nuestros sueños, de la mano de Dios.

Soñar es un regalo de Dios. No está mal soñar con cosas humanas como tener una casa, un coche, una profesión o una familia; esos sueños también vienen de Él, porque Dios quiere nuestra realización y que podamos disfrutar la vida. Pero también es cierto que no todos los sueños valen la pena. Se necesita valentía para elegir y seguir sólo aquellos que en verdad nos ayudan a crecer, a ser mejores y a construir esperanza. Dios también nos regala sueños más profundos: vivir en el amor, servir a los demás, construir comunidad y caminar con Jesús. Ambos tipos de sueños son de Dios y ambos son importantes.

«COMPROMISO»

MATERIALES:

- Una corona de olivo de papel por participante
- Imagen de Jesús (Jesús entrando triunfal, o, Jesús Buen Pastor)
- Impresión de la oración final para cada persona
- Reproductor para el canto

INICIO/ MOTIVACIÓN:

Invitar a los adolescentes a reflexionar en silencio sobre sus sueños más profundos: aquello que anhelan, lo que quieren construir, lo que desean llegar a ser. La corona de olivo será un símbolo de esperanza, lucha y entrega, recordándoles que los sueños también requieren decisión, perseverancia y valentía.

Se les explica brevemente que este compromiso no es una actividad más, sino un gesto personal, sincero y libre en el que cada uno expresa aquello que lleva guardado en el corazón.

DESARROLLO:

-Escribir los sueños: Se entregará a cada participante una corona de olivo de papel, en la cual escribirán aquellos sueños que tienen y desean cumplir. Pueden ser sueños personales, familiares, espirituales, académicos o vocacionales.



-Ofrenda de los sueños: Después, cada participante pasará al frente para colocar su corona frente a la imagen de Jesús (Jesús entrando triunfal, o, Jesús Buen Pastor). Este gesto simboliza confianza: dejar que Jesús acompañe, ilumine y fortalezca todo lo que desean construir.



CANTO

Tuyo Soy / MNM RCCES México

https://youtu.be/h7_LWSJ5JdM?si=G5LWTPe4E4LbBOUi

CIERRE

Una vez que todos han entregado su corona, se invita a los participantes a colocarse alrededor de la imagen de Jesús. Este círculo representa comunión, unidad y el camino compartido que cada uno recorre, aunque sus sueños sean distintos. Se les recuerda brevemente que entregar los sueños a Jesús no es renunciar a ellos, sino permitir que Él los guíe con amor y sabiduría, ayudándolos a permanecer firmes aun cuando el camino sea difícil.



«ORACIÓN»

Se entrega la oración impresa y todos la rezan juntos.

Señor Jesús, reconozco que tú eres el único Rey y Señor de mi vida, por eso en este día y en este momento pongo en tus manos mis sueños, anhelos y metas, te pido que ilumines mi camino, me des la claridad para saber hacia dónde voy y la fortaleza para perseverar ante los desafíos. Que tu Espíritu Santo siempre llene mi corazón de entusiasmo para nunca dejar de soñar y que mis sueños siempre estén en sintonía con la voluntad de Dios.
Amén.



SEGUNDA CATEQUESIS DE DOMINGO DE RAMOS "TESTIGOS DEL REINO"

«OBJETIVO»

Motivar a los jóvenes a ser protagonistas en la construcción del Reino, con coherencia en su vida diaria, para que con valentía sean el reflejo de la entrada triunfal de Cristo.

MATERIALES:

- Hojas color café (en forma de piedra).
- Plumones.
- Cinta (para pegar las piedras en el camino).

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

INDICACIONES:

1. Previamente tendremos un camino desviado en el piso, donde cada joven lo irá rellenando con unas piedras que se les entregarán.
2. Para introducir al momento, iniciaremos dialogando con los jóvenes, durante nuestro caminar como jóvenes hemos atravesados distintas dificultades como puede ser el miedo, la presión social, problemas, adicciones, etc.
3. Para continuar se entregará una hoja que tendrá forma de piedra, en ella los invitamos a escribir esas piedras (dificultades) que nos hacen desviar nuestro camino, llegando a frustrar y alejarnos de nuestro sueño.
4. Ya que vayan terminando de escribir, se les indicará que deben pegar esa piedra en el camino que se encuentra en medio de ellos y tratarán de restaurar ese camino que está desviado.
5. Se les entregará pegamento o cinta para que ellos lo vayan pegando.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Invita a los jóvenes a buscar su lugar para la interacción y participación de cada uno. Pongamos atención en las participaciones de cada uno.

1. ¿En qué momentos del día o de la semana sientes que esta piedra pesa más en tu vida?
2. ¿Qué pasa en tu entorno (familia, amigos, compañeros) cuando esta piedra está en tu camino?



3. ¿Quién o qué suele ponerte esta piedra en el camino? ¿Tú, las personas, el entorno?

Escucharemos la participación de los jóvenes, donde cada uno de los que se anime a compartir será importante que se sienta escuchando en este momento que puede sentirse seguro y expresar.

En nuestro caminar suelen pasar distintas situaciones que hagan que venga el desánimo y entren en nosotros pensamientos negativos que no nos permiten avanzar a los objetivos, sueños o logros que nuestro corazón desea. Pero nosotros como jóvenes debemos ser valientes, para que nuestra mente la llenemos de cosas positivas, para encontrar esa estabilidad emocional y también conocernos y ser capaces de buscar ayuda.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

- Se le indicará al joven que es momento de escuchar al Señor en su palabra, donde nos da la fuerza necesaria y donde podremos depositar todo lo que nuestro corazón tiene. Invitarlos a entregar sus piedras al mejor constructor de almas.
- Pídeles que hagan un círculo y en medio de ellos enciende un cirio, signo de la presencia del Señor.

MEDITAMOS



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: 1 Juan 4, 9-10 / 1 Corintios 13, 4-7

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Al terminar de dar lectura a la palabra de Dios, pídele al joven que en silencio reflexionaremos las siguientes preguntas:

- ¿Qué me dice la palabra de Dios?
- ¿Qué relación encontramos entre las experiencias humanas y el mensaje de Dios?
- ¿Cómo lo relaciono en la vida cotidiana?
- ¿Cuál es el buen mensaje que me puedo llevar?



Este pasaje nos enseña que el amor de Dios no es una cuestión de lo que nosotros podemos hacer por Él, sino de lo que Él hizo por nosotros de forma gratuita. Para los jóvenes, esto es un llamado a vivir una vida de fe y gratitud, reconociendo que el amor de Dios es el fundamento para vivir y no pecar, como se menciona en otros pasajes relacionados.

- **El amor de Dios es un regalo:** Resalta que Dios demostró su amor enviando a su único Hijo, Jesús, para que tuviéramos vida eterna. Esto es un acto de amor incondicional y gratuito que debemos recibir con fe.
- **El amor que transforma:** Al vivir inspirados por este gran amor, podemos aprender a amar a los demás como Dios nos ha amado. Este amor nos impulsa a no vivir en el pecado, sino a vivir una vida justa y de servicio.
- **La respuesta a ese amor:** La respuesta a este amor es vivir de acuerdo con la fe que hemos recibido. Esto significa confiar en Jesús, confesar nuestros pecados y buscar su perdón, y luego esforzarnos por vivir una vida que le agrada.
- **El amor como acción:** El amor verdadero no es solo una emoción, sino una decisión activa de actuar con bondad, paciencia y generosidad. Como jóvenes, esta es una oportunidad para ver cómo aplicamos este amor en nuestra vida diaria con nuestros amigos, hermanos y padres.
- **Desafío al egoísmo y la ira:** El amor descrito en 1 Corintios 13, no es egoísta, no se enoja fácilmente ni guarda rencor. Como jóvenes, a menudo experimentamos la ira y el egoísmo. Este pasaje nos llama a reflexionar si estamos actuando de manera egoísta o si estamos perdonando y no guardando rencor hacia los demás.

“La Iglesia en salida es la comunidad de discípulos misioneros que primerean, que se involucran, que acompañan, que fructifican y festejan. «Primerear»: sepan disculpar este neologismo. La comunidad evangelizadora experimenta que el Señor tomó la iniciativa, la ha primereado en el amor (cf. 1 Jn 4,10); y, por eso, ella sabe adelantarse, tomar la iniciativa sin miedo, salir al encuentro, buscar a los lejanos y llegar a los cruces de los caminos para invitar a los excluidos. Vive un deseo inagotable de brindar misericordia, fruto de haber experimentado la infinita misericordia del Padre y su fuerza difusiva. ¡Atrevámonos un poco más a primerear! Como consecuencia, la Iglesia sabe «involucrarse». Jesús lavó los pies a sus discípulos. El Señor se involucra e involucra a los suyos, poniéndose de rodillas ante los demás para lavarlos. Pero luego dice a los discípulos: «Seréis felices si hacéis esto» (Jn 13,17). (La alegría del evangelio, 24)

La comunidad evangelizadora se mete con obras y gestos en la vida cotidiana de los demás, achica distancias, se abaja hasta la humillación si es necesario, y asume la vida humana, tocando la carne sufriente de Cristo en el pueblo. Los evangelizadores tienen así «olor a oveja» y éstas escuchan su voz. Luego, la comunidad evangelizadora se dispone a «acompañar». Acompaña a la humanidad en todos sus procesos, por más duros y prolongados que sean. Sabe de esperas largas y de aguante apostólico. La evangelización tiene mucho de paciencia, y evita maltratar límites. Fiel al don del Señor, también sabe «fructificar». La comunidad evangelizadora siempre está atenta a los frutos, porque el



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Señor la quiere fecunda. Cuida el trigo y no pierde la paz por la cizaña. El sembrador, cuando ve despuntar la cizaña en medio del trigo, no tiene reacciones quejosas ni alarmistas. Encuentra la manera de que la Palabra se encarne en una situación concreta y dé frutos de vida nueva, aunque en apariencia sean imperfectos o inacabados.

El discípulo sabe dar la vida entera y jugarla hasta el martirio como testimonio de Jesucristo, pero su sueño no es llenarse de enemigos, sino que la Palabra sea acogida y manifieste su potencia liberadora y renovadora. Por último, la comunidad evangelizadora gozosa siempre sabe «festejar». Celebra y festeja cada pequeña victoria, cada paso adelante en la evangelización. La evangelización gozosa se vuelve belleza en la liturgia en medio de la exigencia diaria de extender el bien. La Iglesia evangeliza y se evangeliza a sí misma con la belleza de la liturgia, la cual también es celebración de la actividad evangelizadora y fuente de un renovado impulso donativo”

«COMPROMISO»

MATERIALES:

- Hojas color verde (en forma de palma).
- Plumones.
- Cinta adhesiva.
- Imagen de Jesús.
- Notas adhesivas.

DESARROLLO:

1. Se le entregará a cada joven una palma en la que escribirán lo que los motiva o fortalece (Sus talentos, virtudes, personas que los apoyan, experiencias con Dios, sueños, valores que quieren vivir).
2. Una vez que terminen de escribir en su palma, regresaremos a observar el camino de la piedra y al final del camino estará una imagen de Jesús.

Se pondrá una imagen de Jesús al final del camino, y al reverso de su palma escribirán el compromiso que harán con ellos para ser testigos de su reino, mientras se escucha el siguiente canto.



CANTO

No Estás Solo (Letra) - Fruto Del Madero

<https://youtu.be/LHOTJXT3Pik?si=iRO750mhPC61bPPt>

#PASOS
Que Inspiran



Para finalizar se les pedirá a los jóvenes que dejen su palma en una de las rocas donde se encuentra el camino y entreguen su palma al Señor.



«ORACIÓN»

Dios Padre misericordioso, creador nuestro y fuente de toda fortaleza, te damos gracias por el don de la juventud, tiempo de esperanza, sueños y vitalidad.

Te pedimos por todos los jóvenes del mundo, y de manera especial por nosotros, para que, por el poder del Espíritu Santo, experimentemos tu amor y misericordia incondicionales.

Concédenos la valentía de seguir a Jesús en nuestro camino de vida, incluso cuando nadar contra corriente parezca difícil. Ayúdanos a atesorar tu Palabra en nuestros corazones, para que ella sea nuestra guía y fortaleza ante las tentaciones del mundo.

Que no tengamos miedo de dar testimonio de nuestra fe, de proclamar la Buena Nueva y manifestar el bien que has hecho en nuestras vidas. Abre nuestros corazones para que, con palabras y acciones, podamos ser instrumentos de tu paz y amor.

Que, viviendo conforme a tu voluntad, hagamos presente tu Reino de justicia y verdad aquí en la Tierra. Que seamos luz en medio de la oscuridad, sal y fermento en un mundo que tanto necesita de Ti.

Te lo pedimos por Cristo nuestro Señor, que vive y reina contigo en la unidad del Espíritu Santo y es nuestro único Señor y la razón que llena nuestras vidas.

Amén.



PASCUA 2026

con Él somos esperanza



JUEVES
santo

#Pasos
Que Inspiran



PRIMERA CATEQUESIS DE JUEVES SANTO “LA HUMILDAD DA PASO A LA ESPERANZA”

«OBJETIVO»

Sensibilizar a los jóvenes a que reconozcan su persona y su entorno, como camino de esperanza para descubrir en Cristo el reflejo de la humildad que los impulsa a la entrega.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

DINÁMICA: *¿Quién eres?*

MATERIALES:

- Micrófono.
- Bocina.
- Hojas Blancas.
- Bolígrafos.

Se reproduce el video:



VIDEO DE YOUTUBE: ¿Quiénes somos?

CANAL DE YOU TUBE: MEB.educ

Enlace: <https://youtu.be/-nqSMrKxrx4?si=2fkur9KMLKQrJ5lw>

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Al iniciar la profundización de la experiencia o motivación una persona del equipo organizador se debe sentar entre los chicos, esta persona no debe vestir igual que los jóvenes que vivirán el momento. Después de ver el video, se invita a los participantes a que compartan lo que entendieron o la parte del video que más les llamó la atención.

El animador busca a la persona del equipo que está entre los asistentes y le realiza la pregunta, ¿Quién eres? La persona debe mencionar elementos como su nombre, profesión, roles, etc.



Luego, el animador le cuestiona en voz alta:

Pero... ¿y si no te llamarás [nombre]?

¿Y si no fueras [profesión]?

¿Y si no fueras hijo de [nombres de sus padres]?



Esto abre el espacio para que los jóvenes reflexionen desde el inicio.

Dirigir a los jóvenes e invitando a contestar las siguientes preguntas, una por una, dejando un momento de silencio entre cada una:

- Y si no te llamarás [tu nombre]... ¿quién serías?
- Y si no estudiaras o trabajaras en [tu ocupación]... ¿quién serías?
- Y si no fueras hijo/a de [nombres de tus padres]... ¿quién serías?
- Y si no tuvieras estos amigos... ¿quién serías?
- Y si nadie te hubiera dicho nunca cómo debes ser... ¿quién serías?

Se abre espacio para que los jóvenes compartan algunas respuestas

Muchas de las ideas que tenemos sobre quiénes somos vienen de fuera: lo que nos dijeron, lo que esperaban de nosotros, los roles que ocupamos... Esa es la historia que te contaron.

Preguntar:

- ¿Qué partes de esa historia aceptaste sin cuestionar?
- ¿Qué etiquetas cargas que no te pertenecen?

Se les comparte una hoja blanca y bolígrafos para escribir o reflexionar internamente:

- Si tuvieras la libertad de elegir... ¿Qué historia quieres contar con tu vida?"

Te compartiremos algunas claves para vivirla desde la identidad verdadera.

La identidad auténtica se sostiene en:

- **Reconocimiento:** Saber quién eres, más allá de lo externo.
- **Validación:** No depender de la aprobación ajena.
- **Fidelidad:** Ser leal a tus valores y a tu verdad.
- **Honestidad y franqueza:** Expresar lo que piensas, sientes y eliges.

A medida que exploramos nuestras respuestas, encontramos la clave importante para examinar nuestras ideas, pensamientos y acciones para hacer un cambio o mejora en aquellas formas de actuar y de pensar.

Nos daremos cuenta de que nos forjaremos como seres únicos con personalidad propia, que nadie será idéntico, nadie será igual que tendremos nuestra propia personalidad.

Notas para el animador:

- Mantén un tono sereno y respetuoso.
- No obligues a nadie a compartir.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

- Usa pausas y silencios para dar espacio a la reflexión.
- Recalca que no hay respuestas incorrectas; se trata de un viaje personal.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS:

CITA BÍBLICA: **1 Juan 3, 1.**



Gaudium et Spes, 22

“Cordero inocente, con la entrega libérrima de su sangre nos mereció la vida. En Él Dios nos reconcilió consigo y con nosotros y nos liberó de la esclavitud del diablo y del pecado, por lo que cualquiera de nosotros puede decir con el Apóstol: El Hijo de Dios *me amó* y *se entregó a sí mismo por mí* (Gal 2, 20). Padeciendo por nosotros, nos dio ejemplo para seguir sus pasos y, además abrió el camino, con cuyo seguimiento la vida y la muerte se santifican y adquieren nuevo sentido.”

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

La Gran Verdad: Tu Identidad Más Profunda. La Palabra de Dios nos grita una verdad que a veces sentimos demasiado buena para ser cierta: No solo nos llamamos hijos de Dios, ¡lo somos!

Esto no es un título honorífico o un puesto en un organigrama celestial. Es una realidad ontológica. Es lo que eres en tu esencia más profunda, antes de cualquier nombre, profesión o rol familiar. Es la historia que Dios escribe sobre ti desde la eternidad.

Y si todo lo externo se cayera... ¿quién quedaría? Quedaría un hijo amado por el Padre.

El relato del Jueves Santo es crudo y humano. Pedro, la futura "piedra" de la Iglesia, niega a su Maestro. Judas, uno de los Doce, lo traiciona. Los demás discípulos huyen y se esconden. ¿Por qué?, Porque en el momento de la prueba, olvidaron quiénes eran. Se desconectaron de su identidad como hijos amados y actuaron desde el miedo, la confusión y la desesperación.



Nosotros somos esos apóstoles. Nuestros grandes errores, las traiciones, las negaciones, las huidas casi siempre ocurren cuando "olvidamos quiénes somos". Vivimos "desubicados", creyendo la historia de fracaso que el mundo o nuestro pecado nos cuenta.

Pero el mismo Jueves Santo se nos muestra la respuesta de Dios a nuestras caídas. Jesús lava los pies a sus discípulos, incluyendo al que lo iba a negar y al que lo iba a traicionar. Este es el amor "singular" del Padre en acción: nos perdona, nos lava, nos restaura.

El perdón nos Re-conecta: Al arrepentirnos, somos "justificados", nuestros pecados son lavados. Esto no es solo un borrón y cuenta nueva; es una reconexión con la fuente de nuestra identidad. Ya no estamos separados. Podemos acercarnos al Padre con la confianza de un hijo.

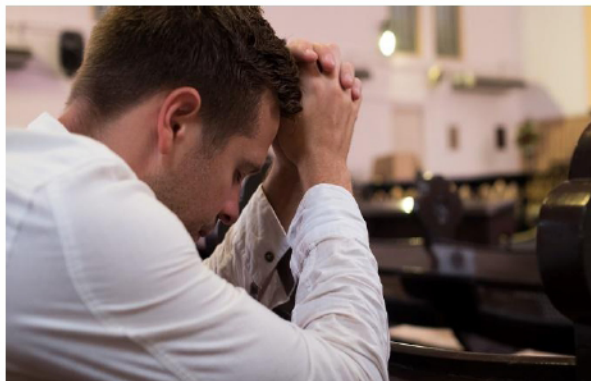
Liberados del peso de la culpa, podemos dejar de definirnos por nuestros errores pasados. ¡No es tu pecado! Eres un hijo perdonado y amado por Dios.

Un hijo se comunica con su Padre. Un hijo confía en su Padre. Por eso, en este día, destacamos dos signos de esperanza:

a) La Oración: Acceso Directo al Corazón del Padre.

"Uno de los privilegios de ser hijos de Dios es tener acceso directo al trono de la gracia".

Desde nuestro bautismo hemos sido incorporados a la gran familia de Dios y de este modo participamos en sentido pleno el ser hijos en el Padre, pasamos a ser desde ese momento uno en Cristo, se cumple en cada bautizado las palabras del Padre: *"Este es mi hijo amado en quien tengo mi complacencia"* -Mt 3,17



La oración no es un ritual, es una conversación de hijo a Padre y de Padre a hijo.

Es donde le contamos nuestra historia — alegrías, miedos, necesidades— y nos abrimos a escuchar Su versión sobre nosotros. Es el antídoto contra la desubicación: En la oración, Dios nos recuerda una y otra vez: "Tú eres mi hijo".



b) La Confianza: Esperanza en la Voluntad del Padre.

"Sabemos que Dios escucha nuestras oraciones y responde de acuerdo con su voluntad". Recordemos las palabras de Jesús en la oración del huerto que dice: *"Padre, si quieres, aparta de mí esta copa; pero no se haga mi voluntad, sino la tuya."* (cfr. Mt. 26, 39 ; Lc 22, 42) no podríamos encontrar una oración más confiada que está en medio de la angustia y el sufrimiento Jesús confió.

La confianza es creer que, aunque no entendamos sus respuestas, el Padre siempre quiere nuestro bien. esta confianza se alimenta de la esperanza de la eternidad.

Nuestra historia no termina en los fracasos de este mundo, somos hijos destinados a vivir para siempre en la casa del Padre.

Esta esperanza nos da la fortaleza para "reescribir una historia distinta" aquí y ahora, invirtiendo nuestra vida en lo que realmente importa.



CANTO

Renueva mi corazón / Nicolas Cabaracas Marruco/ Música Católica

<https://goo.su/nFqIMXK>

«COMPROMISO»

DINÁMICA: "Compromiso de Vida Nueva".

MATERIALES:

- Tina con agua limpia (agregar aroma de pétalos o algún aroma agradable).
- Toallas o servilletas.
- Una vela o cirio encendido.
- Frases impresas: "Padre, como tu hijo me comprometo a..."
- Plumas o lápices.
- Música suave de fondo (opcional).

INDICACIONES:

1. Encender el cirio: "Cristo, luz del mundo". Recordar brevemente el gesto de Jesús en la última cena: "Lavar los pies a sus discípulos como signo de servicio y humildad".
2. Preguntar: ¿Qué significa para ti ser hijo de Dios?" (permitir que 2-3 jóvenes compartan espontáneamente).
3. Colocar en el centro la tina con agua limpia (agregar aroma de pétalos o algún aroma agradable).



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

4. Cada joven pasa al frente y moja sus manos en la tina con agua, mientras se seca con la toalla, se invita a reflexionar en silencio: ¿Qué actitudes, pensamientos o hábitos necesito purificar para vivir con mayor humildad y esperanza? ¿En qué ambientes de mi vida puedo ser reflejo del servicio de Jesús? (reproducir música suave de fondo (recomendación música de reflexión solo instrumental)).
5. Repartir las frases: "Padre, como tu hijo me comprometo a..."
6. Entregar plumas o lápices.



Este momento marca el inicio de un camino de esperanza. Lo que escribirán no es solo una promesa, sino el inicio de un proceso donde sus actitudes mostrarán la humildad, la oración y el testimonio que daremos como hijos de Dios. Se puede dar ejemplos cómo: ser más paciente con mi familia, dedicar cinco minutos al día a la oración, ayudar en una tarea específica en mi comunidad, ser más consciente de mis palabras, seguir descubriendo y tener la firmeza de quien soy.

Te invito a que guardes esa hoja con las respuestas a tu compromiso personalmente en el lugar donde tienen sus cosas más valiosas, es importante que debes llegar con esa hoja a casa y depositarla en ese lugar... Desde aquí comienza ese compromiso que acabamos de hacer.



«ORACIÓN»

"Padre bueno, recibe estos compromisos que con corazón sincero te presentamos. Ayúdanos a ser fieles a esta promesa, a vivir como verdaderos hijos tuyos, reflejando tu amor y servicio en nuestro diario vivir. Amén."

Es importante crear el ambiente de confianza y conciencia para después invitarlos a cerrar sus ojos, se les menciona que imaginen una imagen de Jesús o la mejor imagen que les guste



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

de Cristo, sonará de fondo música relajante de reflexión. Invitación a cerrar los ojos y adoptar una postura cómoda.



CANTO:

Hasta la locura / Tobías Buteler

<https://goo.su/ZxDHfRN>

En estos momentos aprenderemos a hacer oración y consta de 5 momentos, te pido que respires profundamente, cierres tus ojos, escuches y entregues desde tu corazón cada momento.

Como primer paso entraremos en presencia del Señor: Queridos jóvenes, hagamos un momento de silencio. Cierren sus ojos suavemente... respiren profundamente e imaginen a Jesús delante de ustedes. Pueden recordar la imagen de Cristo que más les guste, que más les traiga paz... ¿Delante de quién estoy? estás delante de Jesús, que te mira con amor infinito...

En el silencio de tu corazón, pláticame cómo te sientes en este momento... cómo has estado en estos días... compártele tus alegrías y tus tristezas... en este momento dejamos un breve espacio de reflexión interna.

Segundo momento: agradecer... dile a Jesús: gracias por lo que he vivido... por las bendiciones que he recibido... por las personas buenas que me rodean... por quien soy... por ser tu hijo/hija... dale gracias por algo específico de tu vida... en este momento dejamos un breve espacio de reflexión interna.

Tercer momento: este momento es para pedir... lleva al Señor aquellas cosas que no te dejan tranquilo... aquellas preocupaciones que cargas... pídele por las personas que amas, por tu familia, tus amigos, por tu trabajo o escuela, por aquellos que sufren. Confía en que Él escucha cada una de tus peticiones. En este momento dejamos un breve espacio de reflexión interna.

Cuarto momento: compromiso y envío... y ahora, tomando conciencia de tu compromiso... de esa promesa que hiciste como hijo de Dios... respira profundamente y dile al Señor: quédate conmigo, Jesús... dame fuerza para cumplir mi compromiso... lléname de esperanza para caminar... ayúdame a ser testimonio de tu amor... en este momento dejamos un breve espacio de reflexión interna.

Quinto momento: Cierre de oración; poco a poco, vamos regresando a este lugar... sintiendo la paz que Jesús nos deja... cuando quieras, puedes abrir los ojos... llevando en tu corazón esta certeza: Eres hijo amado de Dios, y Él camina contigo, así como en este jueves santo, acompañemos a Jesús en la oración.

#Pasos
Que Inspiran



SEGUNDA CATEQUESIS DE JUEVES SANTO “HAGAN ÉSTO EN MEMORIA MÍA”

«OBJETIVO»

Motivar a los jóvenes a descubrir la gracia del sacerdocio como regalo de Dios, por medio de la reflexión sobre su papel al compartir los sacramentos, confiando que Cristo vivo llama y elige.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

DINÁMICA: El cargador perdido.

MATERIALES:

- Imagen o proyección de un celular con 1% de batería.
- Espacio amplio para moverse.
- Carteles con diferentes tipos de “cargadores falsos” (entradas que no coinciden).
- Música animada para la búsqueda.

*Se sugiere decorar el espacio con símbolos vocacionales: sotana, estola, cáliz, Biblia.
Inicia mostrando la imagen del celular con 1% de batería.*

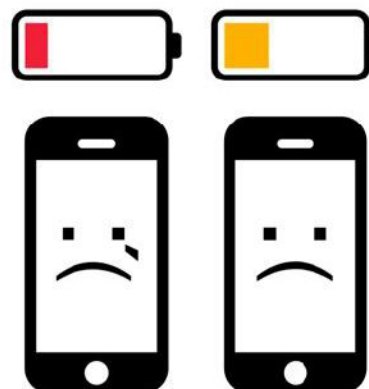
¿Cómo te sientes cuando tu celular está a punto de apagarse y no tienes cargador
Invita a los jóvenes a buscar por todo el espacio un cargador compatible. (No lo hay).

1. Coloca distractores: cargadores con otra entrada, enchufes falsos, adaptadores que no sirven.
2. Después de unos minutos, revela que no existe un cargador en el lugar.
3. Pide que se sienten y reflexionen.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Invita a los jóvenes a que se sienten de manera que estén cómodos, se realizarán las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se siente no encontrar cargador?
- ¿Qué sientes al quedarte sin batería en tu celular?
- Si tu fueras un celular, ¿De qué sientes que recibes energía?
- ¿Cuál es tu cargador o el conducto por el que recibes esa energía?
- ¿Cómo te sientes cuando estás lleno de energía?
- ¿Si te faltaran tus cargadores, cómo te sentirías?



En la vida nuestra energía se gasta constantemente una y otra vez, por ocupaciones, preocupaciones, escuela, familia, responsabilidades; todo toma diariamente algo de nosotros, pero también siempre hay cosas que nos recargan, nos animan, nos hacen respirar y seguir adelante, esos son nuestros cargadores y siempre hay que estar preguntándonos: ¿qué me recarga? Pero también es importante preguntarnos ¿De qué me estoy recargando?

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Lucas 22, 17-20.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

“Así como tu celular necesita cargarse para seguir funcionando, el alma necesita recargarse con la gracia de Dios. Y uno de los canales por los que esa energía divina llega a nosotros son los sacramentos, que el sacerdote, en nombre de Cristo, nos ofrece.”

El pan, así como en la cita bíblica, se sigue partiendo a la mesa de Cristo, siguiendo la misma instrucción dada por el maestro: **“hagan esto en memoria mía”**; que ha sido transmitida de forma fiel por casi 2000 años.



En la Última Cena, Jesús entrega el mayor regalo: su presencia viva en los sacramentos y



confía a sus apóstoles el encargo de repetir su gesto. Aquí nace el sacerdocio ministerial, una vocación al servicio, no al poder, a la entrega, no a la burguesía. Esa misión no se la dio a un gran público, no se le fue encomendada a todos los estudiantes y discípulos que Cristo tuvo a lo largo de su vida pública, sino a 12 hombres, amigos, apóstoles a los que Él eligió para ser enviados suyos y guías para todos los pueblos, misión sobre la que nuestra Iglesia fue cimentada y desde la que ha crecido hasta el día de hoy.

Los apóstoles fueron dotados de la gracia para compartir con todo el mundo la presencia de Dios y la transmisión de su gracia a través de regalos que conocemos como Sacramentos, les fue dada la potestad de compartir a Cristo en la Eucaristía: ***“lo partió y lo dio a ellos, diciendo: Esto es mi cuerpo, entregado en favor de ustedes. ¡Hagan esto en memoria mía!” (Lc 22, 19)***, reconciliar y consolar al pueblo ***“apacienta mis ovejas” (Jn 21, 17)***, perdonar los pecados ***“a quienes les perdonen los pecados, les quedarán perdonados” (Jn 20, 23)*** y dirigir al pueblo hacia Dios ***“vayan por todo el mundo y prediquen el Evangelio a toda criatura” (Mc 16,15)***; gracia que han compartido, acrecentado y transmitido a otros elegidos, igual que ellos, por la Trinidad para continuar esa misión ***“entonces les impusieron las manos, y recibieron el Espíritu Santo” (Hch 8, 17)***, elegidos a los que hoy conocemos como presbíteros ósea sacerdotes.

Como dice el Catecismo de la Iglesia Católica (CIC 1537), ***el sacerdocio es una participación especial en el sacerdocio de Cristo, que actúa “en persona de Cristo Cabeza”***. Él no se pertenece a sí mismo, sino que pertenece a Cristo y, a ejemplo de Él, se entrega y pertenece a todos. Esta entrega transforma al sacerdote no en un simple guía o maestro, sino en un pastor y servidor del pueblo, fungiendo como conducto de la gracia, por el cual el Señor nos da el regalo de los sacramentos y la trasmisión de la gracia.

La Iglesia hoy reconoce que el lugar del sacerdote y por tanto la vocación sacerdotal misma han sido lastimados, muchas veces por los mismos hombres que llevan a cabo el ministerio, como menciona el Proyecto Global de Pastoral ***el individualismo, el hedonismo, la superficialidad y la mundanidad, se han instalado en la vida de muchos de ellos (PGP 71)*** llevando a algunos de ellos a la práctica del abuso y la traición a la misión de Cristo.

Sin embargo, aunque hoy la Iglesia busca poner mayor vigilancia y escrutinio a la figura sacerdotal, también se abraza a la esperanza en la misericordia de Dios y reconoce que por cada caso de mala práctica del ministerio que nos escandaliza ***son muchos los testimonios***



de presbíteros que lejos de los reflectores ejercen de manera callada, generosa y fiel su ministerio (PGP 70), no mandando, sino sirviendo, siendo amigos, guías y puentes entre Dios y los hombres; dan fuerza, empuje y santifican al pueblo, testimonios que iluminan a otros a seguir sus pasos en un sí generoso.

Es de urgente gravedad que nos volvamos a mirar la figura y misión del sacerdote; porque cada vez parecen ser menos los jóvenes que se permiten ser elegidos por el Señor, que dan un sí generoso a donarse, preguntémonos ¿qué sería de nuestra Iglesia sin los sacerdotes? ¿qué sería de nuestra vida sin sacramentos? Sin bautismo que nos hermana, sin comunión que nos nutra, sin reconciliación que nos purifique, sin confirmación que nos envíe, sin matrimonio que nos eduque, sin unción que nos sane y sin más ministerio... Nuestra gracia tiene fecha límite.

Dios sigue llamando, y que bien que lo sigue haciendo, no a los perfectos sino a los que Él quiere y ama para ser sus nuevos apóstoles, y así como nombró a pescadores, pecadores, y humildes en los que quizá nadie confiaba para tal misión, también podría estarte buscando a ti, no por lo quién eres hoy, pero por todo lo que puedes ser con Él.

Atrevámonos a preguntarle al Señor ¿a qué me llamas? Y tengamos el valor de decirle: sí, porque toda gran aventura, la salvación misma empieza solo con decirle Sí a Cristo.

MATERIALES:

- Hojas blancas.
- plumas.
- plumones de colores.
- sobres.
- Una canasta o caja (buzón) con el letrero: “Para el padre”.

«COMPROMISO»

INDICACIONES:

1. Se entregará a cada joven una hoja donde escribirá una carta, mensaje, dibujo o alguna expresión dirigida a un sacerdote (puede ser su guía espiritual, el padre de su parroquia, su confesor, etc.).
2. Puede ser agradecimiento, oración, petición, perdón, ofrecimiento o duda. (se invita a promover seriedad y tener cuidado sobre los mensajes que escriban y que el mensaje sea positivo, enriquecedor).
 - a. Si los chicos no conocen o no saben qué escribir, se les puede sugerir hacer un dibujo o un simple reconocimiento sobre la labor del sacerdote
 - b. Se les puede invitar a escribir una oración por el padre, por su servicio, por las luchas que no dice.
 - c. Se les puede invitar incluso a poner algunas dudas sobre su vida o su sacerdocio.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

3. Las cartas se entregarán en una breve ceremonia final o se harán llegar a los sacerdotes locales.



Se invita a los jóvenes a escuchar el siguiente canto, prestando atención a la misión del sacerdocio y hacernos la pregunta ¿qué se siente ser llamado para el sacerdocio?



CANTO

Un amor en libertad / Seminario de Chihuahua, Roma

<https://goo.su/Z1rMY4G>

Hacemos un momento de silencio y después compartimos:

- ¿Cómo te imaginas que se siente ser llamado por el Señor?
- ¿Consideras que se necesita valor?
- ¿Está libre de dudas y dificultades?
- ¿Me sentiría con valor para arriesgar mi juventud y entregarla a Cristo?



Después de un momento de compartir se les recuerda una última vez que el sacerdocio es un regalo y se les invita a dar gracias a Dios con la siguiente oración:

Señor Jesús, gracias por el regalo del sacerdocio,
Por quienes nos hacen hijos tuyos con el Bautismo. Gracias
Por quienes nos alimentan con tu Cuerpo y tu Palabra. Gracias.
Por quienes nos levantan con tu perdón. Gracias.
Por quienes nos envían con el Espíritu Santo. Gracias.
Por quienes nos sanan con la unción. Gracias
Por quienes nos unen con el matrimonio. Gracias
Por quienes nos bendicen con el ministerio. Gracias
Gracias por llamar, elegir y sustentar
Gracias por su guía, amor y ejemplo.

Te pedimos por los sacerdotes del mundo:
dales fortaleza en las dificultades,



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

alegría en su servicio
generosidad en su entrega
y amor para su santidad

Y a mí, Señor hazme sencillo para escucharte y preguntarte ¿me llamas a mí?
Si es así, dame valentía para decirte sí.

Cerramos con un momento de silencio y después, si está el sacerdote presente, se invita a los jóvenes a darle un abrazo o una muestra de fraternidad. Mientras se sugiere poner el siguiente canto:



CANTO

Ven y sígueme / Jésed

<https://goo.su/KDKRn>



TERCERA CATEQUESIS DE JUEVES SANTO "ABANDÓNATE A ÉL"

«OBJETIVO»

Guiar a los jóvenes a descubrir la confianza verdadera, a través de experiencias de oración que lleven a Jesús como espacio de amor, entrega y fe, para que reconozcan cómo esa confianza transforma sus decisiones y sus acciones cotidianas.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

DINÁMICA: ¡Hazlo si te atreves!

MATERIALES:

- Una pluma
- Un post-it

INDICACIONES:

1. Para esta actividad se puede hacer en el patio, al aire libre o en un lugar tranquilo donde puedan disponerse para escribir en el post-it. A cada participante se le dará una pluma y un post-it.
2. Se les da la instrucción de escribir el nombre de uno de los participantes (no importa si se repite el nombre).
3. Debajo del nombre, deberán escribir un reto (por ejemplo: bailar, cantar, gritar, contar un chiste o cualquier otro reto que podría considerarse "extremo").
4. Se les dará un breve momento para escribir el nombre y el reto.
5. No se recomienda enseñar, decir o insinuar el nombre y el reto. El post-it se doblará en dos partes.
6. Cada participante leerá ante todo el reto que escribió sin decir el nombre de la persona la cual quiere que lo haga. Al finalizar de escuchar los retos se les mencionará que ellos realizarán el reto que habían elegido para esa persona



Opcional: Pueden escogerse a alguno de retos tal vez los más "fuertes" para hacerse frente al grupo y amenizar el momento.



«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Dependiendo del número de jóvenes, se formarán varios equipos con un mínimo de 3 grupos. En cada grupo, el monitor será el encargado de guiar la conversación, organizar las intervenciones y asegurar que todos participen.

Cada equipo reflexionará a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Qué sentiste cuando te diste cuenta de que el reto era para ti?
- ¿Te arrepentiste de lo que escribiste?
- Ahora que sabes que el reto te corresponde, ¿lo harías?

Después de responder, el facilitador invita al grupo a una breve reflexión común:

En esta dinámica, cada reto escrito y recibido nos revela algo profundo: detrás de cada palabra hay una mirada que cree en nosotros. Cuando escribimos un reto para alguien, no lo hicimos desde la exigencia ni el juicio, sino desde la esperanza. Pensamos: “Esta persona puede hacerlo. Tiene lo necesario. Yo confío.”

Y cuando descubrimos que ese reto era para nosotros, algo se movió dentro. Tal vez sorpresa, nervios, emoción... pero también la oportunidad de vernos a través de los ojos de otro. Alguien que nos conoce, que nos ha visto caminar, y que cree que podemos dar un paso más.

La confianza no es ingenua. Es valiente. Es mirar al otro y decirle: “Sé que puedes. Y si dudas, aquí estoy para acompañarte.” Cada reto compartido es un acto de comunión, una semilla de fortaleza sembrada en el corazón del grupo.

Hoy, al recibir ese reto, no lo tomes como una carga, sino como un regalo. Porque alguien pensó en ti con fe.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITAS BÍBLICAS:

Lucas 22, 19-22 / Lucas 22, 41-44 / Génesis 12, 1-2



«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

El Jueves Santo es el día en que la confianza se vuelve entrega. Es la noche en que el amor de Jesús llega a su punto más alto, no porque reciba algo, sino porque lo entrega todo. En cada gesto, en cada palabra, en cada silencio, Jesús nos enseña que la verdadera fe nace de la confianza total en el Padre y se expresa en el amor hacia los demás.

Primero, Jesús confía en el Padre. En el huerto de Getsemaní, su alma está llena de angustia. El peso de la misión, la soledad y el dolor lo rodean. Sin embargo, su amor es más fuerte que el miedo. Aun sabiendo lo que vendrá, “la traición”, el abandono en “la cruz”, se arrodilla y ora:

“Padre, si quieres, aparta de mí esta copa; pero no se haga mi voluntad, sino la tuya.” (Lc 22, 42). Esa frase es el acto supremo de confianza: dejar que el Padre guíe incluso en la oscuridad. Jesús no se rebela, no huye, no negocia: se abandona, porque sabe que el amor del Padre nunca falla, incluso cuando el camino pasa por la cruz. Ahí, en medio del dolor, Jesús nos enseña que confiar no es entenderlo todo, sino entregarse sin reservas al plan de Dios.

Luego, Jesús confía en nosotros. En la Última Cena, sabiendo que su hora ha llegado, parte el pan y entrega el cáliz. Y mientras lo hace, pronuncia las palabras más llenas de amor y confianza:

“Esto es mi cuerpo, que se entrega por ustedes; hagan esto en memoria mía.” (Lc 22, 19).



Con esas palabras, Jesús confía su Iglesia a los apóstoles. Les entrega lo más sagrado: su presencia viva en la Eucaristía, su cuerpo hecho alimento, su sangre hecha alianza. Jesús no solo les deja un recuerdo, sino una misión eterna: continuar su obra, cuidar a su pueblo, anunciar el Reino, y mantener encendida la llama de su amor. A pesar de que uno lo traicionará, otro lo negará y los demás huirán, Él confía. Porque Jesús no ve

solo nuestras debilidades, sino el amor que puede brotar de nuestros corazones cuando decidimos seguirlo de verdad.

Desde el principio, Dios ha obrado maravillas cuando alguien se atreve a confiar. Abraham era un hombre mayor, su esposa era estéril, y su futuro parecía vacío. Sin embargo, creyó. De la nada, Dios hizo surgir una historia nueva. De la debilidad, levantó una promesa eterna. De un corazón que confió, nació un pueblo entero y la fe que hoy seguimos viviendo.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Así como Abraham salió sin saber a dónde iba, confiando solo en la palabra de Dios, Jesús entra en Getsemaní confiando plenamente en la voluntad del Padre. Y así también, tú estás llamado a creer que Dios puede hacer grandes cosas incluso desde la nada: desde tu fragilidad, tu cansancio, tus miedos o tus límites.

Porque cuando confías, Dios puede transformar lo imposible en promesa. Cuando crees, Él puede levantar vida donde parecía no haber nada. Y cuando te entregas, Él puede hacerte parte de su historia de salvación.

«COMPROMISO»

DINÁMICA: El alpinista y la rama.

ORGANIZACIÓN PREVIA: Colocar en un lugar seguro la mesa y silla o banco para que los participantes se puedan subir y realicen la actividad.

MATERIALES:

- 3 vendas o paliacates para cubrir los ojos,
- 3 monitores (personas del staff que guiarán a cada equipo),
- 1 silla, mesa o banquito sólido y estable (servirá como punto desde donde se realiza una caída simbólica).
- 1 cuerda corta, paño resistente o cinturón grueso que simule la “rama” o cuerda del alpinista.
- Colchonetas, cobijas dobladas o superficie blanda en la zona de caída o personas que se coloquen de manera que puedan recibir a la persona que realiza la actividad.
- Cinta o cuerda para marcar el área segura de salto.
- Silbato o señal sonora para indicar silencio o inicio.
- Bocina o altavoz portátil (opcional) para ambientar con música suave o efectos durante la historia.



Linternas o lámparas (si la actividad se hace de noche).

- Botiquín básico y agua.



INDICACIONES:

1. El animador comenta: “hay distintas formas de vivir la fe”.
2. Luego hará las siguientes preguntas al grupo para elegir 3 participantes motivando que levanten la mano el que sienta que tiene las características:

Pregunta 1: “¿Quién de aquí siente que tiene mucha fe? Que realmente confía en Dios incluso cuando no entiende todo.”

Pregunta 2: “¿Quién diría que tiene una fe mediana? Que cree, pero todavía tiene dudas o momentos difíciles.”

Pregunta 3: “¿Quién cree que no tiene fe o que le cuesta mucho confiar en Dios?”

El animador debe asegurarse de que el ambiente sea de confianza, sin burlas ni juicios, y agradecer la valentía de quienes participan y elegirá a tres participantes que levantaron la mano.

3. Los monitores elegirán a un participante y lo apartarán, le vendarán los ojos (símbolo de la oscuridad y la falta de control). En un lugar tranquilo y con tono cercano, el monitor buscará crear un vínculo breve con él o ella. Puede hacerle preguntas como:
 - ¿Cómo te llamas?
 - ¿Dónde vives o con quién vives?
 - ¿Cómo te llevas con tu familia?
 - ¿Qué te preocupa últimamente?
 - ¿En qué momentos te cuesta más confiar en Dios?

La intención es hacer que el joven se relaje y confíe en su monitor, generando apertura para la experiencia que vivirá.

4. Los tres monitores preparan a los 3 alpinistas afuera del lugar donde se hará la actividad, el resto del grupo se reunirá en el lugar adaptado para la experiencia (por ejemplo, un patio o salón amplio). El ambiente debe ser de total silencio y oración. Puede sonar música instrumental suave de fondo. Los animadores recordarán al grupo:

“Vamos a acompañar a nuestros alpinistas en una experiencia profunda. No se habla, no se ríe, no se dan indicaciones. Solo se ora y se confía.”

Se hará tres veces la dinámica e ingresarán uno por uno a realizar la actividad, orden de participación:

- El joven dijo no tener fe.
- El joven dijo tener fe mediana.
- El joven dijo tener mucha fe.

5. Una vez que los tres alpinistas tengan los ojos vendados se les da un breve recorrido por el espacio de la actividad acompañado de su monitor que le dará indicaciones del camino para que él pueda confiar, y cuando esté por finalizar la historia el monitor debe darle las instrucciones para subir a la mesa y ponerse en pie para que pueda dejarse caer.
6. En el área de caída deben colocarse al menos ocho hombres fuertes, organizados en cuatro parejas que se sostengan de los antebrazos (formando una “red humana”). Un noveno monitor se colocará como supervisor de seguridad, vigilando que todo se realice correctamente.
7. Los monitores que reciben no deben dirigir la caída, sólo recibir y sostener con firmeza.
8. El suelo debe estar limpio y libre de obstáculos.

Suena esta música de fondo



Sonido relajante de viento golpeando montañas nevadas (para relajarse, estudiar, pensar etc.) / DAKOG

https://www.youtube.com/watch?v=exB_1630swY&t=25s

El animador relata la historia y el monitor va con el primer alpinista:



Había una vez un hombre apasionado por la montaña. Desde joven amaba escalar y sentir que podía conquistar las alturas. Un día decidió subir solo una gran montaña. Era su reto personal. La tarde avanzaba, el sol comenzaba a ocultarse, y la neblina se apoderó del camino. Aun así, siguió escalando, decidido a llegar a la cima.

Pero de pronto, un mal paso... y todo cambió.

El hombre resbaló y comenzó a caer por la ladera helada. Su cuerpo rodaba entre las piedras y la nieve. En un acto desesperado, alcanzó a aferrarse a una rama gruesa que salía de la pared del precipicio.

Quedó suspendido en el aire, con el corazón latiendo con fuerza. La oscuridad era total, el frío lo atravesaba, y solo escuchaba el viento y el eco de su respiración.

Desesperado, gritó:

—¡AYUDA! Por favor ayúdenme.



Pero no hay respuesta de nadie. Entonces volvió a gritar diciendo:

—¡Dios mío, ayúdame! ¡Por favor, no me dejes caer!

Y entonces, desde lo alto, una voz profunda, serena, respondió:

—Aquí estoy. Soy Yo, tu Dios. Confía en mí.

—¡Sí, Señor! ¡Confío! ¡Sálvame, por favor! —respondió el alpinista con lágrimas.

—Entonces —dijo la voz—, suéltate de la rama.

En este momento el monitor comenta al oído al joven que se deje caer con esta frase “A veces tú y yo somos ese alpinista. Decimos creer, pero no soltamos. Hoy tendrás la oportunidad de vivir esa experiencia: soltar y confiar.”

Hubo un silencio largo... solo el sonido del viento y el crujir de la nieve.

El hombre miró hacia abajo, pero no podía ver nada; la oscuridad lo envolvía.

Su mente se llenó de miedo: “¿Y si caigo y muero? Tengo mucho miedo, no quiero morir” y entonces... Apretó más fuerte la rama.

Volvió a gritar: —¿Hay alguien más ahí arriba?

Pero ya no hubo respuesta.

La noche fue larga, helada y silenciosa.

Las horas pasaron, el frío se volvió insoportable... y poco a poco, sus fuerzas se agotaron.

Al día siguiente, los rescatistas lo encontraron.

Estaba muerto, aún aferrado con todas sus fuerzas a la rama... colgado... a tan solo dos metros del suelo.

Cuando el joven esté listo, el monitor usará el paño, cuerda o cinturón como si fuera la “rama” del alpinista, y cuando esté listo le pedirá que se suelte hacia atrás, confiando plenamente. El grupo de jóvenes lo atrapará firmemente, sin golpes ni brusquedad.

Después de cada caída, habrá un breve silencio, y el monitor abrazará al joven y le dirá:

“¿Ves? No caíste. Dios también te sostiene así cada día.”

(Si algún joven no desea soltarse, se respeta completamente su decisión. Puede simbolizar la acción simplemente soltando la cuerda o dando un paso al frente.)

Después de que los tres hayan participado, el animador principal, invita a reflexionar con preguntas como:

- ¿Qué sentiste al verlos soltarse?
- ¿Con cuál de los tres te identificas hoy: ¿El que no tiene fe, el que tiene poca, o el que confía totalmente?



- ¿Qué “rama” te cuesta soltar en tu vida?

Luego, concluye con estas palabras.

En la vida, hay momentos en los que sentimos que todo se tambalea. Las seguridades humanas se desvanecen, los planes no salen como esperábamos, y el miedo nos susurra que, si soltamos el control, caeremos al vacío. Pero en medio de esa incertidumbre, resuena una verdad que transforma: **"A veces creemos que, si soltamos, caeremos al vacío... pero Dios siempre está abajo, esperándonos con sus brazos abiertos"**. Él nunca deja que te caigas, solo espera que confíes.

Esta frase no es sólo consuelo, es una invitación. Dios no quiere que vivamos aferrados al miedo, sino que aprendamos a confiar. Soltar no es rendirse, es entregarse. Y esa entrega, cuando se hace desde el corazón, se llama oración.

Orar es abrir el alma y decirle a Dios: “Aquí estoy, con mis dudas, mis heridas, mis sueños... te los entrego”. Porque cuando tú entregas todo a Dios, estás haciendo oración. Y eso es lo que Él desea de nosotros: que lo veamos como un amigo, como ese Padre que no juzga, sino que abraza, que no exige, sino que espera.

Él nunca deja que te caigas. Solo espera que confíes, que le entregues todos tus miedos, y Él los transformará en fortaleza, en paz, en esperanza. La oración es ese puente invisible que une nuestra fragilidad con su misericordia. Es el acto más valiente de amor: decirle a Dios “me rindo, pero en tus brazos”



«ORACIÓN»

Señor, así como Jesús confió en Ti en el huerto, quiero aprender a confiar también. Como Abraham, quiero caminar sin miedo, aunque no entienda el camino, porque sé que tus promesas no fallan.

Hoy dejo en tus manos mi rama, mi egoísmo, mi miedo, mi rencor, todo lo que me impide soltar y las cosas que hay en mi corazón. Quiero abandonarme a Ti, creer que en tus planes hay vida, que en tus silencios hay amor, y que en tu voluntad siempre hay esperanza.

Enséñame, Señor, a confiar cuando no veo, a creer cuando todo parece oscuro, y a descansar en Ti, porque sólo en Ti mi alma tiene paz. Amén.



CUARTO MOMENTO DE JUEVES SANTO “DISCIPULOS DE ESPERANZA”

OBJETIVO»

Promover en los jóvenes la renovación de su alma con el amor de Cristo a través de una reflexión de manera creativa, compartiendo su experiencia para meditar el significado de la humildad y el servicio de tal manera que nos identifiquemos con el lavatorio de pies que realizó Cristo a sus discípulos.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

● Los líderes y equipo de animación realizará un breve sketch de alguna situación en la vida de los jóvenes donde se haya puesto en práctica el amor y el servicio. Una vez que terminaron el sketch se invitará a todos los equipos a realizar la siguiente actividad. Es importante señalar que la creatividad y la manera en que se realiza el sketch tiene que ser atractiva y dinámica, que se escuche fuerte, claro y todos estén en un espacio adecuado para poderlo ver correctamente.

DINÁMICA: “Reloj de Explosión Creativa”.

Objetivo: Compartir de manera creativa los testimonios seleccionados de jóvenes acerca de cómo el servicio a los demás puede ser un signo de esperanza, tanto para el que recibe como para el que lo realiza por medio de una manualidad que expondrán al finalizarla.

Cada equipo platicará entre sus integrantes sobre acciones de humildad y servicio que hayan realizado personalmente o con otras personas y al haberlo realizado, al final sintieron paz y amor. Posteriormente realizarán una manualidad entre todo el equipo que ejemplifique la acción que más les haya agradado y quieran compartir. Puede ser un dibujo en hojas o cartulina, puede ser recortes, pintura en un pedazo de tela, una canción o cualquier cosa que les sea más favorable junto con el tiempo que se les ponga. (Se recomienda no exceder de 15min).

MATERIALES: (todo es opcional y lo que puedan proporcionar):

- Hojas
- Plumones
- Pinturas
- Imágenes o recortes impresas, revistas, etc.
- Tijeras



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

- Pritt o Diurex
- Pluma
- Lápiz
- Goma
- Cartulina o Papel Bond
- Cosas que encuentren para reciclar
- Retazos de tela

Recomendación: el espacio donde vayan a trabajar que sea el adecuado ya que pueden llegar a ensuciar o manchar y para dibujar o escribir requieren un lugar plano.



VIDEO DE YOUTUBE: Ejemplos de manualidad, "JESÚS LAVA LOS PIES A SUS DISCIPULOS ENLACE: https://www.youtube.com/watch?v=XFC8zGA_IYY

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

- Se recomienda compartirles estas preguntas previamente que escuchen cualquiera de estos 2 videos: Estos 2 videos apoyaran para reflexionar acerca del significado de este momento y como vivirlo en lo cotidiano.

- Preguntas:
 - ¿Crees que ayudar, apoyar y dar algo al prójimo es un acto de amor? ¿Por qué?
 - ¿Qué momento de tu vida ha sido especial de que recibiste ayuda cuando más lo necesitabas y por medio de quién? A través de ¿qué acciones Dios llego a ti?
 - ¿Qué acciones podrías emprender?
 - ¿Estás dispuesta o dispuesto a ser limpiado de pies, de mente y en tu fe?



VIDEO DE YOUTUBE: ¿Por qué amar al prójimo?

CANAL DE YOUTUBE: Farid Dieck

Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=h8sf1sg6owQ>



VIDEO DE YOUTUBE: Cadena de Favores Infinita- Video realmente increíble

CANAL DE YOUTUBE: Cristian Mendoza

Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=fJkWfHUaHTw>



ACTIVIDAD: Todos los equipos deben estar divididos en diferentes espacios donde puedan escuchar claramente lo que sus líderes dirigirán y les compartirán. Los animadores o líderes de cada equipo procederán a formar un círculo con los jóvenes, los sentarán y después los vendarán de los ojos con paliacates, les pedirán que escuchen la Palabra de Dios y la reflexión que cada uno de ellos realice y comparta. Una vez los jóvenes estén sentados y con los ojos vendados, el animador procederá a pedirles que guarden silencio y respeto ya que es una actividad importante que todos debemos participar compartiendo fraternidad. Se invitará a cada participante a quitarse un calzado y calceta mientras su guía y animador pasa a lavar su pie en señal de humildad, servicio y amor y ellos a su vez compartirán esperanza en una renovación de actitud y servicio. (pueden lavar con agua y jabón o solamente con agua, lo importante es la acción y el sentido)

Mientras se realiza la actividad con cada miembro del equipo, se les puede leer o poner un audio del versículo de Juan 13, 1-17 si la lectura ya se realizó y aún falta algún miembro del equipo se puede poner una melodía o canción de alabanza para tener un ambiente adecuado en la dinámica.

Propuesta de canciones:

- Huracán – Hakuna
- Caminare en presencia del Señor
- Juntos como Hermanos
- Descalzos – Hakuna
- Toma Señor y Recibe

MATERIALES:

- Cubeta o recipiente con agua por equipo
- Toalla por equipo
- Jabón (opcional) por equipo
- 1 paliacate por joven de la dinámica).



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Juan 13, 1-17.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



Indicaciones:

Antes de leer la cita bíblica, dispongámonos interiormente y preparemos el espacio para recibir la Palabra de Dios:

- Colocar un cirio encendido como signo de la presencia de Cristo, Luz del mundo.
- Poner la Biblia física abierta en un pequeño altar o mesa decorada de manera sencilla y digna.
- Si es posible, colocar una imagen del Buen Pastor, una cruz o algún signo que ayude a centrar la atención.
- Poner música instrumental suave de fondo, que favorezca el silencio interior y la escucha.
- Invitar al grupo a guardar silencio y adoptar una postura cómoda pero respetuosa.
- La lectura debe hacerse de pie, en voz clara, pausada y fuerte, dejando que cada frase resuene.
- Quien lee puede invitar al grupo a seguir la lectura desde sus lugares o desde sus Biblias, según sea el caso.
- Procurar mirar brevemente al grupo para conectar con quienes escuchan, sin perder fluidez.
- Invitar a todos a abrir el corazón y hacer decir la siguiente oración antes de comenzar la lectura: “Señor, que tu Palabra toque hoy nuestra vida y nos muestre tu voluntad.”
- Animar a los participantes a escuchar con atención, dejando que algún versículo o palabra les hable personalmente.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

El amor es el más alto grado de correspondencia con Dios. Amar implica toda la persona de quien se brinda, de quien se entrega. El ejemplo supremo lo tenemos en Cristo Jesús, el Señor que por amor (Jn 13, 34).

Jesús hace de la caridad el mandamiento nuevo. Amando a los suyos, lo amó hasta el extremo, ahí manifiesta el amor del Padre recibido. Amándose los unos a los otros los discípulos imitan el amor de Jesús que reciben también en ellos mismo. El amor es fruto del Espíritu y plenitud de la ley (CIC 1823, 1824).



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

El servicio es un gesto pleno que hace referencia al amor. Sólo quien ama es capaz de ayudar a los hermanos, es capaz de dar esperanza y ser esperanza para el necesitado. El servicio implica salir de sí mismo, y cada joven, cada persona estamos llamados a brindarnos por amor, tal como lo hiciera el Señor Jesús en todos los episodios de su vida.

Es el servicio el modo de seguir a Cristo, mediante la asimilación y actualización de la misión del Señor en cada uno de nosotros, iluminados por el Espíritu Santo, seguimos el mismo camino por el que avanzó Cristo, el camino de la pobreza, de la obediencia y del servicio. La tarea es, actualizar el servicio que realizó nuestro Señor Jesucristo (CIC 852).

DINÁMICA: “EL AMOR QUE HE RECIBIDO”

MATERIALES:

- Corazón de papel de color rojo grande con el título: “El amor que he recibido”
- Post-its o tiras de papel
- Plumones
- Velas pequeñas

Música suave instrumental

DESARROLLO:

1. Se pide a los participantes que formen un círculo y se les da la indicación de que se sienten en el piso o como mejor se acomode al contexto pastoral, se pone el corazón al centro del círculo, si es posible rodeado de pequeñas velas.
2. **Se inicia diciendo lo siguiente:** “Antes de pensar cómo servir, recordemos que primero hemos sido amados.”
3. **Se lanza la siguiente pregunta para reflexionar:** ¿Cuál ha sido un momento importante en tu vida en el que alguien te haya brindado ayuda o te haya dado un servicio que te marcó? Se pide que cada joven escribe su respuesta en un post-it o papelito.
4. Se indica a los participantes que coloquen post-it o papelito en el corazón.
5. Se invita a compartir de 3 a 5 jóvenes a que compartan lo que escribieron.
6. **Se cierra el momento diciendo:**
 - “Dios se ha manifestado en estas personas.”
 - “El servicio nace del amor recibido.”
 - “Hoy Dios te invita a servir como también tú fuiste servido.”



«COMPROMISO»

MATERIALES:

- 1 sobre por participante (puede decir: *“Mi corazón dispuesto a servir”*)
- 10 corazones pequeños de papel para cada participante
- Plumón o pluma para cada participante
- Música suave (instrumental o cantos)

Indicaciones:

Así como Dios ha puesto en nuestra vida personas que nos han ayudado, hoy Él nos invita a amar y servir también nosotros. Vamos a plasmar en pequeños corazones las acciones reales y concretas con las que queremos demostrar amor: a Dios, a los demás... y también a nosotros mismos.

Los jóvenes escriben en sus corazones, en cada corazón deberán escribir:

- Acciones concretas para servir en su familia
- Actitudes de amor hacia sí mismo (cuidado personal, perdón, autoestima)
- Acciones de servicio hacia los demás (escuela, comunidad, amigos)
- Compromisos para crecer espiritualmente
- Gestos de reconciliación o perdón

Se les menciona que:

- “Escribe una sola acción por corazón.”
- “No tengas prisa: piensa, siente, escucha lo que Dios te pide.”
- “Estos corazones representan tu vida, tus ganas de servir y amar.”
- “Cada vez que termines uno y estés seguro de que realmente quieres vivirlo... dóblalo suavemente y colócalo dentro del sobre.”

(Dar entre 8 y 10 minutos mientras esta de fondo un canto).



CANTO

Te entrego – Joan Sánchez, RPBand, Jon Carlo

<https://open.spotify.com/intl/es/track/1VbWsFs5RHMhE7Qe2DsPli?si=d1070db3d4c54b17>

Cuando todos hayan terminado, el animador invita:



“Ahora tienes en tus manos un sobre lleno de compromisos... Es tu corazón hablando. Es tu deseo de vivir el amor como Jesús lo enseñó.”

Se les invita a tomar el sobre entre sus manos, cerrarlo, abrazarlo o colocarlo junto al pecho durante unos segundos en silencio.

«ORACIÓN»



Se forman en círculo o permanecen sentados en silencio.



CANTO

Confío en ti / Jésed

<https://open.spotify.com/intles/track/03ZwoPRhHlpOTvVZb4XHSW?si=edfbf5b4bff94554>

Mientras el canto suena, el animador guía una reflexión breve:

“Cada corazón que escribiste es una semilla... Una oportunidad de amar como Jesús ama. No son tareas... son regalos que tú ofreces a Dios. Que estos compromisos crezcan en ti, que transformen tu casa, tu escuela, tu comunidad. Que tu corazón sea un lugar donde otros encuentren esperanza.”

(30–60 segundos de silencio para interiorizar.)

El animador dice:

“Ahora, en silencio, ofrece tu sobre a Dios. No tienes que abrirlo ni mostrarlo a nadie. Dios conoce tu corazón. Entrégaselo con confianza.”

Cada joven levanta ligeramente su sobre o lo coloca sobre su pecho como señal de ofrenda.

Se puede cerrar este momento con una breve jaculatoria repetida por todos:

“Señor Jesús, haz mi corazón semejante al tuyo.”

Cierre:

“Llevaremos nuestro sobre al momento final, como signo de nuestra respuesta a Dios.

Hoy tu corazón está lleno de amor, de servicio, de esperanza.

Que Él nos dé la fuerza para vivir lo que hoy hemos escrito.”



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

“Señor Jesús, Buen Pastor y Servidor humilde, hoy estamos reunidos como tus hijas e hijos. Somos jóvenes con historias distintas, con alegrías, luchas y sueños. Aquí, frente a nosotros, están nuestros compromisos: pequeños, sencillos, pero sinceros. Tu Palabra nos ha tocado y queremos responderte.”

(10 segundos de silencio)

“Señor, hazme servidor. Hazme instrumento de tu esperanza.”

“Jesús amigo, recibe estos compromisos que hoy hacemos con amor. Danos un corazón sencillo, lleno de servicio y esperanza. Haznos discípulos tuyos, valientes, fraternos, y capaces de transformar nuestro entorno. Que tu Espíritu nos acompañe para cumplir lo que hoy te ofrecemos. Por Cristo nuestro Señor. **Amén.**”

Se concluye con un canto:



CANTO

Amar como Tú / Hermana Inés de Jesús

<https://open.spotify.com/intles/track/4wmOS5ycDuigZGpziyYMrK?si=01dfd87374ef4cc1>

#PASOS
Que Inspiran



HORA SANTA

“¡DESPIERTA! ERES SIGNO DE ESPERANZA”

«OBJETIVO»

Fomentar en los jóvenes un encuentro vivo y personal con Jesús Eucaristía, que los lleve a descubrirse enviados como signos de esperanza, a través de la oración, la paciencia, para comprometerse activamente en ser esperanza y luz para sus comunidades.

MATERIALES:

- En una bolsa o sobre, por participante, se le pondrán los siguientes elementos, un lapicero, un post-it, un listón de 5 cm de largo, una semilla de girasol o de maíz.
- Una canasta o recipiente.
- Frente al altar o donde estará expuesto el Santísimo Sacramento, deberá haber un lugar preparado con tierra, macetas, para poder poner semillas, parte de los signos, de igual manera es necesario que esté el árbol de la esperanza.

PREPARACIÓN

Lector 1: Joven, hemos participado de la cena del Señor, has sido su invitado especial, te ha sentado entre sus amigos, es más, te ha llamado amigo, te ha lavado los pies porque quiere que formes parte de su reino. Ahora, el Señor te pide, que, en esta noche tan especial, lo sigas, confíes en Él, para que, junto a Él, ores, como te ha enseñado. Prepárate para estar en su presencia eucarística, dispón tu corazón, tu confianza, porque vive Cristo, esperanza nuestra.

RITOS INICIALES



CANTO:

Venimos a Adorar / Jésed

<https://goo.su/DzonGn>

Sacerdote: En los cielos y en la tierra sea por siempre bendito y alabado...



PRIMER MOMENTO

PEDIMOS PERDÓN AL SEÑOR POR NUESTRA FALTA DE CONFIANZA Y ORACIÓN.

Lector 2: Está noche, Jesús quiere hablarte, estás en su presencia eucarística, míralo fijamente, se ha entregado por amor a ti, se ha quedado en ese pequeño pan, como se lo prometió a sus discípulos ***“yo estaré con ustedes todos los días hasta el fin del mundo” (Mt 28, 20).*** Solo te pide que confíes en Él, porque Él confía en ti, a pesar de nuestras obras y pecados.

Lector 1: Jesús te dice: “Dame lo que tienes y te daré algo mejor”. A veces, se nos hace difícil desprendernos de muchas cosas, entre ellas, el pecado. Jesús te lo está pidiendo, aquí está, frente a ti. Entrégale a Él; esas veces que no has confiado en Él, piensa en aquellas veces en que no has dado confianza a tus hermanos, cerrando tu corazón las veces que ellos lo necesitaban.

Lector 2: Toma el post-it que está en tus materiales. Medita, respira profundo y mientras respiras examina tu corazón y tu mente...

¿Estás listo?

Piensa en aquella vez que has sentido que niegas la confianza que Jesús te da y escríbela en el papel que está dentro de la bolsita.

Ahora que has confiado al papel la verdad de tu debilidad, aquellas veces en que sentiste que le negabas la confianza, quizás por el miedo, la duda o la autosuficiencia, mírale sin temor.

Ese post-it, con el peso de tu fragilidad, ¡es tu ofrenda más honesta! Es el reconocimiento humilde de que, como Pedro en la noche, tu corazón a veces flaquea.

¡Jesús te espera!

Él no te mira con reproche, sino con la misma Misericordia inagotable que levantó a Pedro, entrégale, desde tu lugar, este doloroso post-it. Esto es solo entre tú y Él; nadie más lo tiene que saber. Es el símbolo de tu incredulidad que hoy Su Amor se dispone a quemar.

Con ese gesto, le dices: **“Señor, quiero confiar en Ti. Aumenta mi fe”**



CANTO

Déjame nacer de nuevo / Athenas

<https://goo.su/wgT82>



SEGUNDO MOMENTO

RENUEVA TU CONFIANZA EN EL SEÑOR.

Lector 1: El papa Francisco nos ha recalcado algo que, como jóvenes tal vez ya hayamos olvidado, ***“la esperanza no defrauda” (Rm 5, 5)***. Las constantes preocupaciones, el trabajo, la escuela, las distintas realidades han nublado nuestros ojos, con los que veíamos al mañana con esperanza, ahora sentimos que el futuro que nos espera es oscuro, hemos cambiado la confianza por el temor, la serenidad con desaliento, la certeza con la duda, ya no tenemos esperanza.

Lector 2: Joven, no decaigas, levanta la mirada... Ahí, frente a ti, está Cristo Jesús, que vive y te salva, de Él nace la esperanza, de su corazón traspasado, brota el amor que da la confianza en las promesas de Dios. Es momento de que, como joven, confiado en el Señor, mires al presente con serenidad y al futuro con la valentía de los hijos de Dios. En este momento de oración ante Jesús sacramentado, renueva tu confianza, para que seas signo de esperanza de aquellos jóvenes que han dejado de confiar en sus hermanos y en Dios mismo.

Lector 1: Te invito a que tomes, de los materiales que te han entregado, un listón, escribe tu nombre, mientras lo haces, pídele a Dios renueve tu confianza en Él, mientras lo escribes piensa si estás dispuesto a renovar tu confianza en el Señor para ser signo de esperanza.

Cuando hayas terminado de escribir tu nombre, átalala a tu mano, como si fuera una pulsera, cada que tengas miedo, cada que sientas que la prueba te está superando, mira ese listón, ahí está tu nombre, Dios te llama por tu nombre y te dice, ***“confía en mí, no tengas miedo, no te desanimes, te fortaleceré, yo estoy para sostenerte” (Is 41, 10)***.



CANTO

Nada te turbe / Jésed

<https://goo.su/kfjhHTG>



TERCER MOMENTO

SEAMOS SIGNOS DE ESPERANZA.

Lector 2: Entonces Jesús fue con ellos a un lugar llamado Getsemaní, y dijo a sus discípulos: ***“Sentaos aquí, entre tanto que voy allá y oro” (Mt 26, 36).***

Jesús es ejemplo de oración; está en constante comunicación con su Padre, te hace la invitación a que ores junto a Él en comunidad, para que seas uno con tus hermanos, como Él y el Padre son uno.

Lector 1: Ante la prueba, Jesús, invoca a su Padre, está consciente de la misión que tiene que cumplir, aun así, siente angustia, como tú la has sentido en algún momento de tu vida.

Jesús, no solo piensa en sus sufrimientos, está decidido a hacer la voluntad de su Padre, en ese momento, también pensó en los suyos, en sus discípulos, en todo aquel que creyó en el mensaje que Dios le dio, déjame decirte algo, en esas súplicas, estabas tú, que ni siquiera habías nacido, aun así, ya eras amado por Dios.

Lector 2: Con la oración, tú y yo somos signos de esperanza, te pido que, en este momento, traigas a tu mente a las personas que más quieres, a tus amigos, a aquellos que confían en ti, une tus manos, como nos ha enseñado nuestra madre de Guadalupe y ora por ellos en el silencio de tu corazón, donde tu voz suena y Dios te escucha.

Lector 1: Unidos como iglesia militante, elevemos nuestras oraciones a Dios, respondiendo con amor y esperanza lo siguiente:

Señor, que, por la oración, seamos signos de esperanza.

Señor Jesús, fuente de vida y alegría, te pedimos por todos los jóvenes del mundo, para que no se dejen vencer por el cansancio o la desesperanza, sino que descubran en Ti el sentido de su vida y se conviertan en testigos valientes de tu amor.

Oremos

Padre bueno, te pedimos por los sacerdotes, ministros de tu palabra y de tus sacramentos. Sostén su fe en los momentos de dificultad, renueva cada día su esperanza, y haz que sean signos vivos de tu presencia entre nosotros.

Oremos

Dios de ternura, bendice a quienes han consagrado su vida al servicio del Evangelio. Que su testimonio de pobreza, castidad y obediencia sea un faro de esperanza para los que buscan tu rostro.

Oremos



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Señor, mira con misericordia a nuestro mundo herido por la violencia, la indiferencia y el egoísmo. Danos corazones nuevos, capaces de confiar otra vez, y ayúdanos a reconocer en los pequeños gestos de amor los signos vivos de tu esperanza.

Oremos

Padre de bondad, haz que nosotros, reunidos en esta oración, sepamos confiar en Ti aun en medio de las pruebas. Que nuestra vida, unida a Cristo resucitado, sea luz para los demás y signo de esperanza en el mundo.

Oremos

Lector 2: Joven, a ti te digo, si tienes alguna necesidad, este es el momento para que levantes la voz y sin pena, ores con tus hermanos por aquello que turba tu corazón, levántate y eleva tu plegaria a Cristo Jesús, que ha dicho **“pidan y se les dará” (Mt 7, 7).**

Damos un momento para que los jóvenes compartan su petición.

Lector 1: Como jóvenes, estamos confiados en que nuestra oración comunitaria será escuchada, porque Jesús nos ha enseñado, pidan y se les dará, con esperanza y confianza lo hemos hecho, Jesús, en ti confiamos.



CANTO

Ora, ten fe y no te preocupes / Yuli y Josh

<https://bit.ly/4iHCK0r>

CUARTO MOMENTO

LA ESPERANZA PARA CONFIAR EN MEDIO DE LAS DIFICULTADES.

Lector 2: Seguimos acompañando a Jesús en este momento de oración, tal vez, en este punto ya nos hemos cansado, tal vez hasta dormitado, Jesús, conoce nuestra debilidad, nos levanta de ese cansancio, porque sabe que fácil no es nuestro caminar, que llegamos agobiados y con el dolor que infligen las diferentes realidades de nuestra sociedad.

Lector 1: Ahí está nuestra esperanza, la solución de Dios, en frente de ti, amándote y esperando a que lo ames. Nada ni nadie nos dice San Pablo, podrá separarnos del amor de Dios; ni los problemas, ni los malos, no te olvides que has puesto tu esperanza en alguien más firme que un ancla; el problema es que muchos jóvenes no saben; vagan por el mundo con la desesperación como bandera, con el grito ahogado que refleja el miedo de una vida sin rumbo, sin vocación, sin saber que Cristo vive y que nos ama.

#PASOS
Que Inspiran



Lector 2: Es ahí donde entras tú, joven, los que están ahí afuera, sin conocer a Cristo, esperanza nuestra, necesitan de ti, como signo de esperanza. Tú pondrás la semilla en cada uno de ellos, para que crezca en los jóvenes de tu comunidad el árbol de la esperanza, es el momento, en que Cristo mismo, que confía en ti y pide a su padre por ti, te dice, ponte en marcha, transmite esa esperanza al que no la tiene, la confianza al que se siente defraudado y la oración a quien no se siente escuchado por Dios.

Lector 1: Es momento de comprometerte a salir, como el sembrador y poner en los corazones de los jóvenes la semilla de la esperanza, para que ellos sean signos de esperanza: Confianza y Oración.

Lector 2: Toma la semilla que te han dado en tus materiales y obsérvala, apriétala fuerte y ponla en tu corazón, con toda la confianza, pídele a Jesús que te ayude a sembrar la esperanza en los jóvenes que lo necesiten.

Ahora pídele a Jesús que sea el agricultor que cuida tu vida, que riega tu fe y arranca las hierbas que te alejan de Él. Que tu corazón sea tierra fértil donde su Palabra pueda crecer y dar fruto abundante.

Recuerda que no estás solo: los jóvenes que te rodean también necesitan ver en ti una semilla que no defrauda, que acompaña, que anima y que ayuda a florecer. Sé esa semilla que muestra humildad y alegría, se convierte en signo de esperanza y comunión.

Deja que Cristo, el buen sembrador, te enseñe a cultivar paciencia, fortaleza y amor, para que cada gesto tuyo sea como un brote nuevo que anuncia vida. Así, juntos, podrán formar un campo lleno de luz, donde cada joven descubra que Dios nunca abandona y siempre hace florecer lo pequeño.

Lector 1: Si quieres hacer este compromiso, levántate, y camina hacia Jesús, con tu semilla y el post-it en la mano, la semilla siémbrela en esa tierra fértil que está esperando signos de esperanza para confiar en Cristo que vive, que ama y que nos ha salvado y el post-it colócalo en la canasta que está a los pies del santísimo

Lector 2: Al momento de poner tu semilla en el lugar preparado, levanta la mirada y dile a Jesús **“Señor, déjame ser signo de esperanza para aquellos que lo necesiten”**.



CANTO

Aquí estoy señor / Jésed

<https://bit.ly/4aAlZII>



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Lector 1: Acompañamos a Jesús en este momento importante, hemos orado con Él, hemos renovado nuestra confianza y nos comprometimos a ser signos de esperanza para aquellos jóvenes que lo necesitan, es tiempo de salir para encontrarnos con los jóvenes de nuestra comunidad, que necesitan de la esperanza que Dios nos da.

Oremos con estas palabras, te pido que te concentres, las medites y las repitas.

ORACIÓN PARA CULMINAR LA HORA SANTA

Señor Jesús, fuente de toda esperanza

No sabemos orar, nos cansamos y agobiamos

A veces nos cuesta concentrarnos en tu amor y dejamos de confiar en ti, que eres
esperanza nuestra.

Míranos con el mismo amor con que miraste a tus discípulos y enséñanos a orar, como
hiciste en aquellos tiempos.

Queremos ser signos vivos de esperanza para los jóvenes de México que viven sumidos en
la desesperación. Ayúdanos a cumplir esta dulce encomienda.

Amén.

Lector 2: Disponemos nuestro corazón para recibir la bendición.



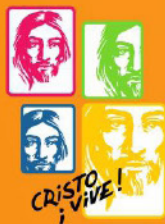
CANTO

Vive Jesús / Athenas

<https://bit.ly/48SFH17>

Bendición y recepción del Santísimo Sacramento.

#PASOS
Que Inspiran



PASCUA 2026

con Él somos esperanza



VIERNES
santo

#PASOS
Que Inspiran



PRIMERA CATEQUESIS DE VIERNES SANTO “PADRE, ¿TU VOLUNTAD ES MI VOLUNTAD?”

«OBJETIVO»

Suscitar en los jóvenes la reflexión sobre el plan de vida que Dios tiene para cada uno, mediante actividades de meditación, a fin de que descubran su propósito y eviten que el conformismo obstaculice los planes de Dios en cada uno de ellos.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

- 1 hoja de papel para cada participante
- 1 pluma por participante
- Proyector
- Computadora
- Bocina
- 1 Cruz individual de madera para cada participante
- 1 papel por participante con la frase “No tengas miedo, confía, veras que te ayudare a superar todo lo que viene, no dejare que caigas en este caminar” (puede ser en $\frac{1}{8}$ de hoja)
- 1 Cruz grande de madera (para contemplar)
- Velas necesarias para iluminar un camino hacia la cruz
- Un salón donde comenzarán las actividades
- Un segundo salón, que tenga poca iluminación para el momento de la cruz



Antes de iniciar la actividad, es necesario observar el siguiente video, el cual muestra los movimientos de papiroflexia que acompañan el desarrollo del cuento.



VIDEO DE YOUTUBE: Padre ¿Tu voluntad es mi voluntad?

CANAL DE YOUTUBE: Ricardo Cuevas Rodríguez

Enlace: <https://youtube.com/shorts/qnyOWVXcleY>

1. Entrega a cada participante una hoja tamaño carta y una pluma.
2. Indica que doblen la hoja alineando la punta derecha con el borde izquierdo y viceversa, para marcar el centro del cuadrado. Una vez marcado el centro, se les pedirá que escriban su nombre en el centro de la hoja.



3. Indicaciones previas al cuento: Ahora, les pedimos que sigan con atención los dobleces que les iremos indicando en su hoja, mientras escuchan la siguiente historia:
4. Inicio del cuento: Se comienza a narrar con entonación y claridad:

Narración:

Esta es la historia de un joven estudiante que sentía que a su vida le faltaba algo. Pensando que necesitaba adrenalina, comenzó a practicar deportes extremos. Empezó a escalar cerros y a realizar alpinismo.

(En este momento, los participantes doblan la **esquina derecha hacia el borde izquierdo**, formando un triángulo).

Vendió su bicicleta y, con sus ahorros y el apoyo de sus padres, compró una bicicleta de montaña. Practicó con esfuerzo hasta ganar varios circuitos y sentirse feliz, aunque esa felicidad no duró mucho: volvió a sentirse vacío.

Un fin de semana, viendo una película, pensó que la felicidad estaba en tener propiedades. Con el dinero de sus premios y la ayuda de sus amigos, compró su primera casa.

(En este momento, **doblen la esquina izquierda hacia el borde derecho**, formando un triángulo más pequeño.)

Con el tiempo, compró más casas y se convirtió en una persona con muchas propiedades, pero aun así descubrió que lo material no lo llenaba. Pensó entonces que quizá viajando podría encontrar lo que buscaba. Empacó sus maletas, compró un boleto de avión y se preparó para partir.}

(Aquí, los participantes deben **formar un avión de papel** con la hoja que han estado utilizando.)

Así como el joven buscaba la felicidad en lo material, nosotros también tenemos sueños, metas o expectativas. En las alas del avión, escriban aquellas cosas que desean alcanzar: pueden ser materiales o personales.

(Se les da unos minutos para que escriban).

En la historia, el joven siempre estuvo acompañado y apoyado por sus padres, amigos y hermanos. En el cuerpo del avión (por fuera), escriban los nombres de las personas que los han apoyado, impulsado o acompañado en los momentos importantes de su vida

(Permite tiempo suficiente para que lo hagan).



El joven estaba listo para volar. Subió al avión con emoción, y este despegó. Les pido ahora que arrojen su avión hacia cualquier dirección. No importa la distancia, solo que no quede cerca de ustedes.

Ahora, tomen el avión que haya caído más cerca de ustedes.

Mientras el avión estaba en vuelo, se escuchó un mensaje: “Les habla el capitán, prepárense para el impacto”. El avión comenzó a caer tan rápido que no hubo tiempo de reaccionar. Todo quedó en oscuridad.

(Así como le ocurrió al avión, les pedimos que rompan únicamente las alas del avión que tienen en las manos).

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

El joven abre los ojos, están llenos de aparatos que desconoce y se altera, el médico entra a la habitación y le pide que se calme, le explica que el avión donde viajaba cayó y que solamente lo encontraron con vida a él, pero, lamentablemente estaba muy grave, con alta posibilidad de quedar parapléjico.

Se continuará realizando las siguientes preguntas a los jóvenes, las cuales, se les pedirán que las contesten en cualquier parte del avión (pueden amontonarse, pero no se podrá abrir el avión).

¿Qué hubieras hecho en esa situación?

¿Qué es lo peor que le puede pasar al ser humano? ¿Qué le dirías a ese hombre?

¿Alguna vez te has sentido fracasado o arruinado?

Honestamente, ¿has sabido encontrar el sentido de tu vida?

¿Qué pasa cuando la vida cambia tus planes?

Al contestar las preguntas, se invita a los jóvenes a que contesten cualquier pregunta, de forma voluntaria, al escuchar a todos los voluntarios se prosigue.

Este hombre no podía creer lo que le estaba pasando, había alcanzado fama y riqueza, luchó para obtener todos sus bienes y nada de eso le sirvió, tenía la posibilidad de jamás volver a caminar. Estaba enojado, no lo podía creer, todo por culpa del piloto y su tripulación, por su descuido, al no tener cuidado se encontraba en ese estado.

Tristemente, muchos de nosotros teníamos un sueño, una inspiración que deseábamos alcanzar, pero por causas ajenas a nosotros, se desmoronó esa idea e inmediatamente queremos buscar responsables, personas que estuvieran involucradas en la acción para que cargue con nuestro pesar, pero ¿Nos hemos puesto a pensar si esa situación, en vez de perjudicarnos nos podría ayudar en algo?



Este hombre pasó días en recuperación y a la vez estaba acumulando odio hacia el capitán, pero después de una semana noto algo, de todos los pasajeros y tripulación, solamente él salió con vida, algo que muchos doctores no podían explicar, pero había sucedido, con este pensamiento rondando su cabeza, le dieron el alta médica y lo mandaron a rehabilitación, donde la terapia le fue ayudando para recuperar la movilidad. En su grupo conoció a varios jóvenes, que habían tenido accidentes donde perdieron algún miembro de su cuerpo, pero en lugar de reclamarle a terceros, lo aceptaron con amor y se esforzaban en sus rehabilitaciones. Fue ahí que comprendió algo, había quedado con vida por una sola razón, lo que le hacía falta a su vida, el ayudar a los demás, todos los recursos que tenía los destino a centros de rehabilitación y apoyar en la compra de prótesis a los que más lo necesitaban. Este joven con estas acciones alcanzó lo que necesitaba; FELICIDAD.

Las situaciones difíciles que se nos presentan nos pueden hacer caer, si lo logran, buscamos culpables en vez de ver por qué sucedió esta acción, más de una vez hemos salido de estas situaciones y gracias a eso, hemos obtenido conocimientos y nuevas experiencias que podemos aplicar en otras situaciones o como experiencia que podamos compartir. A esto, lo conocemos como resiliencia, enfrentar los problemas sin que nos derrumben, para crecer en conocimiento.

Lo mismo pasan las almejas, les proyectaremos un video y les pedimos que pongan atención a todo el proceso que sucede.

Enseguida se proyectará el video sobre la elaboración de una perla.



VIDEO DE YOUTUBE: La ostra que convirtió el dolor en una perla

CANAL DE YOUTUBE: Caminos de reflexión

Enlace: <https://youtu.be/QpjQJTzi71I?si=UIQ1xqCVISGB0Gn4>

En la vida, nosotros podemos ser como la ostra, al momento de que se nos presenta una complicada situación debemos enfrentarla, es sencillo evadirla, pero con el pasar del tiempo esa evasión nos impedirá alcanzar la felicidad, como la ostra, aunque nos duela, debemos hacerle frente a esa situación y podremos obtener la solución a ese problema y a la vez alcanzaremos la satisfacción y felicidad por haber hecho frente y no haber huido.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Indicaciones:

Se les pide a los jóvenes que hagan un círculo, el avión lo deben mantener entre sus manos y las plumas las dejarán en el suelo (o bien, se pueden recoger). Tomarán asiento y cerrarán los ojos, mientras se leen las siguientes citas bíblicas.



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Mateo 26, 38-39. / Lucas 23, 39-43.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

De la cita de San Mateo:

¿Qué fue lo que escuchamos, que sucedió con Jesús? (se da un espacio para que los jóvenes participen).



Jesús, aun siendo Dios, experimenta tristeza, miedo y angustia. Él tenía el poder para evitar el sufrimiento, pero eligió vivirlo plenamente porque quiso acompañarnos incluso en nuestras emociones más difíciles. En ese momento, Jesús también tuvo una opción: hacer lo que era más cómodo... o cumplir la voluntad del Padre. Y eligió confiar en un plan más grande, aunque no lo comprendiera del todo en ese instante humano.

Ahora pensemos:

¿Cuántas veces nosotros queremos hacer solo lo que nos conviene, lo que nos gusta, o lo que se ve fácil, sin tomar en cuenta lo que Dios sueña para nosotros?

Como jóvenes creemos que podemos con todo, que nada nos detiene, que tenemos tiempo, energía y fuerza para alcanzar lo que queramos. Pero cuando algo sale mal, cuando la vida nos confronta o cuando no logramos algo que queríamos, vienen los reclamos:

“¿Por qué a mí?”

“¿Por qué no me salió?”

“Dios me abandonó.”

“Dios no quiere que yo sea feliz.”

Pero no es que Dios nos quiera limitar:

Él quiere guiarnos por el camino que verdaderamente nos hará crecer, madurar y encontrarnos con nuestro propósito. Así como Jesús dijo: “No se haga mi voluntad, sino la tuya”, también a nosotros se nos invita a confiar, porque desde antes de nacer Dios ya soñaba un plan perfecto para cada uno.

A veces queremos algo una carrera, un sueño, un destino y después descubrimos que no era para nosotros. Como ese joven que soñaba con ser médico, pero descubrió que se desmaya con la sangre y ahora se siente pleno estudiando Derecho. Eso no fue casualidad:



cuando algo cambia en tu camino, cuando un sueño se transforma, muchas veces es Dios guiándote con suavidad hacia un lugar donde realmente vas a florecer.

En el Evangelio de Lucas escuchamos la historia de los dos ladrones crucificados junto a Jesús. Ambos estaban viviendo lo mismo: dolor, fracaso, final. Pero cada uno reaccionó distinto:

Uno negó, culpó, se cerró, se amargó. El otro reconoció su error, pidió perdón, y abrió su corazón. La diferencia no fue la situación, sino la actitud.

Lo mismo pasa con nosotros: Cuando Dios nos muestra un camino nuevo, cuando nos mueve de lugar, cuando nos corrige o nos detiene, podemos reaccionar como cualquiera de los dos ladrones: Negando, culpando a todos, sintiendo que Dios nos castiga. Aceptando, aprendiendo, reconociendo nuestros errores y volviendo al plan de Dios.

Ninguno de los que estamos aquí es perfecto.

En el camino de vida que Dios nos presenta, nos vamos a caer, nos vamos a desviar, nos vamos a equivocar. Eso no le preocupa a Dios.

Lo que a Él le importa es que: te levantes, te detengas un momento, reflexiones, aprendas, reconozcas lo que no estuvo bien y vuelvas a su camino que es siempre mejor.

Como el ladrón arrepentido, como el joven del avión que encontró un nuevo rumbo, como la perla que necesita tiempo para formarse...

Nuestra meta es la felicidad, y Dios quiere llevarnos a ella, pero sin conformarnos, sin quedarnos donde no crecemos, sin miedo a cambiar de dirección. Dios no quiere jóvenes conformistas, quiere jóvenes valientes, que se atrevan a escuchar su plan, aunque implique renuncias, cambios o nuevas decisiones.

Porque su voluntad no es para limitarnos... sino para llevarnos al propósito que Él soñó con amor para cada uno de nosotros.

«COMPROMISO»

MATERIALES:

- Hojas de papel
- Plumas o marcadores
- Cruz grande
- Canasto o recipiente
- Cruces pequeñas de madera (una por participante)
- Papeletos con frases
- Cinta adhesiva o cordón
- Velas (reales o eléctricas)
- Bocina



AMBIENTACIÓN:

Se prepara un salón distinto al principal, con poca iluminación. En el centro se coloca una cruz grande, al frente de la cual habrá un canasto con cruces de madera. Cada cruz llevará un pequeño papel con el mensaje:

“No tengas miedo, confía. Verás que te ayudaré a superar todo lo que viene. No dejaré que caigas en este caminar.”

El espacio estará rodeado de velas encendidas que generen un ambiente de recogimiento. Se dispone también de una bocina para acompañar el momento con música suave o un canto de fondo.

Desarrollo del signo:

Así como Jesús le prometió al ladrón arrepentido el paraíso, también tiene una promesa para ti, joven. Él desea fortalecerte y darte un signo que te acompañe en tu vida diaria. En este momento, abre lo que queda de tu avión inicial.

(Se guarda un momento de silencio mientras los jóvenes abren su papel. Al hacerlo, descubren una cruz de papel.)

Observa con atención tu cruz. En su base están escritos los nombres de aquellas personas que han sido apoyo para ti: ese amigo, familiar o compañero que te ha escuchado, aconsejado o levantado cuando lo necesitabas. Son quienes te han ayudado a mantenerte firme y a cargar tu propia cruz.

Así como encontraste fortaleza en esas personas, Dios hoy quiere regalarte una nueva fortaleza: las personas que están aquí contigo. Si caminamos juntos, descubriremos algo aún más grande.

Camino hacia la cruz:

En este momento, te invito a ponerte de pie.

Junto con tus compañeros, realizaremos un camino hacia el otro salón, o hacia un espacio con poca luz.

Los expositores y el equipo de apoyo guiarán este recorrido. El objetivo es llegar juntos hasta la cruz, símbolo del amor más grande.

(Durante el trayecto puede sonar una música suave que acompañe el momento.)

Al llegar, se pide a los jóvenes que se sienten o se arrodillen, y contemplan la cruz que tienen frente a ellos.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Momento de contemplación:

Cada uno de nosotros tiene un camino que seguir. A veces sentimos miedo de continuar porque no sabemos qué nos espera. Pero recuerda: Jesús también tuvo un camino difícil, y aun así confió en su Padre. Aceptó lo que venía, sabiendo que después de todo dolor habría algo maravilloso.

Hoy, te invito a acercarte a la cruz, mirarla con atención durante un minuto y tomar una de las cruces de madera que están debajo.

En ella encontrarás un mensaje que Dios quiere darte hoy. Ábrelo con calma y deja que sus palabras lleguen a tu corazón.

(Mientras los jóvenes leen sus papelitos, se pone el canto sugerido.)



CANTO

Loco / Hakuna Group Music

<https://bit.ly/4pRUsh7>

Al culminar la meditación, se les pide a los jóvenes que formen un círculo alrededor de la cruz.

Como hemos visto, el camino que debemos de seguir, la mayor parte del tiempo no es sencillo, se vuelve complicado, pero Dios nos ha preparado para que lo podamos superar, nos proporciona la fuerza y las amistades para superarlo.

En esta vida, es conveniente que vayamos siempre acompañados, para que entre compañeros vayamos creciendo en conocimiento y juntos seamos signos de esperanza para los demás jóvenes, por lo tanto, te pedimos que busques a un compañero, al encontrarlo les pedimos que los dos se vean de frente.

(Se les da un tiempo, para que los jóvenes encuentren a su pareja).



Ahora, con la cruz que tomaron, la impondrán al joven que tienen frente a ustedes. Mientras lo hacen, mírenlo a los ojos y dedíquenle unas palabras que lo motiven a seguir el camino que Dios le ha trazado.

Deseen que en su andar pueda ser resiliente, que sea signo de esperanza para los jóvenes que lo rodean y apoyo para sus hermanos, amigos y compañeros.

(Se da un momento para que los participantes compartan esas palabras de motivación.)
Para finalizar, tomen la mano de su compañero, cierren los ojos y recen juntos la siguiente oración.

Señor Jesús,
te damos gracias por enseñarnos el camino hacia la vida eterna, te damos gracias por no dejarnos solos, te pedimos que nos hagas resilientes ante las dificultades de nuestro camino, ayúdanos a mantener la vista en lo que de verdad importa.

Te pedimos por mi compañero que tengo enfrente, que ayude a los jóvenes a llegar a tu amor y que con su testimonio sea signo de esperanza.
Amén.



SEGUNDA CATEQUESIS DE VIERNES SANTO "CAMINA Y ABRAZA LA CRUZ"

«OBJETIVO»

Guiar a los jóvenes por medio de la reflexión, a reconocer en los obstáculos de su vida la oportunidad de abrazar la cruz con esperanza, descubriendo, al ejemplo de Job, que Dios siempre restaura y fortalece a quien permanece fiel.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

- Pañuelos o vendas para cubrir los ojos
- Sillas, cuerdas, cajas, o cualquier material para formar obstáculos
- Música suave de fondo (opcional)
- Monedas de chocolate (uno por participante que llegue al final)

INDICACIONES:

- Antes de iniciar, prepara un recorrido con obstáculos: cuerdas, sillas, cajas, pasos estrechos o pequeños desniveles que los jóvenes deberán atravesar con los ojos cubiertos.
- El camino representará los desafíos, dudas y confusiones que se enfrentan en la vida diaria.
- Cubre los ojos de cada participante y explícales que deberán avanzar siguiendo únicamente las indicaciones de una "voz guía" (un coordinador o compañero que los orientará).
- Durante el trayecto, algunos obstáculos pueden generar duda, inseguridad o frustración, pero la voz guía debe acompañar, motivar y orientar con claridad.
- Al llegar a la meta, el participante recibe un símbolo de logro (Monedas de chocolate) que representa su capacidad de avanzar pese a las dificultades.
- La voz guía les recuerda que este símbolo no solo representa el esfuerzo realizado, sino también la capacidad de confiar, escuchar, pedir ayuda y mantener la calma ante los desafíos.





«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

- Cartulinas (una por grupo)
- Plumones o marcadores de colores

DESARROLLO:

Forma tres grupos de participantes, a cada grupo entrégale una cartulina y un plumón, y asígnale una pregunta para reflexionar y plasmar sus respuestas en la cartulina:

Grupo 1: ¿Qué sentimientos o sensaciones tuviste durante la dinámica?

Grupo 2: ¿Qué te hizo decir “ya no quiero seguir el camino”?

Grupo 3: ¿Qué te motivó a terminar el camino?

Dales unos minutos para compartir entre ellos y escribir las ideas principales.

Luego, cada grupo presenta sus conclusiones brevemente al resto.

Finalmente, todos juntos dialogan sobre la pregunta general:

¿Cómo relacionas todo esto con el día a día de tu vida?

(Esta etapa busca conectar la experiencia vivida con la vida cotidiana, ayudando a los jóvenes a identificar sus propias cruces y esperanzas.)

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

INDICACIONES:

Antes de proclamar la Palabra, se realiza un breve momento de silencio, invitando a los jóvenes a ponerse cómodos, respirar profundamente y abrir el corazón para escuchar lo que Dios quiere decirles; este ambiente puede acompañarse con una vela encendida y música instrumental suave, para luego proclamar la historia de Job, el hombre justo que fue puesto a prueba, pero permaneció fiel al Señor.



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Job 1, 1-13; 6-11; 2, 6-7.



«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

La historia de Job comienza presentándonos a un hombre justo, recto y temeroso de Dios, un hombre bendecido con bienes, familia y prosperidad. Sin embargo, en un misterioso diálogo entre Dios y Satán, este último acusa a Job de ser fiel solo porque ha sido colmado de bendiciones. Dios permite entonces que Satán lo ponga a prueba, no como castigo, sino para revelar la autenticidad de su fe.

En poco tiempo, Job lo pierde todo: sus bienes son destruidos, una tormenta mata a sus hijos, y su propio cuerpo es herido por llagas dolorosas. Job, el hombre justo, queda completamente despojado.

Este inicio de la historia nos recuerda que el sufrimiento no es exclusivo de los pecadores ni siempre consecuencia del mal actuar. Incluso los justos experimentan pruebas profundas. Así también Jesús, el Justo por excelencia, vivió en carne propia el despojo total en el Viernes Santo: traicionado, torturado, humillado, crucificado y aparentemente abandonado por el Padre. La historia de Job y la Pasión de Cristo nos cuestionan profundamente: ¿Mi fe depende de las bendiciones que recibo, o permanece firme incluso cuando todo se oscurece?

La fe auténtica no se mide por lo que poseemos, sino por la confianza que tenemos en Dios. Job lo expresó con una sinceridad que atraviesa los siglos: “El Señor me lo dio, el Señor me lo quitó; bendito sea el nombre del Señor.” (Job 1,21) Y Jesús, desde la cruz, pronunció la entrega total: “Padre, en tus manos encomiendo mi espíritu.” (Lc 23,46)

En el desarrollo de la historia, vemos a Job luchando con su dolor. A pesar de todo lo perdido, se niega a maldecir a Dios, aunque su sufrimiento es tan profundo que incluso su esposa le dice que abandone la fe. Tres amigos vienen a “consolarlo”, pero sus palabras lo hieren más: le aseguran que el sufrimiento es castigo por algún pecado oculto. Job responde que eso no es así; los justos no siempre prosperan ni los malvados siempre caen. Su dolor ya no es solo físico, sino también espiritual, marcado por la incomprensión y la soledad.

Esta experiencia refleja la misma soledad de Jesús durante su Pasión. También Él fue incomprendido, abandonado y acusado injustamente. Desde la cruz brotó su clamor más humano: “Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado?” (Mt 27,46) Y sin embargo, aún en medio de ese silencio desgarrador, Jesús no dejó de confiar.

Job, cómo Jesús, se atreve a hablarle a Dios desde su herida: grita, protesta, pregunta, llora... y esa también es una forma auténtica de oración.

Job exclama: “Clamo a Ti, y no me respondes; me presento, y no me atiendes.” Job 30,20) y sin embargo afirma: “Aunque Él me mate, en Él esperaré.” (Job 13,15)

Esta parte de la historia nos enseña que la fe no consiste en aparentar fortaleza o callar el dolor, sino en acercarnos a Dios incluso cuando no lo entendemos. Jesús mismo lo vivió en Getsemaní, cuando suplicó: “Padre, si es posible, aparta de mí este cáliz... pero no se haga mi voluntad, sino la tuya.” (Lc 22,42)

La culminación de la historia muestra la respuesta de Dios a Job. No le da explicaciones, pero se le manifiesta, mostrándole la grandeza del universo y el misterio de su sabiduría. Job reconoce entonces que su comprensión es limitada y se abandona en la presencia de Dios.

Dios reprende a los amigos de Job por haber hablado incorrectamente sobre Él y acepta la oración intercesora de Job. Finalmente, lo restaura: le devuelve la salud, le da nuevos hijos y el doble de lo que había perdido.

La verdadera respuesta que Job recibe no es la devolución de sus bienes, sino la presencia viva de Dios. Esta es la misma respuesta del Viernes Santo: Dios no nos explica el porqué del dolor, pero se hace presente en Él. Jesús crucificado revela que el sufrimiento, unido al amor, se convierte en camino de salvación. Job recupera no solo su riqueza, sino su paz, su esperanza y su capacidad de amar incluso en medio de la prueba, orando por quienes lo habían herido.



Así también nosotros, cuando abrazamos nuestra cruz con fe, permitimos que Dios transforme el sufrimiento en vida nueva. La cruz no es el final, sino el umbral hacia la Resurrección.

La historia de Job, un hombre justo y rico, es sometida a pruebas por Satán con el permiso de Dios, perdiendo su fortuna, a sus hijos y sufriendo una terrible enfermedad, lo que pone a prueba su fe. A pesar del dolor y la duda, Job se mantiene fiel a Dios, quien finalmente lo restaura con el doble de sus bienes y le otorga una larga vida.

En este Viernes Santo, contemplamos en Job una figura que anticipa el sufrimiento de Cristo: el Justo que, sin culpa, es probado, humillado y herido, pero que nunca deja de confiar en el Padre.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

La historia de Job es un espejo para nuestra propia vida y para este Viernes Santo, pues nos recuerda que, aunque a veces no entendamos por qué sufrimos, el Señor camina siempre con nosotros; que la fe no elimina el dolor, pero le da sentido; que cada cruz aceptada con amor nos acerca más a la Resurrección; y que, como Job, también nosotros estamos llamados a esperar con confianza, incluso en medio del silencio del sepulcro.

«COMPROMISO»

MATERIALES:

- Cruces de cartulina o madera pequeñas (una por persona)
- Plumones o bolígrafos
- Música instrumental suave
- Cinta adhesiva o una mesa/altar para colocar las cruces
- Hojas pequeñas con frases bíblicas o motivadoras sobre la esperanza (una por joven)

DESARROLLO:

Hoy hemos caminado y reflexionado sobre las pruebas, los tropiezos y la esperanza. Cada uno de nosotros lleva una cruz distinta. Jesús no nos pide huir de ella, sino abrazarla con amor, porque ahí también se revela la vida nueva.

Reflexión personal:

- Entrega a cada participante una cruz pequeña.
- Invítalos a cerrar los ojos unos segundos mientras suena música de fondo y a pensar: “¿Qué es lo que más me cuesta hoy? ¿Qué cruz necesito abrazar con amor?”
- Luego pídeles que escriban una palabra o frase que simbolice esa cruz (una dificultad, miedo, herida o reto).
- En el reverso, escribirán una acción o actitud para vivirla con esperanza (por ejemplo: “perdonar”, “confiar”, “orar”, “servir”, “sonreír”).
- Se deja un momento para que piensen muy bien lo que van a escribir y se acompaña el momento con el siguiente canto:



CANTO

Confío En Ti / Jésed

<https://open.spotify.com/track/03ZwoPRhHlp0TvVZb4XHSW>

Mientras sigue el canto se le indica a los participantes que uno por uno pasen al frente y coloquen su cruz a los pies de la cruz grande, o sobre una mesa con la Biblia abierta y una vela encendida.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Al hacerlo, pueden tomar una frase bíblica o de esperanza del altar, como un recordatorio del amor de Dios.

Mientras pasan, continúa el canto.

Hoy elegimos caminar con la cruz, no como peso, sino como camino.
Cada una de estas cruces representa una historia, un esfuerzo, una fe que sigue viva.
Que, en cada paso, el amor de Dios sea la fuerza que nos levante.

Se continua al instante con el siguiente momento...



Invita a todos a colocarse en semicírculo alrededor de la cruz y se propone guardar silencio unos segundos para disponerse.

Miremos esta cruz. En ella no hay derrota, sino amor. En ella no hay final, sino promesa de vida. Jesús camina con nosotros y transforma nuestras heridas en esperanza.



CANTO

Tómame, Señor / Jésed

<https://open.spotify.com/track/29dEv8PhbjxUMY5gidSlkY>

El guía dirige la oración, dejando breves silencios entre cada frase:

Señor Jesús, hoy te contemplamos en la cruz.
Tú también conociste el dolor, la soledad y el cansancio.
Enséñanos a no huir de nuestras pruebas, sino a encontrarte en ellas.
Cuando el camino se haga difícil, recuerda que Tú caminas con nosotros.
Danos la fuerza para abrazar nuestra cruz con amor y esperanza.
Que, como Job, sepamos confiar incluso en medio del dolor.

Se invita a los jóvenes a decir con voz fuerte las siguientes frases:

“Señor, te ofrezco mi cruz...”
“Gracias porque me enseñas a confiar...”
“Ayúdame a seguir caminando contigo...”
“Dame fuerza para ser fiel como Job...”

Al finalizar respondes todos juntos:

“Jesús, en Ti confío.”

#Pasos
Que Inspiran



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Para finalizar se dice la siguiente oración:

Señor Jesús, hoy queremos caminar contigo,
abrazar la cruz y confiar en tu amor.
Que en cada prueba descubramos tu presencia,
y que, como Job, sepamos mantener la esperanza.
Amén



TERCER MOMENTO DE VIERNES SANTO "VIACRUCIS"

«OBJETIVO»

Invitar a los jóvenes a contemplar la Pasión y Muerte de Jesús a través de la vivencia del Vía Crucis, reconociendo en este camino un ejemplo profundo de resiliencia.

INDICACIONES GENERALES DEL VÍA CRUCIS:

Se prepararán diversas estaciones. Los jóvenes deberán caminar de una estación a otra, participando en cada una de un momento vivencial que los ayude a reflexionar y conectar con el significado de la Pasión del Señor.

Dirigente: En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo.

Todos: Amén.

ACTO DE CONTRICIÓN

Jesús, mi Señor y Redentor: Yo me arrepiento de todos los pecados que he cometido hasta hoy, y me pesa de todo corazón, porque con ellos, ofendí a un Dios tan bueno. Propongo firmemente no volver a pecar, y confío en que, por tu infinita misericordia, me has de conceder el perdón de mis culpas y me has de llevar a la vida eterna.
Amén.

Señor y Dios míos, hoy queremos caminar contigo, sabiendo que cada paso del camino aun los más difíciles puede llenarse de sentido cuando vamos de tu mano. Bajo la mirada amorosa de nuestra Madre, aprendemos que el dolor no es el final, sino un tramo que nos hace más fuertes, más humanos y sensibles al amor. Tú nos enseñas que la verdadera resiliencia nace cuando, a pesar del cansancio o las caídas, elegimos levantarnos una vez más. Madre querida, acompáñanos para que, en medio de nuestras luchas, descubramos que siempre hay una luz que nos guía. Que este camino, con sus retos y aprendizajes, nos recuerde que la esperanza nunca se pierde y que, contigo, cada paso nos acerca a la vida plena que sueñas para nosotros.
Amén.

I. PRIMERA ESTACIÓN: JESÚS ES CONDENADO A MUERTE.

Dirigente: Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos.

Todos: Porque por tu santa Cruz redimiste al mundo.

"Jóvenes que por situaciones personales se condenan al perder la esperanza".



«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

En esta estación se leerá el siguiente testimonio (puede sustituirse por uno personal, siempre que mantenga la coherencia con el contexto y la vivencia del Vía Crucis).

Duración aproximada: 2 minutos de lectura.

Mi nombre es Daniel, tengo 22 años. No hace mucho, pensaba que la vida era un camino lleno de oportunidades, que todo dependía de mí, de mi esfuerzo, de mis planes. Pero poco a poco, las cosas comenzaron a salirse de control. Perdí el trabajo que tanto me costó conseguir, mis padres empezaron a tener problemas, y las amistades que creía firmes se fueron desvaneciendo una a una.

Me encontré solo, vacío, sin ganas de seguir. Sentía que Dios se había olvidado de mí. Iba a misa por costumbre, pero ya no sentía nada. Las oraciones se volvieron palabras vacías, y mi corazón se fue llenando de tristeza. Me preguntaba todos los días: ¿para qué seguir? ¿Qué sentido tiene luchar, si todo termina saliendo mal?

Con el tiempo, dejé de orar, dejé de hablar con Dios, porque dentro de mí creí que no merecía Su atención. Me convencí de que estaba condenado a una vida triste, sin propósito. Me acostumbré al dolor y lo tomé como mi destino. Miraba a otros con fe y esperanza, y pensaba: “eso ya no es para mí.”

Pero, en el fondo, algo en mi interior no me deja rendirme del todo. Aunque mi mente dice que no hay salida, mi corazón todavía susurra que tal vez sí la hay. Que quizás Dios sigue ahí, esperando a que levante la mirada y me atreva a pedir ayuda otra vez.

Y hoy, mientras te cuento esto, sigo luchando con esa duda, con ese miedo, con ese cansancio... pero también con esa pequeña chispa que no muere.

Porque, aunque me siento perdido, una pregunta me persigue todos los días, una pregunta que no me deja rendirme del todo:

¿Será que no hay salida?

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR:

¿Te sientes identificado con alguna parte de la historia?

¿Qué tan peligroso consideras que es llegar al límite de perder la esperanza?

¿Estás dispuesto a iniciar este camino, de una forma diferente, a pesar de las dificultades que hoy llevas contigo?



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Se indica a los participantes que formen un círculo, de manera que puedan mirarse entre sí. El guía ofrece unas palabras, dejando claro que están por iniciar un camino en el que no van solos, sino acompañados de otros jóvenes que también cargan sus propias dificultades.

Se deja un breve momento de silencio para que los participantes puedan observarse. Durante este tiempo, un miembro del equipo pasa al centro con una cruz que lleva una nota con la frase:

“ESTOY DISPUESTO A CARGAR MI CRUZ Y CAMINAR”.

La persona eleva la cruz para que todos puedan contemplarla.

El guía debe hacer énfasis en que el camino que están por recorrer implica cargar una cruz, entendida como esas situaciones personales que a veces sentimos que nos condenan a una vida de soledad o desánimo. Sin embargo, este recorrido busca enseñarles que, gracias a la resiliencia, es posible recobrar la esperanza y seguir adelante.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Se pide a los participantes que escuchen atentos y en silencio la siguiente cita bíblica:



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Marcos 15, 12-15.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

En esta escena, Jesús no solo es condenado por las voces del pueblo, sino también por la indiferencia de quienes sabían que era inocente, pero prefirieron callar. Él enfrenta una sentencia injusta, mientras los demás se lavan las manos. Hoy, muchos jóvenes viven algo parecido: se sienten juzgados, rechazados o condenados por sus errores, por su pasado o por las expectativas que no lograron cumplir. A veces, el juez más duro no es el mundo, sino uno mismo.

Cuando un joven pierde la esperanza, comienza a creer que su historia ya está escrita, que no hay salida, que Dios se ha olvidado de él. Pero el Vía Crucis nos enseña que Jesús también fue condenado injustamente y, sin embargo, no se rindió al dolor, sino que transformó la condena en un camino de salvación.

Jesús te dice hoy: “No te condenes por lo que no puedes cambiar; déjame cargar contigo el peso de tus culpas. Yo no vine a juzgarte, sino a levantarte.”

Cada vez que te sientas sin valor, recuerda que, incluso cuando el mundo te grite “¡Crucifícalo!”, Dios susurra tu nombre con ternura y te invita a comenzar de nuevo.



Señor Jesús.

Tú que fuiste condenado injustamente, míranos cuando también nosotros nos condenamos por dentro, cuando creemos que no merecemos tu amor o que ya no hay esperanza para nosotros.

Tú conoces el peso de las palabras que hieren, de los juicios que lastiman y de la culpa que a veces nos encierra.

Enséñanos a no rendirnos ante el desánimo, a no perdernos en la tristeza ni en el miedo.

Ayúdanos a creer que siempre hay un nuevo comienzo, que tu misericordia borra toda condena y que tu amor tiene la última palabra.

Que aprendamos a mirar nuestra vida con tus ojos, llenos de compasión y ternura.

Cierra los ojos. Piensa en aquello que te duele o te hace sentir sin valor. Díselo a Jesús en silencio y escucha su voz que te dice:

“No te condenes, yo te amo y camino contigo.”

Padre Nuestro...

Dios te Salve María ...

Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo...

He pecado Señor, ten misericordia de nosotros.

II. SEGUNDA ESTACIÓN: JESÚS CARGA CON LA CRUZ

Dirigente: Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos.

Todos: Porque por tu santa Cruz redimiste al mundo.

“Reconocimiento de las cargas y dificultades de la vida”.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

- Una piedra (en la que se pueda escribir) o una imagen de piedra por participante.
- Un plumón por participante.

Actividad (5 minutos):

Se pide a los participantes que permanezcan en silencio, respiren profundamente y se concentren.

Luego, se reparte el material y se les indica que, en la piedra o en la imagen, escriban alguna carga o dificultad que actualmente llevan consigo (pueden anotar más de una si lo desean).



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Durante este momento puede colocarse música de fondo para crear un ambiente de recogimiento.

Al terminar, se les pide que guarden la piedra en sus bolsillos o mochilas y se les recuerda que no deben perderla, ya que los acompañará a lo largo del camino.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Todos somos conscientes de que en nuestras vidas existen constantes dificultades: algunas duran poco, mientras que otras parecen no tener fin. Sin importar el tiempo que duren, llevamos el peso de esas cargas con nosotros.

Lo importante es reconocer que, si no somos capaces de identificar aquello que nos pesa, será imposible afrontarlo. El primer paso para encontrar una solución es reconocer que hay un problema.

Esa piedra que cada joven llevará en el camino será un símbolo de aquello que hoy reconocen como una carga. Sin embargo, la esperanza que hay en cada uno de ellos les ayudará a ir transformando esa dificultad en aprendizaje... solo tienen que seguir caminando.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Se pide a los participantes que escuchen atentos y en silencio la siguiente cita bíblica:



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Juan 19, 16-17.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Jesús no huye. Acepta su cruz con un silencio lleno de amor. No es un silencio de resignación, sino de entrega. Cuántas veces nosotros, los jóvenes, tratamos de escapar de nuestras propias cruces: nuestros errores, nuestras caídas, las decisiones que nos duelen o los vacíos que nos cuesta aceptar. A veces creemos que reconocer nuestras faltas es mostrarnos débiles, cuando en realidad es el primer paso para ser libres. Jesús no escondió su dolor; lo abrazó y lo transformó en redención.

Reconocer nuestras dificultades no nos hace menos, nos hace humanos. Cuando decimos “Señor, me cuesta perdonar”, “me duele mi historia”, o “no sé cómo seguir”, estamos poniendo nuestra cruz en sus manos. Y Él, que ya caminó ese mismo sendero, nos acompaña paso a paso.



Joven, no temas mirar tus heridas. No temas aceptar lo que te cuesta. Porque Jesús no te pide que cargues solo: Él camina contigo, sostiene tus debilidades y convierte tus sombras en aprendizaje. La verdadera fortaleza no está en aparentar que todo está bien, sino en reconocer que necesitamos de Dios para seguir adelante.



«ORACIÓN»

Señor Jesús,

Tú tomaste la cruz con amor, sabiendo que ese camino sería doloroso, pero también redentor.

En tu ejemplo nos enseñas que no debemos huir del peso de la vida, sino abrazarlo con fe. Danos la humildad para reconocer nuestras faltas y el valor para enfrentarlas sin miedo.

A veces intentamos esconder nuestras heridas, fingiendo que todo está bien, pero Tú nos invitas a ser auténticos y a confiar en tu ayuda.

Que aprendamos a mirarnos con verdad, sin máscaras, y a llevar nuestra cruz con esperanza, sabiendo que Tú caminas a nuestro lado en cada paso.

En silencio, imagina que Jesús te ofrece su cruz. Tómala con tus manos. Dile qué te cuesta hoy llevar y pídele fuerza para seguir caminando.

Padre Nuestro...

Dios te Salve María ...

Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo...

He pecado Señor, ten misericordia de nosotros.

III. TERCERA ESTACIÓN: JESÚS CAE CON LA CRUZ POR PRIMERA VEZ

Dirigente: Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos.

Todos: Porque por tu santa Cruz redimiste al mundo.

“Caídas de los jóvenes”.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Se pide a los jóvenes que se pongan de rodillas y que, a través de sus sentidos, contemplen el momento: que sientan la textura y la temperatura del suelo. Puede resultar incómodo, pero será solo por un instante.



Luego, se les invita a sacar la piedra en la que escribieron durante la estación anterior y a reflexionar si esa carga les ha hecho sentirse alguna vez como si cayeran al suelo.

Después de unos dos minutos, se les indica que levanten la mirada y observen a los demás jóvenes, y que toquen el hombro del compañero que tienen al lado, como un gesto de apoyo y fraternidad.

Dependiendo de la actitud del grupo, pueden permanecer de rodillas hasta que termine el tiempo en la estación o ponerse de pie mientras se sostienen de los hombros, simbolizando que no se levantan solos, sino con ayuda de los demás.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Es verdad que como jóvenes hemos llegado a sentir tanta aflicción en las dificultades que llegamos a caer. Caemos en sentimientos de tristeza que creemos nunca terminaran, también podemos caer en falsas salidas como lo son la pérdida de tiempo en redes sociales para olvidarnos de nuestra realidad, puede ser el alcohol u otras drogas. En este punto debemos de no solo reconocer esas caídas, sino que hay más jóvenes que también están en el suelo porque también han caído. Pero también es momento de levantarte y seguir. Así que toma la carga (piedra) y sigue en el camino, pues no vas solo.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Se pide a los participantes que escuchen atentos y en silencio la siguiente cita bíblica:



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Isaías 53, 4-6.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Jesús cae bajo el peso de la cruz. No porque sea débil, sino porque sufre como nosotros. Su cuerpo se derrumba, pero su amor permanece firme. En esa caída vemos reflejadas nuestras propias derrotas: los momentos en que no pudimos más, en que tropezamos con el pecado, el miedo o la tristeza.

Los jóvenes también caen, pero lo importante no es la caída, sino la capacidad de levantarse con la ayuda de Dios. Jesús no se queda en el suelo: se apoya, respira, mira al cielo y sigue adelante. Nos enseña que tropezar no nos define, y que cada vez que caemos, Él está ahí para extendernos su mano.

Porque cuando todo parece perdido, Jesús nos mira con compasión y dice: “Yo también caí, pero me levanté por ti.”



Jesús,
Tú caíste bajo el peso de la cruz, pero no te quedaste en el suelo.
Nos enseñaste que incluso en la derrota hay amor, y en la caída, aprendizaje.
Nosotros también tropezamos: con nuestras decisiones, con la presión de los demás, con el cansancio de no ver resultados. A veces creemos que no podremos levantarnos, pero Tú nos muestras que cada caída puede ser el inicio de algo nuevo.
Danos la valentía de aceptar nuestros tropiezos sin vergüenza, de pedir ayuda y de levantarnos tomados de tu mano.
Que aprendamos a ver las caídas no como fracasos, sino como parte del camino que nos conduce hacia Ti.
Cierra los ojos. Recuerda una caída reciente (una tristeza, un error, una decepción) y dile a Jesús:
“Señor, levántame con tu fuerza.”

Padre Nuestro...
Dios te Salve María ...
Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo...
He pecado Señor, ten misericordia de nosotros.

IV. CUARTA ESTACIÓN: JESÚS ENCUENTRA A SU MADRE

Dirigente: Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos.

Todos: Porque por tu santa Cruz redimiste al mundo.

“María, figura materna y pilar importante para la resiliencia”.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

AMBIENTACIÓN:

En esta estación debe colocarse una imagen de la Virgen María. Al llegar, se pide a los jóvenes que la contemplen en silencio. El ambiente debe acompañarse con música de fondo, preferentemente instrumental o sin letra, para favorecer la reflexión y evitar distracciones. La lectura debe ser proclamada por una mujer del equipo, con voz clara, pausada y emotiva, transmitiendo las emociones de María.

Lectura:

“Yo soy María, la madre de Jesús.



Aún recuerdo el momento en que lo vi venir, cargando aquella cruz que parecía más grande que el mundo. Sus hombros estaban heridos, su rostro cubierto de sangre... pero sus ojos, sus ojos brillaban con una paz que solo puede venir del amor.

Mi corazón se estremeció. Cada paso suyo era una espada que atravesaba mi alma. Quise correr, abrazarlo, quitarle el peso, pero supe que no podía. Él debía cumplir su misión, y yo debía estar firme. No podía caer, no podía gritar, no podía huir. Tenía que ser fuerte, porque Él necesitaba verme en pie.

En ese instante entendí que la fortaleza no está en no sufrir, sino en mantenerse de pie a pesar del dolor. Aprendí que la fe no borra las lágrimas, pero les da sentido. Y comprendí que, incluso en medio del sufrimiento más profundo, Dios sigue obrando.

Jóvenes, sé que muchos de ustedes cargan cruces: la soledad, la pérdida, los miedos, las dudas sobre su futuro. A veces el camino parece oscuro y creen que no hay salida. Pero déjenme decirles: yo también sentí eso. También quise rendirme, también dudé en el silencio de mi corazón... y aun así, confíé.

La resiliencia nace del amor. No del orgullo ni de la fuerza propia, sino de saber que Dios no abandona. Yo caminé junto a Jesús hasta el final, y aunque lo vi caer, también lo vi levantarse. Y después de la oscuridad del sepulcro, vi brillar la luz de la resurrección.

Por eso, cuando la vida les pese, no aparten la mirada de Dios. Si tropiezan, levántense. Si lloran, sigan caminando. Porque cada caída puede ser el principio de algo nuevo, y cada cruz, si la llevan con amor, se convierte en camino hacia la vida.

Yo soy María, y sigo caminando con ustedes.

Que mi historia les recuerde que, incluso en el dolor más profundo... la esperanza siempre renace."

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Desde el inicio hemos mencionado que, en este camino, no iríamos solos.

Ahora se une a nosotros una persona muy importante para continuar: alguien que siempre ha estado acompañándonos, aunque a veces no lo notemos. Hoy podemos encontrarnos con ella, mirar su rostro y descubrir en él un gran ejemplo de resiliencia.

Perder a un hijo es un dolor tan profundo que ninguna madre quisiera siquiera imaginarlo. Sin embargo, María, con todo su sufrimiento al ver a su Hijo amado padecer, decidió mantenerse firme y seguir caminando junto a Él.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Esa resiliencia que María nos muestra nace precisamente de su confianza en los planes de Dios.

Ahora, ella nos toma de la mano y mira con amor las cargas que llevamos.

Adelante, joven... sigamos caminando.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Se pide a los participantes que escuchen atentos y en silencio la siguiente cita bíblica:



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Lucas 2, 34-35.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

María representa la fuerza silenciosa y esperanzadora que sostiene incluso en los momentos más oscuros.

Es la madre que no se rinde, la que acompaña sin juzgar, la que confía cuando todo parece perdido.

En su rostro se refleja la resiliencia, esa capacidad de transformar el sufrimiento en amor, la tristeza en consuelo y la pérdida en esperanza.

Para los jóvenes, María es la figura materna que enseña que la fortaleza no se mide por la ausencia de lágrimas, sino por la fe que permanece firme aun cuando todo duele.

Nos invita a no rendirnos ante las pruebas, a mantenernos de pie, aunque el corazón esté herido, y a creer que Dios puede sacar vida incluso de las situaciones más difíciles. María santísima es Madre de la Esperanza, como lo rezamos en la letanía del santo rosario.



«ORACIÓN»

Madre María,

Tu corazón fue traspasado por el dolor, pero no te derrumbaste; permaneciste de pie, creyendo que el amor de Dios sería más fuerte que la cruz.

En ti encontramos consuelo, fuerza y ternura.

Tú conoces el dolor de ver sufrir a quien se ama, pero también sabes esperar con esperanza.

Enséñanos, Madre, a mantenernos firmes en la fe cuando todo parece perdido,

a confiar en el plan de Dios aun sin entenderlo.

Que podamos mirar tus ojos en nuestros momentos de tristeza y sentir que nos dices:

“No temas, hijo mío, estoy contigo.”

#Pasos
Que Inspiran



CONTEMPLACIÓN:

Contempla ahora la imagen de María presente en esta estación.

Piensa en una figura materna que haya estado contigo en los momentos difíciles.

Dale gracias a Dios por su amor y pídele a María que te cubra con su manto y te acompañe en tu camino.

Padre Nuestro...

Dios te Salve María ...

Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo...

He pecado Señor, ten misericordia de nosotros.

V. QUINTA ESTACIÓN: EL CIRINEO AYUDA A JESÚS A LLEVAR LA CRUZ

Dirigente: Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos.

Todos: Porque por tu santa Cruz redimiste al mundo.

“Familia, comunidad y amigos como soporte ante la crisis”.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

Una mesa con una vela encendida en el centro.

DESARROLLO:

En esta estación, se pide a los jóvenes que formen un círculo alrededor de la mesa.

Cada participante deberá tomar la piedra que elaboró en la estación 2 y colocarla sobre la mesa, junto a la vela. Después, se les indica que tomen una piedra diferente a la suya —sin leer lo que está escrito— y que la guarden en el bolsillo de su pantalón, sudadera o chamarra.

Al finalizar este gesto, se les invita a tomarse de los hombros y escuchar con atención la reflexión de esta estación.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

En nuestra vida, siempre hay familiares, amigos o compañeros dispuestos a ayudarnos con las cargas que más pesan.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Podemos concentrarnos en la vela encendida, en la luz y el calor que irradia: así se siente cuando alguien nos brinda su apoyo. La calidez de los demás tiene la fuerza de aligerar nuestras cargas, y como comunidad, estamos llamados a ser apoyo y esperanza para nuestros hermanos.

La piedra que ahora llevamos ya no es nuestra; pertenece a alguien que necesita de nuestra ayuda.

Sigamos caminando con el compromiso de acompañar y sostener al otro, como verdaderos cireneos en el camino de la fe.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Se pide a los participantes que escuchen atentos y en silencio la siguiente cita bíblica:



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Lc 23, 26.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

A veces los jóvenes piensan que deben enfrentar todo solos, que mostrar debilidad es fallar. Pero la fe nos enseña que compartir el peso también es un acto de amor y humildad.

Jesús aceptó la ayuda de Simón de Cirene, no porque no pudiera seguir, sino para mostrarnos que en la unión encontramos fortaleza. Cuando alguien se acerca a ti en su dolor, sé tú también un cireneo. Y cuando seas tú quien sufre, no tengas miedo de dejarte ayudar.

La comunidad, la familia y los verdaderos amigos son reflejos del amor de Dios, que se hace presente a través de los demás. Cuando compartimos la cruz, el peso se aligera y el camino se llena de esperanza.



«ORACIÓN»

Jesús,
Tú aceptaste la ayuda de Simón de Cirene,
y en ese gesto nos revelaste que no estamos llamados a cargar solos nuestras cruces.
Cuántas veces creemos que podemos con todo,
y olvidamos que también necesitamos a los demás.
Gracias, Señor, por las personas que pones en nuestro camino para sostenernos:
por la familia que ora por nosotros,
por los amigos que escuchan sin juzgar,
por la comunidad que nos anima a seguir.

#Pasos
Que Inspiran



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Enséñanos a ser humildes para aceptar ayuda
y generosos para ofrecerla.
Que comprendamos que cada gesto de apoyo es una forma de compartir tu amor.

CONTEMPLACIÓN FINAL:

Piensa en una persona que te haya ayudado en un momento difícil.
Mientras caminamos hacia la siguiente estación, ora en silencio por ella y da gracias a Dios por haberla puesto en tu vida.

Padre Nuestro...
Dios te Salve María ...
Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo...
He pecado Señor, ten misericordia de nosotros.

VI. SEXTA ESTACIÓN: LA VERÓNICA LIMPIA EL ROSTRO DE JESÚS

Dirigente: Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos.

Todos: Porque por tu santa Cruz redimiste al mundo.

“La imagen de Cristo presente en nuestra vida nos ayuda continuar caminando a pesar de la adversidad”.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

- Un manto con el rostro de Cristo impreso, que representa el momento de esta estación.
- También puede hacerse una escenificación breve, donde una integrante del equipo intérprete interpreta a la Verónica, sosteniendo el manto con la imagen de Jesús.

DESARROLLO:

Se invita a los jóvenes a contemplar el manto o la representación mientras reflexionan las siguientes preguntas:

¿Cuáles crees que fueron las principales razones por las que Cristo tuvo la fortaleza de seguir caminando?

¿Alguna de esas razones se puede aplicar a tu vida personal?

¿Qué tan presente tienes la imagen de Cristo en tu día a día como el mayor ejemplo de fortaleza?



«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Imaginemos el rostro de Cristo en este momento del camino: cansado, herido, cubierto de sudor y sangre, después de tantos golpes y de cargar la cruz. En medio de todo ese sufrimiento, una mujer se acerca con compasión y, con un gesto de amor, limpia su rostro. Y es entonces cuando Jesús deja impregnada su imagen en el paño: una huella viva de su entrega, de su fidelidad al amor hasta el final.

Contemplar ese rostro nos invita a descubrir en Él la valentía de seguir adelante aun en medio del dolor. Si Cristo, que era inocente, completó su misión a pesar del sufrimiento, también nosotros podemos hacerlo. Que su rostro quede impreso en nuestro corazón, para recordarnos que siempre vale la pena seguir caminando con fe y esperanza.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Se pide a los participantes que escuchen atentos y en silencio la siguiente cita bíblica:



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Salmo 27, 8-9.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Entre la multitud que grita y los soldados que empujan, una mujer se atreve a acercarse a Jesús. No teme al rechazo ni a los golpes; con valentía y ternura, seca el sudor y la sangre del rostro del Maestro.

En ese gesto sencillo, la Verónica reconoce el rostro de Dios en medio del dolor, y Jesús, agradecido, deja su imagen grabada en el paño, como signo de amor y esperanza. Así, Él nos muestra que el amor es más fuerte que el sufrimiento, y que su presencia puede iluminar incluso las noches más oscuras.

Los jóvenes también están llamados a ser como la Verónica: a mirar el rostro de Cristo en los demás, en los que sufren, en los que necesitan consuelo o una palabra de ánimo. Cuando ayudamos, perdonamos o amamos, el rostro de Jesús se refleja en nuestras acciones, y su luz transforma nuestro entorno.



Señor Jesús,
en medio del dolor y del desprecio, una mujer tuvo el valor de acercarse a Ti.
Su gesto sencillo se convirtió en símbolo de amor y consuelo.
Hoy queremos ser como ella: capaces de ver tu rostro en el sufrimiento del otro, capaces de actuar con compasión cuando el mundo calla.
Graba tu rostro en nuestro corazón, Señor, para que, cuando el cansancio nos venza o la adversidad nuble nuestra fe, podamos mirarte dentro de nosotros y encontrarte allí, dándonos fuerza para seguir.
Que tu mirada nos devuelva la paz, la esperanza y el sentido de nuestra vida. Amén.

CONTEMPLACIÓN FINAL:

Cierra los ojos, imagina el rostro de Cristo mirándonos con amor.
Permanece unos segundos en silencio, dejando que su ternura y su mirada te llenen de paz.

Padre Nuestro...
Dios te Salve María ...
Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo...
He pecado Señor, ten misericordia de nosotros.

VII. SÉPTIMA ESTACIÓN: JESÚS CAE POR SEGUNDA VEZ

Dirigente: Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos.

Todos: Porque por tu santa Cruz redimiste al mundo.

“Los falsos signos de esperanza que los jóvenes siguen en la actualidad”.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Se pide a los jóvenes que se pongan de rodillas y, con las palmas tocando el suelo, cierren los ojos y permanezcan en silencio por unos minutos (máximo 3).

Durante este momento, se les invita a reflexionar sobre todas aquellas “salidas fáciles” que han pensado seguir o incluso han tomado en momentos de dificultad: decisiones que tal vez ofrecieron una tranquilidad pasajera o una felicidad momentánea, pero que en el fondo no resolvieron nada.

Son esos caminos que el mundo presenta como soluciones rápidas, falsos signos de esperanza, que solo distraen del verdadero encuentro con Cristo.



«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Permanecer con Cristo nos asegura la plenitud verdadera, una alegría que no muere y una esperanza que permanece incluso en medio del dolor.

Es cierto que la desesperación puede llevarnos a buscar escapes fáciles, a querer evitar el sufrimiento con opciones que parecen buenas, pero que solo nos apartan del amor de Dios. Esos falsos caminos —el placer inmediato, la indiferencia, la huida o la apatía— tarde o temprano dejan huellas de vacío y cansancio.

El Señor nos invita a ser conscientes de esas falsas salidas que se presentan cada día, y a tener el valor de resistirlas con fe, para poder levantarnos y seguir caminando junto a Él. Solo permaneciendo firmes en Cristo descubrimos una esperanza sólida y verdadera, capaz de sostenernos cuando todo parece oscuro.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Se pide a los participantes que escuchen atentos y en silencio la siguiente cita bíblica:



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: 2 Corintios 1, 4-6 .

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Jesús vuelve a caer. El peso de la cruz es más fuerte, el cuerpo más débil y el camino más difícil. Pero aun en el suelo, su mirada no pierde la esperanza. Él sabe que la verdadera fuerza proviene del amor del Padre.

En esta caída, Jesús nos enseña que muchas veces tropezamos porque ponemos nuestra esperanza en lo que no puede sostenernos.

Hoy, muchos jóvenes buscan consuelo en falsos signos de esperanza: la popularidad, las redes sociales, la aceptación, las apariencias o el placer momentáneo. Son caminos que prometen felicidad, pero que dejan el corazón vacío.

Jesús nos recuerda que la esperanza verdadera no se compra ni se aparenta: se construye en el amor, la fe y la confianza en Dios. Cada caída de Cristo nos invita a preguntarnos: ¿En qué estoy poniendo mi esperanza? Si buscamos sentido en lo superficial, el peso del mundo nos derriba; pero si miramos a Cristo, incluso desde el suelo, descubrimos que su consuelo es real, duradero y nos levanta.



«ORACIÓN»

Jesús,
caíste nuevamente bajo el peso del dolor, pero nunca dejaste de creer en la promesa del Padre.

También nosotros tropezamos cuando buscamos esperanza en lo que brilla, en lo inmediato, en los falsos consuelos del mundo. Danos claridad para distinguir lo verdadero de lo vacío, sabiduría para no poner nuestra felicidad en lo pasajero.

Enséñanos a apoyarnos en Ti, fuente de esperanza que nunca se apaga.

Cuando nos sintamos confundidos o desanimados, recuérdanos que solo en tu amor encontramos descanso, propósito y paz. Amén

REFLEXIONA EN SILENCIO:

¿En qué cosas falsas he puesto mi esperanza?

Díselo a Jesús, y pídele que renueve tu corazón con su verdad y su amor.

Padre Nuestro...

Dios te Salve María ...

Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo...

He pecado Señor, ten misericordia de nosotros.

VIII. OCTAVA ESTACIÓN: JESÚS ENCUENTRA A LAS MUJERES DE JERUSALÉN

Dirigente: Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos.

Todos: Porque por tu santa Cruz redimiste al mundo.

“Jesús nos consuela en el dolor y las adversidades”.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

- Una caja pequeña
- Hojas de papel o tarjetas
- Lápices suficientes para todos los participantes

DINÁMICA:

Se entrega a cada joven una hoja de papel. En silencio, deberá escribir brevemente un hecho que le haya dolido en su vida y cómo resistió o logró salir adelante en ese momento.

Después, deberá anotar algo que actualmente le esté provocando dolor o dificultad.

Una vez que todos hayan terminado, depositarán sus papelitos dentro de la caja.

Durante la dinámica, se sugiere ambientar con música suave de fondo.

(Duración aproximada: 5 minutos)



«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Finalizada la dinámica, se leerá en voz alta la siguiente reflexión:

Aceptar que duele es el primer paso para sanar.

Reconocer el dolor no nos hace débiles, nos hace humanos, nos conecta con nuestra propia vulnerabilidad y con la de los demás, nos enseña empatía, nos permite abrir los ojos a lo que realmente importa y nos obliga a redefinir quiénes somos y qué necesitamos.

En una sociedad que constantemente nos empuja a “estar bien”, a mostrar fortaleza y a seguir adelante sin mirar atrás, reconocer el dolor se ha vuelto casi un acto de rebeldía.

Pero ignorarlo no lo hace desaparecer; al contrario, lo entierra más profundo, donde con el tiempo se transforma en ansiedad, enojo, vacío o desesperanza.

Al escribir “lo que me dolió”, recordamos que ya hemos superado momentos difíciles antes, y eso reafirma que el dolor no es una experiencia nueva, sino una oportunidad de crecimiento.

Reconocer el dolor no significa quedarnos atrapados en él, sino decirnos a nosotros mismos:

“Sí, esto me dolió, y está bien que duela. Solo al permitirnos sentir, podemos empezar a sanar.”

Reflexiona internamente:

¿Qué he aprendido a partir del dolor?

¿Con qué herramientas cuento para hacer más llevadero mi sufrimiento?

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Se pide a los participantes que escuchen atentos y en silencio la siguiente cita bíblica:



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Lucas 23, 27-31.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

En este pasaje, Jesús se encuentra con las mujeres de Jerusalén que lloran por Él. A pesar de su propio sufrimiento, las consuela y les da aliento. Ese gesto nos muestra que el amor de Cristo no se detiene ante el dolor: incluso en su agonía, piensa en los demás.



Así actúa también con nosotros: va a nuestro encuentro cuando nos sentimos tristes o desanimados, y aunque parezca que nada puede consolarnos, su Palabra es el refugio donde encontramos verdadera paz y fortaleza. Jesús nos enseña que la compasión y la esperanza florecen incluso en medio del sufrimiento.



Señor Jesús,
infúndenos tu Espíritu de sabiduría y fortaleza,
para que, consolados y fortalecidos por Ti,
sepamos consolar y alentar a los que lloran y se lamentan,
incluso cuando nosotros también sufrimos.
Haz que nunca perdamos de vista la luz del alba,
que comienza a brillar aun en medio de la oscuridad.

Padre Nuestro...
Dios te Salve María ...
Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo...
He pecado Señor, ten misericordia de nosotros.

IX. NOVENA ESTACIÓN: JESÚS CAE POR TERCERA VEZ

Dirigente: Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos.

Todos: Porque por tu santa Cruz redimiste al mundo.

“Fortaleza ante las pruebas y tribulaciones de la vida”.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Se colocará un árbol pequeño al centro del espacio de reunión —puede ser natural o elaborado con materiales reciclados—, el cual representará la virtud de la fortaleza.

Mientras suena música suave de fondo, el guía leerá lo siguiente:

“De todas las lecciones que da la vida, la principal es esta: hay decisiones que debemos tomar, cambios que enfrentar, miedos que vencer, soledades que atravesar, lágrimas que derramar y nuevos comienzos que deben florecer dentro de nosotros. Porque incluso cuando creemos que no somos capaces de soportar algo, el tiempo y la fe nos demuestran que somos más fuertes y valientes de lo que imaginábamos.”



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Este árbol representa nuestra propia vida. A veces enfrenta tormentas, sequías o contaminación, pero sigue en pie. Su verdadera fuerza está en las raíces que lo sostienen, en su interior invisible pero firme. Así también nosotros: necesitamos raíces profundas —la fe, la esperanza, el amor, la familia, los amigos, Dios mismo— que nos mantengan de pie cuando soplan los vientos de la dificultad.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Como el árbol que crece en silencio, resistiendo el viento y adaptándose a cada estación, nosotros también crecemos en medio de las adversidades.

Ahora, te invito a reflexionar en silencio:

- Piensa en aquella situación dolorosa que escribiste en la estación anterior.
- Recuerda las personas o acciones que te ayudarán —o te ayudan hoy— a seguir adelante.
- Reconoce qué o quiénes son tus raíces, esas fuerzas que te sostienen incluso cuando todo parece quebrarse.

(Deja unos minutos de silencio.)

Las dificultades son parte inevitable de la vida, pero también el terreno donde florecen la resiliencia, el aprendizaje y el crecimiento personal.

Así como una planta necesita agua, luz y cuidado, nosotros necesitamos apoyo, amor y fe para mantenernos firmes. Las personas que Dios pone a nuestro lado —padres, amigos, comunidad, la Virgen, Jesús mismo— son esas raíces que nos ayudan a permanecer en pie, aun en las tormentas.

Finalmente, se reparten entre los jóvenes frases cortas que hablen de la fortaleza. El guía les invita a guardarlas y mirarlas cada vez que sientan que ya no pueden más, como un recordatorio de que la fortaleza también florece desde el dolor.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Se pide a los participantes que escuchen atentos y en silencio la siguiente cita bíblica:



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Isaías 53, 7.



«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Jesús, durante su camino al Calvario, sufrió golpes, humillaciones y caídas, pero no se quejó. A pesar de ser inocente, aceptó el sufrimiento en silencio, confiando plenamente en el plan del Padre. Su silencio no fue resignación, sino una fortaleza nacida del amor: la decisión de seguir caminando por nosotros.

Así también nosotros, como jóvenes, caemos y nos sentimos agotados. Pero Jesús nos enseña a levantarnos una y otra vez, con humildad y confianza. Ser resilientes no significa no sentir dolor, sino no dejar que el dolor nos detenga, sabiendo que Dios nos dará siempre la fuerza para continuar.



Señor Jesús, a pesar de tus caídas, te levantaste y seguiste adelante.
A veces nos cuesta tanto perseverar en tu camino...
Danos tu fortaleza para no rendirnos, para seguirte incluso cuando el peso de la cruz nos agobie.
Perdón por las veces que hemos caído y nos hemos alejado de Ti.
Gracias por recibirnos siempre con los brazos abiertos.
Danos la constancia para permanecer fieles, y suscita misioneros que acerquen nuevamente a los que se han apartado de la fe. Perdón, Señor, hemos pecado contra Ti.
Haznos fuertes en el amor y firmes en la esperanza. Amén

Padre Nuestro...
Dios te Salve María ...
Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo...
He pecado Señor, ten misericordia de nosotros.

X. DÉCIMA ESTACIÓN: JESÚS ES DESPOJADO DE SUS VESTIDURAS

Dirigente: Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos.

Todos: Porque por tu santa Cruz redimiste al mundo.

“Despojarnos para seguir a Cristo”.



«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

- Una mochila
- Pelotas o papeles con los siguientes letreros: miedo, apatía, malos hábitos, desesperanza, egoísmo, malas amistades, vicios, arrepentimientos, críticas.

DINÁMICA:

El guía introduce una a una las pelotas dentro de la mochila, explicando:

“Muchas veces en el camino de la vida cargamos cosas que nos impiden avanzar: problemas, actitudes negativas, miedos, críticas o heridas que otros nos han causado. Cada una de ellas es como una atadura que nos frena y nos roba la libertad interior.”

Luego se pide a un joven que cargue la mochila durante el resto del Vía Crucis, simbolizando el peso de esas cargas que muchas veces nos acompañan y nos hacen querer abandonar el camino.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Se invita a los participantes a reflexionar:

“¿Qué cosas te impiden avanzar? Reconocerlas es el primer paso para liberarte de ellas.”

El guía continúa:

“En el viaje de la vida no necesitamos cargar con todo. Nuestra mochila debe ir llena solo de lo esencial: las lecciones aprendidas, la gratitud, las buenas amistades, el perdón, la confianza en nosotros mismos y la fe en Dios.

Estas cosas no pesan, al contrario, son el combustible que nos impulsa a seguir adelante con esperanza.”

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Se pide a los participantes que escuchen atentos y en silencio la siguiente cita bíblica:



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Mateo 27, 33-36.



«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Este pasaje nos lleva al momento más doloroso y humillante de la vida de Jesús: su crucifixión. Lo despojan de todo, incluso de sus vestiduras, dejándolo sin nada. Sin embargo, Él no se resiste ni busca escapar. Acepta el dolor con humildad y confianza total en el Padre. Jesús se deja despojar de todo lo que lo separa de la voluntad del Padre. Lo hace por amor a nosotros, para mostrarnos que la verdadera libertad no está en tener, sino en entregarse.

Hoy también nosotros estamos llamados a dejar que Dios nos libere de lo que nos ata: el egoísmo, el miedo, las apariencias o cualquier cosa que nos aleje de Él. Así como Jesús confió plenamente, nosotros también podemos decir: “Padre, en Ti confío.”



«ORACIÓN»

Señor, ayúdanos a no aferrarnos a las cosas materiales ni a las falsas seguridades. Perdónanos por las veces que nos hemos cerrado al compartir, por guardar lo que no necesitamos mientras otros carecen de lo más básico. Enséñanos a vivir con sencillez y generosidad, como Tú lo hiciste en la cruz. Te pedimos por quienes viven en la pobreza y por quienes han llenado su vida con cosas vacías, para que descubran en Ti la verdadera riqueza del amor y la fe.

Padre Nuestro...
Dios te Salve María ...
Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo...
He pecado Señor, ten misericordia de nosotros.

XI. DÉCIMA PRIMERA ESTACIÓN: JESÚS ES CLAVADO EN LA CRUZ

Dirigente: Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos.

Todos: Porque por tu santa Cruz redimiste al mundo.

“Del dolor nace la resiliencia”.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Vamos a escuchar con atención el testimonio de un joven que pasó por un momento complicado:



“Cuando falleció mi abuela, no sabía cómo manejarlo. En mi casa todos estaban tristes, pero nadie hablaba del tema. Yo fingía estar bien, pero por dentro me sentía roto. Me hubiera gustado que alguien me preguntara cómo me sentía de verdad.”

— Óscar, 13 años

A veces la vida duele. Perdemos a alguien que amamos, nos sentimos rechazados, fracasamos en algo importante o simplemente atravesamos días en los que todo parece salir mal. Es normal sentirse triste, frustrado o confundido. El sufrimiento forma parte de la vida y, aunque no siempre lo entendamos, también puede enseñarnos mucho sobre nosotros mismos.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Reflexiona y responde con sinceridad:

¿Por qué crees que a veces las personas prefieren no hablar del sufrimiento?

¿Alguna vez te has sentido como el joven del testimonio? ¿Qué necesitabas en ese momento?

¿Qué puedes hacer tú para acompañar mejor a alguien que está sufriendo?

Frente al sufrimiento, hay dos desafíos que vale la pena asumir: el primero, descubrir su sentido profundo; el segundo, guardar silencio, contemplar, reflexionar y meditar desde el corazón.

El filósofo Max Scheler decía que el sufrimiento puede convertirse en sacrificio, y que esto no es algo negativo, sino una forma de alcanzar un valor mayor. Cuando aceptamos el dolor con un propósito —por amor, por fe, por crecimiento— este deja de ser solo una herida y se transforma en un medio para alcanzar algo más grande.

Reconocer el sufrimiento no es rendirse ante él, sino aprender a descubrir su sentido. El sufrimiento también nos enseña resiliencia. Ser resiliente no significa no sentir dolor, sino continuar caminando a pesar de él. Es aprender, crecer y mantener la fe cuando todo parece cuesta arriba.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Se pide a los participantes que escuchen atentos y en silencio la siguiente cita bíblica:



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Colosenses 1, 24.



«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

En la cruz se manifiesta el amor más grande de Jesús por la humanidad. Él sufrió y soportó cada herida por amor a nosotros, para nuestra salvación. Su entrega nos enseña que cuando sufrimos por amor —cuando ofrecemos con fe nuestras dificultades a Dios— nos unimos a su obra redentora.

El sufrimiento compartido con Cristo no destruye, transforma; no pesa, purifica.

Hoy también hay muchos que siguen siendo “crucificados”: los pobres, los migrantes, los enfermos, las víctimas de violencia o adicciones, los jóvenes sin esperanza. Y muchas veces, sin darnos cuenta, también nosotros somos quienes clavamos con nuestras palabras o indiferencia.

Jesús nos invita a mirar esas cruces, no con miedo, sino con compasión y compromiso.



Señor Jesús, fuiste crucificado por nuestras culpas y, aun así, intercedes ante el Padre por cada uno de nosotros.

Cada golpe, cada herida fue signo de tu amor infinito.

Te pedimos por todos los jóvenes que viven oprimidos por la tristeza, la desesperación o el vacío:

por los que han caído en las adicciones, en la soledad o en la pérdida de sentido.

Líbranos de todo aquello que nos esclaviza y danos la certeza de que tu amor puede transformar cualquier dolor.

Que sepamos mirar la cruz no como un final, sino como el comienzo de una esperanza nueva.

Padre Nuestro...

Dios te Salve María ...

Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo...

He pecado Señor, ten misericordia de nosotros.

XII. DÉCIMA SEGUNDA ESTACIÓN: JESÚS MUERE EN LA CRUZ

Dirigente: Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos.

Todos: Porque por tu santa Cruz redimiste al mundo.

“Renuncio a mí para entregarme totalmente al amor de Jesús”.



«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

- Piedras pequeñas, papeles, cintas, un pedazo de madera, telas o cualquier objeto sencillo (uno por persona).
- Marcadores.
- Una canasta o caja donde se colocarán los objetos.

DESARROLLO:

Entrega un objeto a cada participante (puede ser una piedra lisa, un pedazo de madera, una hoja de papel en forma de corazón, etc.) y pide que escriban en él —o simplemente lo sostengan— mientras piensan en algo que desean entregar a Dios, por ejemplo:

Un miedo.

Una actitud negativa (orgullo, envidia, rencor...).

Una herida.

Un deseo de cambio.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Después de un breve momento de silencio, invita a los participantes a acercarse, uno por uno, y colocar su objeto en la caja, como un gesto simbólico de entrega total a Dios.

De manera personal, reflexiona:

¿Qué significa para ti “renunciar a ti mismo”? ¿Alguna vez lo has intentado?

¿Qué parte de ti te cuesta más entregar a Dios? ¿Por qué?

¿Qué cambiaría en tu vida si realmente pusieras a Dios en el centro de todo?

¿Cómo puedes saber si estás completamente entregado a Cristo?

Renunciar a uno mismo no significa dejar de ser quien soy, ni olvidar mis sueños o sentimientos. Significa poner a Dios en el centro de mi vida, antes que mi ego, mis caprichos o mis miedos. Es reconocer que no siempre tengo el control y que necesito confiar más en Él que en mis propias fuerzas.

A veces, mi orgullo quiere decidir por mí, o mi corazón me empuja por caminos que no siempre son los mejores. Pero cuando dejo que Dios guíe mis pasos, empiezo a ver la vida con otros ojos. Renunciar a mí mismo es dejar que el amor de Dios transforme mi manera de pensar, de sentir y de actuar.



«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Se pide a los participantes que escuchen atentos y en silencio la siguiente cita bíblica:



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Flp 2, 5-8.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

No nos salva, Señor, tu cruz... sino el amor que ha muerto en ella. No nos salva, Señor, un madero... sino la sangre que has derramado en él.

Tu camino, Señor, nos conduce a la luz de quien se fía de Dios. Es en la entrega de la cruz donde Dios mismo nos enseña la importancia de obedecer su voluntad con amor.

Seguirte, Señor, no es querer ser mejor: es querer ser diferente.

Es dejar de lado lo que me interesa solo a mí, para apostar por lo que Tú has preparado para mí.

Es elegir el corazón antes que los instintos, la generosidad antes que el egoísmo.



No hay mayor amor que dar la vida por los que se ama", nos dijiste una vez.

Y no fueron solo palabras: lo comprobaste muriendo por nosotros.

Tú lo diste todo, sin medida, diste tu propia vida.

¿Qué somos capaces de dar por Ti y por los que nos rodean?

Enséñanos, Señor, a amar como Tú lo hiciste:

a todos por igual y sin medida,

a entregarlo todo por amor.

Te pedimos por todos aquellos que, en distintos lugares del mundo, entregan su vida por los demás —especialmente quienes evangelizan a los que no te conocen o están alejados de Ti—.

Fortalecerlos, Señor, y que la entrega de sus vidas no sea en vano.

Ayúdanos a abandonarnos en los brazos del Padre y confiar siempre en la esperanza que Tú nos das.

Padre Nuestro...

Dios te Salve María ...

Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo...

He pecado Señor, ten misericordia de nosotros.



XIII. DÉCIMA TERCERA ESTACIÓN: JESÚS ES BAJADO DE LA CRUZ

Dirigente: Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos.

Todos: Porque por tu santa Cruz redimiste al mundo.

“Buscar consuelo en los brazos de María”.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

- Imagen de la Virgen
- Velas
- Música de fondo

Se invita a los jóvenes a ponerse de rodillas ante la imagen de María y colocar en sus manos todas sus intenciones, miedos y preocupaciones. Se deja un momento de silencio para la oración personal.

Después de unos minutos, se entona un canto a la Virgen mientras los jóvenes se dan un abrazo con la persona que tienen a su lado, como signo del amor que recibimos de María y que estamos llamados a compartir con los demás.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

La Virgen María, más que cualquier otra persona, experimentó las cumbres de la alegría y las profundidades del dolor. Sostuvo a Cristo en sus brazos como un niño y, más tarde, como el Salvador que se entregó por nosotros. Aun en medio del sufrimiento, María se aferró a la esperanza.

Por eso, cuando nos sentimos llenos de alegría, tristeza o incertidumbre, debemos mirar a María y aprender de su manera de caminar junto a Jesús.

San Juan Pablo II nos recordaba: “Esta mujer de fe, María de Nazaret, Madre de Dios, se nos ha dado por modelo en nuestra peregrinación de fe. De María aprendemos a rendirnos a la voluntad de Dios en todas las cosas. De María aprendemos a confiar también cuando parece haberse eclipsado toda esperanza. De María aprendemos a amar a Cristo, Hijo suyo e Hijo de Dios. Pues María no es sólo Madre de Dios, es Madre asimismo de la Iglesia. En cada etapa de la marcha a lo largo de la historia, la Iglesia ha recibido bienes de la oración y protección de la Virgen María.”



«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Se pide a los participantes que escuchen atentos y en silencio la siguiente cita bíblica:



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Juan 19, 38-40. Mateo 23, 50-56.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

En este pasaje vemos cómo José de Arimatea y Nicodemo retiran el cuerpo de Jesús. Podemos imaginar ese momento: el cuerpo ensangrentado y marcado por los clavos es entregado a los brazos de María.

Piensa en el dolor tan profundo que atravesó la Virgen al tener entre sus brazos a su Hijo sin vida. Y, aun así, permaneció firme, serena y confiada en Dios. Así es como María se convierte para nosotros en un ejemplo de resiliencia y de fortaleza en las pruebas. Ella nos enseña que, aunque el dolor parezca insoportable, la fe y el amor pueden sostenernos.

Cuando te sientas herido o sin fuerzas, recuerda a María: ella te acoge, te comprende y te ofrece la calidez de sus brazos para que descanses y sepas que todo estará bien.



Oh, María, en tus manos ponemos nuestra tierra, nuestras familias, nuestra juventud, nuestros adultos y niños.

socórrenos en nuestras necesidades y protégelos del maligno con tu manto bendito.

Ayúdanos a ser dignos merecedores de la salvación, buscando la santidad en las cosas sencillas de cada día.

Señor Jesús, permite que, cuando llegue el crepúsculo de nuestra vida, tu Madre esté junto a nosotros al pie de nuestra cruz.

Que su fe y su amor iluminen nuestra noche, que nos ayude a mantener encendidas nuestras lámparas y llenos de esperanza nuestros corazones, la misma esperanza que tú nos has regalado.

Padre Nuestro...

Dios te Salve María ...

Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo...

He pecado Señor, ten misericordia de nosotros.



XIV. DECIMOCUARTA ESTACIÓN: JESÚS ES PUESTO EN EL SEPULCRO

Dirigente: Te adoramos, oh, Cristo, y te bendecimos.

Todos: Porque por tu santa Cruz redimiste al mundo.

“Jóvenes portadores de esperanza, fortalecidos en el camino de la cruz.”

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

- Una vela
- Cerillos

Se pide el apoyo de un joven y otros diez más que se formen en dos filas, dejando un espacio en medio por donde pasará un compañero.

Para la dinámica, un participante caminará con la vela encendida entre las filas hasta llegar al final del camino. Mientras tanto, los jóvenes formados a los costados intentarán apagar la vela solo soplando, sin moverse de su lugar ni hablar.

La vela representa la esperanza que debemos mantener siempre encendida a lo largo del camino, aun en medio de la adversidad y los desafíos.

Debemos luchar para que nada la apague, porque esa luz —la esperanza— es la que nos permite ver en la oscuridad y afrontar los retos de la vida.

Aunque a veces todo parezca no tener sentido, siempre hay una luz al final del camino: Dios. Él da propósito a cada paso, incluso a los más difíciles, y nos invita a confiar en que las pruebas nos hacen más fuertes y resilientes.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Vivir con esperanza es levantarse una vez más, creer que algo nuevo puede comenzar y no dejar que el miedo o la tristeza tengan la última palabra. Es mirar el futuro con los ojos de la fe, sabiendo que lo mejor aún está por venir.

REFLEXIONEMOS:

¿Ha habido alguna situación en tu vida en la que la esperanza te ayudó a seguir adelante?

¿Qué cosas o personas alimentan tu esperanza hoy?

¿Cómo puedes ser un signo de esperanza para los demás?



«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Se pide a los participantes que escuchen atentos y en silencio la siguiente cita bíblica:



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Juan 19, 41-42.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Este pasaje nos sitúa en un momento de silencio y aparente final: el cuerpo de Jesús es colocado en el sepulcro. Pero ese sepulcro no es el final; es el comienzo de algo inmenso: la resurrección.

Cristo se entrega por amor, se da sin medida, demostrando el amor más grande que puede existir: dar la vida por los demás. No hay mayor testimonio que morir para que otros tengan vida.

Jesús no se deja vencer por la muerte, sino que la vence y vuelve victorioso del sepulcro. El sepulcro, entonces, representa la esperanza: después del dolor, llega la luz; después de la oscuridad, llega la vida nueva.



«ORACIÓN»

Señor, tu muerte nos abrió la esperanza de la resurrección.

Tú nos prometiste la vida eterna; haz que vivamos de acuerdo con esta gracia, buscando siempre amarte y amar a quienes pusiste en nuestro camino.

Muchas veces nosotros también nos sentimos sepultados por nuestros problemas y pecados.

Ayúdanos a no quedarnos sumergidos en el dolor, sino a resucitar contigo a una vida nueva, con la mirada puesta en la salvación y la vida eterna que nos has prometido.

Danos fuerzas, Señor, para ser testigos de esperanza entre quienes nos rodean. Acuérdate de todos los misioneros, hombres y mujeres, que llevan tu luz a los pueblos del mundo.

Señor Jesús, haz de nosotros hijos de la luz que no temen las tinieblas.

Te pedimos por todos los que buscan el sentido de la vida y por quienes han perdido la esperanza, para que crean en tu victoria sobre el pecado y la muerte.

Padre Nuestro...

Dios te Salve María ...

Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo...

He pecado Señor, ten misericordia de nosotros.



MATERIALES

- Simulación de la roca del sepulcro (puede ser de papel o cartón) en la cual se pueda escribir
- Plumones o marcadores.
- Música de fondo suave (instrumental o de reflexión).
- Opcional: una vela encendida al centro como signo de la luz de la esperanza.

INTRODUCCIÓN

Guía: Hemos llegado al final de este camino.

Hoy, como los discípulos al pie del sepulcro, también nosotros contemplamos el silencio de la tumba de Jesús. Pero este silencio no es de derrota... es un silencio lleno de esperanza, porque sabemos que Él resucitará.

La roca del sepulcro que tienes frente a ti simboliza precisamente eso: la fortaleza, la paciencia y la confianza en que el amor de Dios vence siempre.

(Pausa breve mientras suena música suave).

DINÁMICA

Guía: En este momento, cada uno de ustedes recibirá una parte de la “roca del sepulcro”.

En ella van a escribir su compromiso personal, aquello que quieren vivir después de este encuentro: lo que aprendieron, lo que sintieron, o la esperanza que desean mantener viva en su corazón para prepararse con alegría a la resurrección de Jesús.

Puedes dar ejemplos o mostrar uno como modelo:

“Jesús, he caminado junto a ti, reflexionando cada momento de tu calvario.

Gracias por mostrarme que en el camino que parece ser solo de sufrimiento, se encuentra un gran amor y fortaleza.

Ahora yo, (nombre del joven), me comprometo a mantener viva la esperanza de tu regreso, recordando que no estoy solo, pues en el camino he encontrado hermanos en mi comunidad que caminan a mi lado y me sostienen en los momentos difíciles.”

(Permite unos minutos de silencio para escribir el compromiso).

Gestos simbólicos

Guía: Ahora, con respeto y en silencio, te invito a colocar tu compromiso en la roca del sepulcro.

Este gesto simboliza que todo lo que has vivido y sentido queda guardado en el corazón de Cristo, quien transformará tu dolor en esperanza.

(Pueden pasar uno a uno, colocando su compromiso mientras suena música suave o un canto)



CANTO

Aumenta mi fe / Athenas

<https://open.spotify.com/track/2OpOg39h3WSlxk8pSlhjow>

#PASOS
Que Inspiran



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Cuando todos terminen, el guía puede decir:

Miren nuestra roca... está llena de palabras de fe, de compromiso, de esperanza.

Así como el sepulcro no fue el final de la historia, tampoco lo es este momento.

Aquí empieza un nuevo camino, donde cada uno está llamado a ser portador de esperanza para su familia, sus amigos y su comunidad.



Guía: (puede leerla en voz alta mientras los jóvenes se toman de las manos o se colocan en círculo)

Señor Jesús,

hemos caminado contigo en el dolor y en la esperanza.

Hemos visto cómo tu amor vence al sufrimiento y cómo tu cruz se convierte en vida.

Hoy te entregamos nuestros compromisos, nuestras luchas y nuestros sueños.

Te pedimos que nos enseñes a vivir como verdaderos testigos de tu resurrección:

firmes en la fe, alegres en la esperanza y constantes en el amor.

Que tu Espíritu nos acompañe siempre, para que donde haya tristeza llevemos consuelo, donde haya oscuridad llevemos luz, y donde haya desesperanza sembremos alegría.

Amén.

CIERRE:

Encender una vela grande mientras todos dicen juntos: "Jesús vive, y su luz permanece en nosotros."

PÉSAME A MARÍA “EN EL CAMINO DEL SILENCIO Y EL AMOR”

«OBJETIVO»

Reconocer en los jóvenes sus experiencias de dolor y, como María, acompañarlos con confianza para crecer en amor y entrega auténtica

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

DINÁMICA: “Las Piedras del Corazón”

MATERIALES:

- Piedras pequeñas (una por participante).
- Hojas o tarjetas.
- Lápices o marcadores.
- Una caja, cesta o donde colocar las piedras.

DESARROLLO:

A cada participante se le entrega una piedra y una tarjeta. Luego se les explica: “Esta piedra representa un dolor, una preocupación o una carga que llevas en el corazón.”

En la tarjeta deberán escribir ese dolor o situación difícil, o bien una palabra o frase que lo simbolice.

Una vez que hayan terminado, cada joven tomará nuevamente la piedra y será invitado a pasar al frente para depositarla en la caja o cesta.

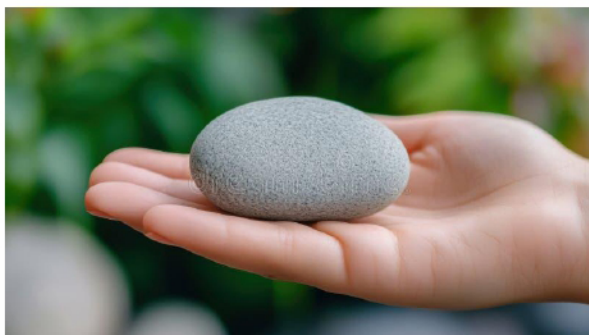
«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Se invita a cerrar los ojos unos momentos y pensar:

¿Qué dolor llevo cargando últimamente?

¿Qué me pesa?

¿Qué situación me está costando aceptar?



Cada uno de nosotros cargamos algo que nadie más ve. Los jóvenes, aunque suelen mostrarse fuertes, alegres y despreocupados, también llevan dentro dolores que pesan: decepciones, miedos, pérdidas, inseguridades, heridas del pasado, dudas sobre el futuro o momentos en los que sienten que nadie los comprende.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Cuando sosteníamos esa piedra en la mano, todos pudimos sentir un poco de ese peso. No es solo una piedra: es un símbolo de aquello que a veces escondemos detrás de una sonrisa, de un “estoy bien”, o detrás de la rutina diaria.

Dejar la piedra al frente no borra el dolor, pero sí nos ayuda a reconocerlo: a aceptar que lo que sentimos importa, que es válido, y que no estamos solos en llevarlo. Todos aquí tenemos algo que nos pesa, y eso nos une.

El dolor no nos hace débiles.

El dolor nos hace humanos.

Y aunque a veces parezca interminable, también es cierto que el dolor cambia, evoluciona y puede transformarnos. Cuando lo nombramos, cuando lo aceptamos, cuando dejamos de cargarlo en silencio, empieza a hacerse un poco más ligero.

Lo que hicimos hoy es un recordatorio de que no tenemos que cargar solos con lo que nos duele. Que expresar lo que sentimos no es signo de fragilidad, sino de valentía. Y que, aunque cada uno vive procesos distintos, todos merecemos un espacio para respirar, soltar y avanzar.

La piedra que dejaste representa justamente eso: un paso.

Un acto de honestidad contigo mismo.

Un reconocimiento de que tu dolor importa y que mereces seguir adelante sin llevarlo todo encima.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Juan 19, 25-27.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Tener a Juan es un consuelo para María. Juntos han seguido a la triste comitiva por el camino del Gólgota. Juan guía a María, aunque es él quien se apoya en la firmísima decisión de ella para apoyar en lo que esté en su mano a Jesús en su Sacrificio. En la oscura soledad de la Pasión, María ofrece a su Hijo un bálsamo de ternura, de comprensión, de afecto y de fe.

María agradece a Juan su presencia en aquellos momentos y permanecen unidos en ese trance de dolor y de oración. La conversión de uno de los



#Pasos
Que Inspiran



ladrones es un destello de consuelo, y también para María y Juan.

Entonces el Señor dirige su tercera palabra a estos testigos silenciosos, María y Juan, que le observan con dolorosa atención. Jesús mira a la Madre, y dice entrecortadamente: "Mujer, he aquí a tu hijo"(Jn). María será la mujer nueva portadora de la promesa divina de la victoria en la lucha terrible contra el mal. Jesús le encomienda la nueva misión de extender su maternidad a todos los hombres representados por Juan.

En el momento oportuno, cuando Jesús llega a su máxima entrega, María está a la altura del Amor de su Hijo y se entrega plenamente a la bondadosa voluntad de Dios sobre los hombres, y por eso se le encarga la maternidad de todos los hombres: Esta nueva maternidad de María, engendrada por la fe, es fruto del nuevo amor que maduró en ella definitivamente al pie de la cruz, por medio de su participación en el amor redentor de su Hijo.

Este es el gran legado que Cristo concede desde la Cruz a la humanidad. Es como una segunda Anunciación para María. Hace treinta y tres años un ángel la invitó a entrar en los planes salvadores de Dios. Ahora, no ya un ángel, sino su propio Hijo, le anuncia una tarea nueva: recibir como hijos de su alma a los causantes del asesinato de su primogénito.

Y Ella aceptó, desde el principio, todo lo que Dios quisiese; su entrega era total desde el comienzo. La primera mujer fue infiel a Dios, porque prefirió su juicio a la sabiduría de Dios. Ahora se le va a pedir a María que venza una prueba enorme: se le pide que no se rebele contra el Padre por llamar a la muerte y al sacrificio al Hijo, que también es Hijo suyo. Se le pide que vaya más allá del amor natural y sobrenatural del Hijo para querer como el Padre y el Hijo están queriendo en aquellos momentos. Y, para eso, hace falta mucha fe en Dios y un amor que esté purificado plenamente. María vuelve a estar a la altura del momento.

«COMPROMISO»

MATERIALES:

- Un altar con la imagen de la Virgen Dolorosa.
- Pétalos de flores elaboradas en cartulina o algún otro material conveniente.
- Lápiz o lapicero para cada integrante.

A continuación, se le entrega a cada participante un pétalo de papel en el que escribirán una palabra, frase u oración que desee regalarle a la Virgen María, en medio del dolor que vive por ver a su Hijo muerto en la Cruz de manera injusta, esa palabra escrita será el recordatorio del compromiso asumido con la Virgen María, pues ella nos acompaña como Madre, nos fortalece y llena de amor insondable en todo momento y circunstancia.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Cuando los participantes hayan terminado de escribir en su pétalo, pasan al frente de la imagen de la Virgen Dolorosa y colocan el pétalo a sus pies, mientras se reproduce una música instrumental de fondo.



«ORACIÓN»

Jesús y María, han compartido totalmente el sufrimiento: Tú, Jesús, en la cruz; y tú, Madre, a los pies de esta. La lanza ha traspasado el costado del Salvador y la espada ha traspasado el corazón de la Virgen Madre.

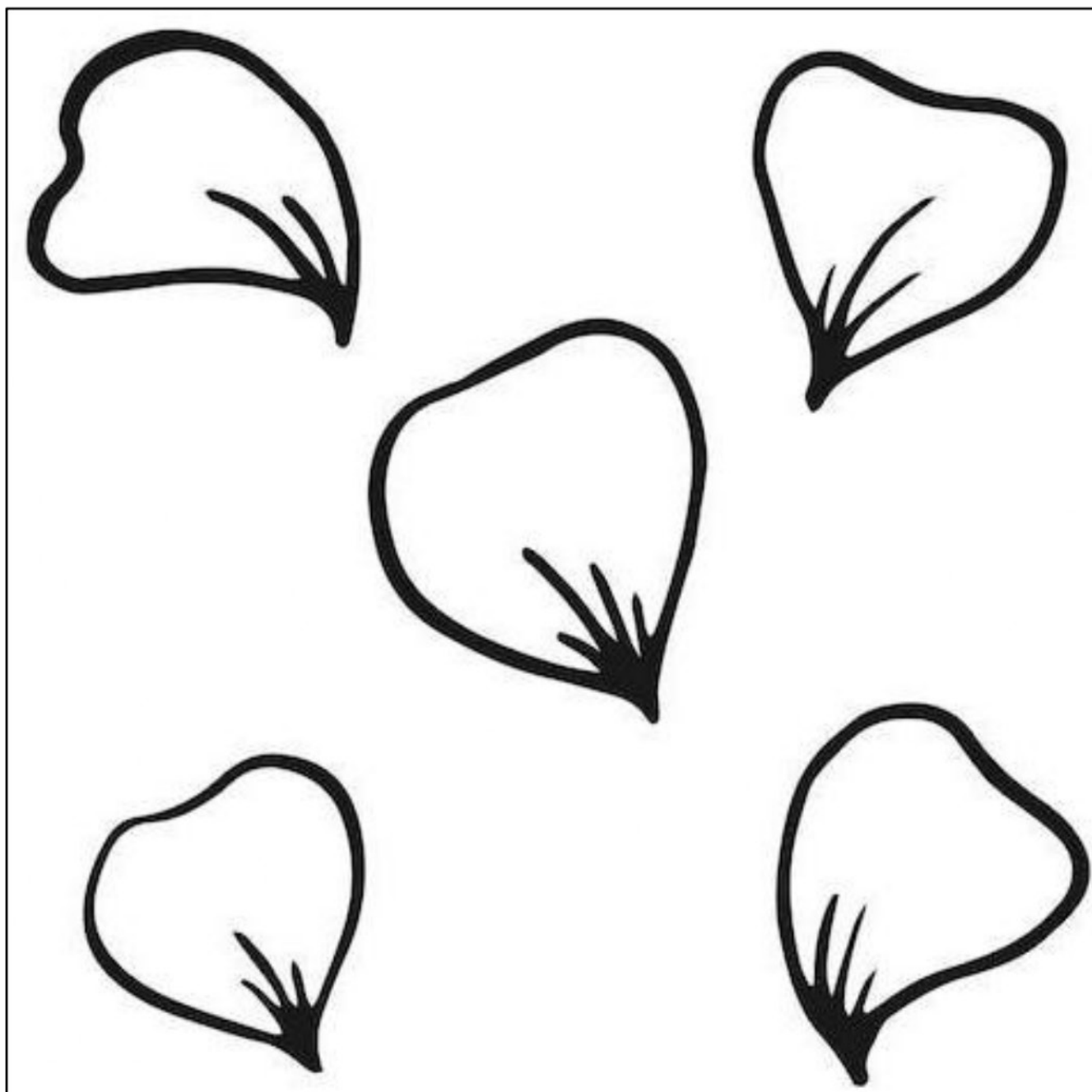
En realidad, hemos sido nosotros con nuestros pecados los que hemos causado tanto dolor. Acepta nuestro arrepentimiento, nuestra debilidad, que siempre corre el riesgo de traicionar, renegar y desertar.

Acepta el homenaje de fidelidad de todos los que han seguido el ejemplo de san Juan, que permaneció valientemente junto a la cruz.

Jesús y María, les doy el corazón y el alma mía. Jesús y María, asísteme en mi última agonía.

Jesús y María, que entreguen en paz junto a ustedes el alma mía. Amén.

ANEXO 1:





PASCUA 2026

con Él somos esperanza



SÁBADO
santo

#PASOS
Que Inspiran



PRIMERA CATEQUESIS DE SÁBADO SANTO “CONFÍA EN JESÚS, LUZ QUE RESPLANDECE EN LA OSCURIDAD”

«OBJETIVO»

Motivar a los jóvenes, mediante momentos de reflexión, a reconocer que aun en las dificultades pueden confiar en Jesús, quien ilumina y sostiene como verdadera esperanza en medio de la oscuridad.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

MATERIALES:

- 1 venda o antifaz por participante
- Bocinas con sonido suave
- Tarjetas con frases (pueden ser impresas o a mano) una por joven.

Tarjetas con estas frases:

- “No sé qué hacer.”
- “Tengo miedo de equivocarme.”
- “No veo salida.”
- “No entiendo lo que está pasando.”
- “Necesito apoyo.”
- “No confío en mí mismo.”
- “Me siento perdido.”
- “No sé por dónde empezar.”



Tarjetas con estas palabras, una por joven.

- “Confianza”
- “Paz”
- “Claridad”
- “Amistad”
- “Fuerza”
- “Esperanza”
- “Apoyo”
- “Nuevas oportunidades”
- “Paciencia”
- “Valor”



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

El animador propiciará un ambiente de calma, hará que los jóvenes se relajen, con respiraciones profundas.

Pedirá que se venden los ojos, se le conducirá a los jóvenes a las tarjetas con los mensajes negativos, les pedirán a los jóvenes que tomen una.

Pedirles que, con la tarjeta en la mano, piensen:

- “¿Cuándo me he sentido así?”
- “¿Qué hacía que ese momento fuera tan complicado?”
- “¿Qué pensé sobre mí?”

No compartirán aún.

Después, con los ojos vendados, irán al otro grupo de tarjetas, tomarán una, acto seguido, verán las dos tarjetas, una con una dificultad y otra con una palabra de luz.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Sentados en círculo, hacer preguntas como:

- “¿Cómo se sintió caminar sin ver?”
- “¿Qué emoción te provocó la frase que te tocó?”
- “¿Qué significa para ti la palabra que elegiste después?”
- “¿Alguna vez un momento oscuro te llevó a confiar más en ti o en otros?”

Se les pedirá que se queden únicamente con la tarjeta de *la palabra de luz*. Después se cerrará la actividad con la siguiente reflexión.

En la vida real no siempre podemos evitar la oscuridad, pero sí podemos elegir confiar y qué sentimiento y pensamiento queremos que nos acompañe en medio de las dificultades. Hoy elige confiar en que hay una salida en medio de la oscuridad y las dificultades.”

Pueden guardarla en su libreta, mochila o bolsillo.

Quien quiera, compartir su experiencia ante la actividad.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



LEEMOS Y MEDITAMOS

CITA BÍBLICA: Juan 16, 33



«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

A veces la vida nos pega fuerte. Hay días en los que te despiertas con el corazón cansado, la mente llena, y una sensación de que nada cambia.

Te enfrentas a problemas que no elegiste, a heridas que no pediste y a silencios que duelen más que cualquier palabra.

Y en medio de eso, Jesús te dice con una ternura que casi no entendemos: **“En el mundo tendrás dificultades... pero ten valor. Yo he vencido al mundo.”**

Jesús no te promete una vida perfecta, sin obstáculos, sin lágrimas o sin noches oscuras. Pero sí te promete algo más poderoso que la ausencia de problemas: Su compañía, su fuerza, su paz, su victoria.

Confiar en Jesús no significa que todo se resolverá mágicamente, significa que **no caminas solo**, incluso cuando te sientes solo. Hay una mano firme sosteniéndote, aunque todo lo demás parezca temblar, aunque ahora estés en una etapa difícil, **esa no es la última parte de tu historia.**

Jesús ya atravesó la oscuridad más profunda, enfrentó el miedo, la traición, el dolor y la muerte, la cual venció.

Y porque Él venció, tú también puedes tener la certeza de que ninguna dificultad será más grande que su amor por ti.

Hay jóvenes que hoy viven perdidos, jóvenes que ya no esperan nada, que ya no confían, que sienten que su vida no vale, que no encuentran sentido.

Algunos están aquí mismo, sentados a tu lado, pero cargando un peso que no muestran. Otros están lejos, intentando sobrevivir como pueden.

Jesús te mira y te pide algo increíble, **que tú seas un signo de esperanza para ellos, que han perdido toda confianza y esperanza.**

Porque la esperanza no siempre llega del cielo, la esperanza llega en forma de un joven como tú, que escucha, que acompaña, que abraza, que levanta, que no juzga, que cree en otro cuando ese otro ya no cree en sí mismo.

Jesús te invita a confiar en Él, sí, pero también te invita a que alguien pueda confiar en ti.

Así como Él ha sido luz en tu oscuridad, **Él quiere que tú seas luz en la oscuridad de otros.** Sabemos que no es fácil, sin embargo, Jesús no busca perfección, busca disponibilidad. Busca jóvenes que digan: “Señor, yo también quiero ser esperanza para quien ya no la tiene.” Porque estás llamado a ser signo de esperanza para aquellos que no la tienen y así, con confianza, caminar en la esperanza que transforma y en la Paz que renueva.



DINÁMICA: “Seamos luz para los demás”

MATERIALES: (uno por participante):

- Papelitos / post-it
- Velas pequeñas
- Bolígrafos o lapiceras

Se formará un círculo y se entregará a cada participante una vela, un post-it y un bolígrafo.

Una vez que se encuentren en círculo se les invita a que escriban una frase que responda a la pregunta ¿Cómo puedo ser luz que genera esperanza en mi comunidad?

Luego, se les entrega una vela, con el propósito de reflexionar sobre lo que significa ser luz para los demás, enciende una persona la vela y comienzan a compartir el fuego para encender cada una.

Al compartir el fuego, encendiendo las velas unos a otros

La frase la colocan en el corazón y se les pide que escuchen el siguiente relato.

Reproducir en volumen ambiental (bajo volumen)



CANTO

Señor Tú Que Brillas - Roy Rojas

https://music.youtube.com/watch?v=J_Py85fea_E&si=aNcg6V4IUxuxiLA

De fondo se puede ir leyendo lo siguiente:

¿Qué significa ser luz para los demás? No una luz que presume, ni una que se impone. Una luz que guía, que consuela, que permanece.

Porque si hay un momento en el que la luz venció a la oscuridad, fue en la Resurrección de Cristo, después del dolor, del abandono, de la cruz, volvió a la vida. No para sí mismo, sino para nosotros. Para mostrarnos que el amor no muere. Que la esperanza no se apague.

Ser luz, entonces, es vivir como Él vivió. Es amar como Él amó. Es perdonar cuando cuesta, servir cuando nadie lo ve, y creer cuando todo parece perdido. Es ser testigos de esa victoria sobre la muerte, con gestos concretos, con manos que ayudan, con corazones que acogen.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Esto es una invitación a resucitar con Él. A dejar atrás lo que nos oscurece: el egoísmo, la indiferencia, el miedo. Y a encender en otros la llama de la fe, de la paz, del amor.

Comprometiéndose así a no dejar de llevar la esperanza a otras personas.



«ORACIÓN»

Señor Jesús, hoy hemos reconocido que la oscuridad existe y que muchas veces nos sentimos perdidos, cansados o sin salida. Pero también hemos descubierto que en medio de esas dificultades Tú eres la luz que nunca se apaga, la esperanza que sostiene y la fuerza que renueva. Te pedimos que nos ayudes a confiar en Ti, incluso cuando todo parece incierto, y que nos enseñes a ser luz para otros jóvenes que necesitan apoyo, amistad y fe. Que cada palabra de esperanza que hemos recibido hoy se convierta en un compromiso vivo: caminar contigo y reflejar tu amor en nuestra comunidad.

María, Madre nuestra, tú que supiste confiar en medio del silencio y la cruz, acompáñanos en este camino. Enséñanos a guardar la esperanza en el corazón, a sostenernos unos a otros con ternura y a creer que la luz de tu Hijo siempre vence la oscuridad. Que tu ejemplo nos inspire a ser jóvenes valientes, disponibles y llenos de fe, capaces de encender la llama de la esperanza en quienes más lo necesitan. Amén

#PASOS
Que Inspiran



SEGUNDA CATEQUESIS DE SÁBADO SANTO “COMO MARÍA, MADRE DE LA ESPERANZA, DEMOS CONSUELO”

«OBJETIVO»

Contemplar a María en el silencio del Sábado Santo como modelo de fe, esperanza y perseverancia, permitiendo que los jóvenes, mediante la oración y la reflexión, fortalezcan su confianza en la resurrección de Cristo

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

DINÁMICA: “Camino de esperanza en el México de hoy”

OBJETIVO: Invitar a los jóvenes a reflexionar sobre la realidad de México “marcada por la violencia, la desigualdad, la desconfianza y la incertidumbre” y a descubrir cómo desde su propio camino pueden construir esperanza, empatía y resiliencia personal y colectiva.

MATERIALES: (Según la cantidad de participantes):

- Carteles con frases por estación
- Cartulina de colores (negro, azul, verde, amarillo, blanco)
- Plumones, bolígrafos, hojas y tarjetas
- Piedras y velas eléctricas seguras
- Listones de colores y cinta adhesiva
- Ramas secas o árbol de cartulina
- Reloj de arena o cronómetro
- Equipo de audio para música ambiental
- Sillas o cojines

Estación	Color	Símbolo	Señalización	Materiales clave
1.- El dolor de México	Negro/rojo oscuro	Mural con palabras-dolor, piedras, velas apagadas	“Nombrar el dolor es reconocerlo”	Piedras, velas eléctricas, cartel, imágenes de grietas
2.- El silencio interior	Azul/gris	Círculo de sillas/cojines, reloj de arena, espiral	“El silencio es espacio para pensar”	Sillas/cojines, reloj de arena, tarjetas



3.- La esperanza activa	Verde	Árbol de acciones, hojas colgantes	"Esperar es seguir caminando"	Ramas/cartulina, hojas, listones
4.- La comunidad	Amarillo/naranja	Círculo con listones, palabras en el perímetro	"Nadie se salva solo"	Listones, palabras impresas
5.- El camino hacia el futuro	Blanco/multi color	Silueta de México en el piso, luces	"El futuro no se espera, se construye"	Listones, velas eléctricas, cinta

Estaciones:

Estación 1: El dolor de México

Ambientación:

- Color: negro/rojo oscuro
- Cartel: "Nombrar el dolor es reconocerlo"
- Mural con palabras-dolor, piedras, velas apagadas, imágenes de grietas

Cada participante escribe o dice en voz baja lo que más duele de México.

Cuando pasen todos pasan a colocar una piedra o vela como símbolo: *"Acepto que duele y que también me importa."*

Frase cierre de estación: Reconocer el sufrimiento colectivo es el primer paso para transformarlo.

Estación 2: El silencio interior

Ambientación:

- Color: azul/gris
- Cartel: "El silencio es espacio para pensar"
- Círculo de sillas/cojines, reloj de arena, espiral en el piso

Escribir una palabra que represente lo que necesitan calmar o entender.

Colocar las tarjetas que escribieron en forma de espiral.

Se les invita a los jóvenes a cerrar los ojos, respirar profundo (3 ciclos).

Frase cierre de estación: El silencio es resistencia frente al ruido y ayuda a pensar con claridad.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Estación 3: La esperanza activa

Ambientación:

- Color: verde
- Cartel: “La esperanza se construye con acciones”
- Árbol de ramas/cartulina, hojas colgantes

Se les invita a escribir una acción concreta que puedan hacer por su entorno y al terminar pueden colgar la hoja en el “árbol de la esperanza”.

Frase cierre de estación: La esperanza real se construye con acciones pequeñas y constantes.

Estación 4: La comunidad

Ambientación:

- Color: amarillo/naranja
- Cartel: “Nadie se salva solo”
- Círculo marcado con listones, palabras impresas alrededor



Se les invita a tomarse de las manos en círculo.

Uno por uno dice una palabra que quiere aportar a la comunidad, a medida que van pasando, van levantando las manos

Frase cierre de estación: La comunidad da fuerza, sentido y esperanza; cada aporte fortalece el tejido social.

Estación 5: El camino hacia el futuro

Ambientación:

- Color: blanco/multicolor
- Cartel: “El futuro no se espera, se construye”
- Silueta de México en el piso con listones, velas eléctricas dentro

Se le entrega a cada participante una vela.

Todos juntos repiten: “Soy parte del cambio, México también soy yo.”

Al finalizar se les invita a que dejen la vela dentro de la silueta

Frase cierre de estación: El futuro se construye con compromiso y creatividad; cada joven es parte del país que sueña.



Una vez terminado el rally se les invita a todos los participantes a que pasen al plenario y se lee la siguiente frase:

“Hoy hemos caminado el dolor, el silencio, la esperanza, la comunidad y el compromiso.

México necesita jóvenes que no se rindan, que escuchen, actúen y crean.

Que sean luz, que sean esperanza en medio de la oscuridad y voz en medio del silencio.”

«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Preguntas de reflexión:

- ¿Qué emociones te despiertan esas realidades: miedo, rabia, impotencia, tristeza?
- ¿Crees que la sociedad mexicana se ha acostumbrado al dolor o todavía hay esperanza de cambio?
- ¿Qué tipo de “ruido” hay más en tu vida?
- ¿Qué sientes cuando estás en silencio contigo mismo?
- ¿Qué te da esperanza en medio de las crisis que vive el país?
- ¿Qué tan fácil o difícil te resulta confiar en los demás?
- ¿Cómo está la relación con tu familia, amigos, vecinos o compañeros?

México es un país que respira entre luces y sombras: entre el dolor de la injusticia y la fuerza de la solidaridad, entre la violencia y la ternura, entre el cansancio y la esperanza.

Cada uno de nosotros forma parte de esa historia. No somos espectadores, sino protagonistas. El dolor no debe paralizarnos, sino impulsarnos a actuar con conciencia y empatía.

Nuestro silencio no debe ser indiferencia, sino espacio para pensar y decidir mejor. Nuestra esperanza no debe ser ingenua, sino comprometida: una esperanza que se organiza, que educa, que cuida.

México no cambiará por un decreto ni por un líder, sino por millones de personas que se reconozcan como parte del mismo sueño: el de un país justo, pacífico y digno, donde la vida valga más que el miedo, donde caminemos en la esperanza.

Cada paso que demos con responsabilidad, con respeto, con honestidad, es un paso en ese camino de esperanza.

Como María, estando con los necesitados de consuelo, de ánimo, respondemos a la realidad. No evadiendo sino construyendo.

- Para hacer más dinámico este momento se recomienda:



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Bitácora personal: que cada joven escriba una breve carta titulada “*Mi compromiso con el México que quiero*”.

Mural colaborativo: pegar palabras clave de cada estación (Dolor, Silencio, Esperanza, Comunidad, Futuro).

Micrófono abierto: espacio para que quien lo desee comparta lo que más le impactó o aprendió.

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS:

CITA BÍBLICA: Lucas 2, 19 / Juan 19, 25-27 / Hechos 1,14

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Desde los primeros momentos, María vive una fe reflexiva, silenciosa y contemplativa. Ella guarda la Palabra incluso cuando no la comprende plenamente. En el Sábado Santo, ese silencio se convierte en oración. María “ha vivido la esperanza en su forma más pura: en la noche de la fe, en la oscuridad del Viernes Santo, ella sigue creyendo en el cumplimiento de las promesas de Dios.” María nos enseña que la esperanza se alimenta en la interioridad, no en el ruido (*Spe Salvi*, 50).



Al pie de la cruz, María no huye. Su esperanza se hace solidaridad. Acepta ser madre de una nueva humanidad. se nos recuerda que “el misterio del hombre sólo se esclarece en el misterio del Verbo encarnado”. María, al pie de la cruz, comprende ese misterio: que la vida pasa por la entrega. Ella permanece en pie, un signo de fe madura, de amor que no se quiebra en la

prueba (*Gaudium et Spes*, 22).

Después de la pasión, María no se encierra en el dolor. Ella acompaña a la comunidad naciente, orando con esperanza. *Spes Non Confundit* nos recuerda que la esperanza “no defrauda” (Rm 5,5), porque está cimentada en el amor de Dios.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

María encarna esta verdad: su fe no fue defraudada; el sepulcro vacío confirmó su confianza silenciosa.

El joven cristiano está llamado a tener esa misma perseverancia: no desesperar en los días oscuros, sino confiar en la promesa de la vida nueva.

El Sábado Santo es el día más humano del Triduo: día del no saber, del esperar, de callar. Los jóvenes, que viven en un mundo lleno de ruido, búsquedas y ansiedad, pueden encontrar en María un modelo de esperanza madura, que no depende de las circunstancias sino de la confianza en Dios.

El Papa Benedicto XVI presenta a María como la estrella de la esperanza, aquella que “con su sí” creyó en la promesa de Dios incluso cuando parecía imposible. Ella nos enseña que la esperanza cristiana no es optimismo superficial, sino una certeza que nace de la fe. (*Spe Salvi*, 49–50).

Se dice que “las alegrías y las esperanzas, las tristezas y las angustias de los hombres de nuestro tiempo, sobre todo de los pobres y de cuantos sufren, son también las alegrías y esperanzas, tristezas y angustias de los discípulos de Cristo.” María comparte plenamente esas realidades. En su corazón caben todas las angustias humanas, pero también la confianza en el amor que vence la muerte (*Gaudium et Spes*, 1).

La esperanza cristiana —como María la vivió— no defrauda porque está fundada en Cristo Resucitado. Ella nos enseña a esperar activamente, confiando en que el amor tiene la última palabra (*Spes Non Confundit*).

La Iglesia mexicana nos invita a mirar a María de Guadalupe como modelo discipular y misionero, que inspira una fe viva, alegre y esperanzadora. El documento nos llama a ser “Iglesia en salida”, como María que sale al encuentro de Isabel. En el contexto del Sábado Santo, esta salida nace del silencio orante y la esperanza activa que se transforma luego en misión pascual (*Proyecto Global de Pastoral 2031–2033*).

«COMPROMISO»

OBJETIVO: Invitar a los jóvenes a expresar de manera comunitaria sus compromisos de fe y vida cristiana, inspirados en María

MATERIALES: (uno por participante)

- Velas o listones
- Tarjetas pequeñas
- Bolígrafos o lapiceros





- Cartel grande con la frase: “Nos comprometemos...”

Se inicia la dinámica con la siguiente frase:

“Hoy queremos expresar juntos nuestros compromisos de fe. Lo haremos como comunidad, inspirados en María, mujer del Sábado Santo, que nos enseña a permanecer firmes en la esperanza.”

Se realizarán cinco momentos, cada uno vinculado a un compromiso.

Silencio interior

Todos cierran los ojos y guardan un minuto de silencio.

Frase - compromiso: “Nos comprometemos a guardar silencio interior para escuchar la voz de Dios en medio del ruido del mundo.”

Consuelo en el dolor

Cada joven coloca su vela/listón en un espacio común.

Frase - compromiso: “Nos comprometemos a ser apoyo y consuelo para quienes sufren, siguiendo el ejemplo de María que estuvo de pie junto a la cruz.”

Fe y esperanza

Los jóvenes escriben en una tarjeta una palabra de esperanza y la colocan en un mural o mesa.

Frase - compromiso: “Nos comprometemos a mantener viva la fe y la esperanza, incluso en los momentos de oscuridad y prueba, confiando en que Dios siempre cumple sus promesas.”

Caminar juntos

Todos forman un círculo tomados de las manos.

Frase - compromiso: “Nos comprometemos a caminar junto a la Iglesia, siendo testigos de la Pascua en nuestra vida cotidiana, en nuestras familias, comunidades y amistades.”

Fidelidad y valentía

Todos levantan sus manos unidas hacia arriba.

Frase - compromiso: “Nos comprometemos a vivir con fidelidad el mensaje de la cruz y la esperanza de la Resurrección.”

Sin soltarse de las manos se lee la oración



«ORACIÓN»

Señor Jesús, hemos caminado juntos reconociendo el dolor de nuestro país, aprendiendo el valor del silencio interior, descubriendo la fuerza de la esperanza activa, la riqueza de la comunidad y el compromiso de construir un futuro más justo y humano.

Como María, que “guardaba todas estas cosas y las meditaba en su corazón” (Lucas 2,19), queremos aprender a escuchar y a guardar en silencio tu Palabra en medio del ruido del mundo.

Como María, que “estaba de pie junto a la cruz” (Juan 19,25-27), nos comprometemos a ser apoyo y consuelo para quienes sufren, permaneciendo firmes en la fe incluso en los momentos de dolor y prueba.

Como la comunidad de discípulos que “perseveraban unánimes en la oración junto con María, la madre de Jesús” (Hechos 1,14), queremos caminar unidos en la Iglesia, siendo testigos de la Pascua en nuestra vida cotidiana, en nuestras familias, comunidades y amistades.

María, Madre nuestra, recibe este compromiso como signo de nuestro deseo de seguir a Cristo con valentía y amor. Acompáñanos siempre y enséñanos a permanecer firmes en la fe hasta alcanzar la plenitud de la Resurrección.

Amén.



TERCER CATEQUESIS DE SÁBADO SANTO "UN NUEVO SEPULCRO: ¡MI CORAZÓN!"

«OBJETIVO»

Descubrir con los jóvenes el significado profundo del sepulcro de Jesús como lugar de esperanza y renovación, comprendiendo que su resurrección nos invita a vivir con fe y compromiso en la construcción de una vida nueva en Él.

«EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

SENSORAMA: *El comienzo de algo nuevo.*

AMBIENTACIÓN:

- Crear un sepulcro con papel roca, cartón o algo similar.
- Oscurecer el lugar donde se desarrolle la actividad.
- Un joven en el piso cubierto con telas blancas, simulando el cuerpo de Cristo.
- Un joven caracterizado de Nicodemo.

MATERIALES:

- Una venda para cada joven.
- Un cirio encendido.
- Perfume, mirra, aloe o aromatizante para esparcir en el ambiente.
- Una sábana blanca.

INDICACIONES:

1. A continuación, se propone un sensorama en el que se les pedirá a los jóvenes imaginar lo que se va describiendo mientras escuchan, tocan y huelen lo que se les va presentando.
2. El staff se encargará de pasar los elementos por las manos, pies, cerca de la cabeza de los vivientes, durante la narración.
3. Pedirles a los jóvenes vendarse los ojos.
4. Llenar el ambiente de olor a perfume (simulando la sepultura).
5. Mientras Nicodemo narra, pasar el cirio y los demás elementos cerca y por las manos de los jóvenes para que sientan el calor y las texturas.
6. Reproducir el siguiente audio de fondo, mientras se desarrolla la actividad:



Narración:

El viento arrastraba humedecido por la lluvia, la tristeza de esta tarde. La noche amenaza con envolvernos en su oscuridad.

Tenemos que darnos prisa antes de que se ponga el sol. Yo, que en una noche lo encontré, ahora lo contemplaba muerto y en su muerte, murió la luz. Fue muy difícil desclavar el cuerpo. José de Arimatea, miembro distinguido del consejo, me ayudó en esta tarea tan delicada y dolorosa. Lavamos su cuerpo ensangrentado con esponjas y lo friccionamos con una mezcla de mirra y perfumes. Después presioné sus párpados para cerrar sus ojos y en ese momento sentí que la noche se me venía encima.

Luego lo envolvimos con vendas y con la sábana. Extrañamente no podía llorar, sólo sentía una inmensa tristeza.

María, su madre, me miró dulcemente, como agradeciéndome, lo que estaba haciendo por Jesús.

Todo ha sido tan rápido. Mi religión y mi Dios se me están derrumbando. Probablemente creer consiste en la capacidad de soportar dudas. Yo creía en un Dios que juzgaba, éste es el fundamento de la Ley. Y Jesús me dijo que Dios no juzga, sino que ama. ¡Me amaba! Y me ama, no porque yo lo merezca, ni porque sea bueno, sino porque él es bueno, el único bueno.

Y... Ahora que sé que la verdad no es algo, sino alguien. Que vivir es caminar, con coherencia, haciendo la verdad. Buscando la luz. Le ayudé a José a rodar la piedra del sepulcro.

Parece que todo ha acabado.

...O ¿será el comienzo de algo nuevo...?

(Finalizar la actividad reproduciendo el siguiente canto)



CANTO

Jesús es Puesto en el Sepulcro / Verónica Sanfilippo

<https://open.spotify.com/intles/track/0t0YnE7NnDY2EVZiy9amWj?si=5bfb38e51df14f87>



«PROFUNDIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA O MOTIVACIÓN»

Introducir a la Reflexión del sensorama, mediante las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles son las actitudes o signos de esperanza que identificamos en José de Arimatea y Nicodemo ante la Muerte de Jesús?
- ¿Qué lecciones podemos extraer de la valentía de José y Nicodemo para nuestra vida juvenil?
- ¿Cómo puedes transformar la tristeza y el dolor que sientes al contemplar la muerte de Jesús en una oportunidad para “renovar la vida”?
- ¿Qué esperanzas nuevas nacen en ti al imaginar que “el fin de todo es el comienzo de algo nuevo”, tal como sugiere el relato, y cómo puedes vivir esa esperanza?

«PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»



MEDITAMOS

CITAS BÍBLICAS: Juan 19, 39-42. / Lucas 7, 14. / Jeremías 29, 11.

«PROFUNDIZACIÓN DE LA PALABRA DE DIOS O ILUMINACIÓN»

Vemos a dos hombres que, a pesar del miedo y la incertidumbre, se acercan a la tumba de Jesús para darle una sepultura digna. Su gesto revela una fe valiente que nos invita a reflexionar sobre cómo respondemos al llamado de Cristo en nuestra vida cotidiana, desde nuestras posibilidades, sin importar nuestro estatus económico ni social.

José de Arimatea y Nicodemo actúan con valentía al ser testigos presenciales de la muerte de Jesús, a pesar de que ambos tenían mucho miedo, desde la fe, que ya los llamaba a hacer algo más, que quedarse estáticos, y aunque se encontraban desesperanzados por la muerte de Jesús, se deciden a actuar, por un lado, José, miembro del consejo y “discípulo secreto” por temor a los judíos, se atreve a pedir el cuerpo de Jesús a Pilato. Nicodemo, quien había visitado a Jesús de noche, lleva una gran cantidad de mirra y áloes, demostrando que su amor ya no puede mantenerse oculto. Ambos actúan con decisión, pese al riesgo de ser perseguidos, y cumplen con el deber de honrar al Maestro.



José y Nicodemo no esperaron a que otros hicieran el trabajo; tomaron la iniciativa. Esto nos invita a no delegar la fe a los demás, sino vivir con nuestras propias convicciones, a ser valientes aun cuando el miedo o la desesperanza nos abrume, el miedo al rechazo o a la persecución no debe paralizarnos. La juventud a menudo se siente presionada por la opinión de los demás, exclusivamente en redes sociales no solamente en la vida ordinaria; sin embargo, la verdadera amistad con Cristo nos llama a actuar con coraje y valía. El actuar de Nicodemo, nos invita a ser empáticos y a cuidar la dignidad de los demás: el uso de especias y el envoltorio en lino limpio muestran respeto y amor por el cuerpo de Jesús. Así nosotros, debemos cuidar a los que nos rodean, tratar a cada cual como yo mismo quisiera ser tratado.

Jesús es colocado en una “nueva tumba”, en la que nunca había sido puesto nadie: *y fue a ver a Pilato para pedirle el cuerpo de Jesús. Pilato pidió que se lo entregaran “Entonces José tomó el cuerpo, lo envolvió en una sábana limpia y lo depositó en un sepulcro nuevo que se había hecho cavar en la roca. Después hizo rodar una gran piedra a la entrada del sepulcro, y se fue” (Lc 29, 58-60).*

San Tomás de Aquino, en su comentario al capítulo 27 de Mateo, destaca que la tumba era **“su propio nuevo monumento, que había labrado en la roca”**, resaltando la importancia de que fuera una sepultura recién preparada y no reutilizada. Este detalle subraya la dignidad del cuerpo de Cristo y prepara el escenario para la proclamación de la Resurrección, cuyo primer signo fue la tumba vacía.

En este sábado santo, cuando el cuerpo de Jesús yace en el sepulcro, la Iglesia nos invita a entrar en un tiempo de profundo silencio y esperanza. Ese silencio no es vacío, sino el espacio donde la fe se renueva y donde la esperanza brota. El día de hoy hacemos una pausa para escuchar al Señor que, aunque parece estar “muerto”, sigue presente en la oscuridad del sepulcro, preparándonos para la luz de la Resurrección.

Este **“gran silencio”** que cubre la Iglesia; que permanece desnuda y no se celebran ritos especiales, en la ausencia de Cristo, nos invita a vivir una atmósfera de oración y reconciliación. Ese silencio nos llama a acompañar a María, que permaneció de pie, llorando, pero también confiando en la promesa del Padre. Su vigilia es modelo para los jóvenes: en medio de la tristeza, ella mantiene la fe y la esperanza, aguardando la luz que romperá la noche.



Hoy recordamos que el Señor “desciende a los muertos”, el momento en que Cristo, lleno de luz, atraviesa las tinieblas del inframundo para anunciar la buena nueva a los que estaban prisioneros (1 Pedro 3,19). Ese acto muestra que la muerte no tiene la última palabra; el amor de Dios penetra incluso los lugares más oscuros. Para nosotros, jóvenes que a veces se sienten atrapados en situaciones sin salida, esa imagen es una poderosa garantía de que Cristo puede entrar en nuestros “sepulcros” personales y transformarlas en nuevas oportunidades de vida. Así, la esperanza se vuelve una luz que ilumina nuestras decisiones, nuestras relaciones y nuestro futuro.

La ausencia de Cristo en la tierra durante el Sábado Santo no es una derrota sino el preludio de la victoria. Es un silencio lleno de amor, una espera que nos invita a la oración, a la esperanza y a la confianza en la promesa de la Resurrección. Al contemplar este misterio, somos llamados a acompañar al Señor en su reposo, a ofrecer nuestras propias ausencias como espacio donde Dios pueda actuar, y a prepararnos, con María como modelo, para la alegría que estallará en la madrugada pascual.

En este momento de nuestras vidas, en nuestra Juventud, donde muchas veces los sueños parecen desvanecerse y las dificultades aparecen como sombras, sentimos que nada tiene sentido, que nos encontramos en una gran pausa o sumidos en el tiempo, entramos en una oscuridad de la que creemos nunca salir, y en la que muchas veces creemos que Jesús está ausente en nuestras vidas, Él mismo nos ofrece una palabra que rompe el silencio y el dolor: **“Joven, te digo, levántate” (Lc 7, 14)**. Jesús, al ver a la madre viuda que acompañaba a su único hijo al sepulcro, no solo detuvo la marcha de la muerte, sino que, con un simple mandato, devolvió la vida al joven. Esa escena nos habla de tres realidades que son esenciales para cada joven hoy.

Jesús “vio a la madre y tuvo compasión por ella”. La compasión no es solo sentir lástima; es una acción que se vuelve puente entre el sufrimiento y la esperanza. El Papa Francisco recuerda que, cuando perdemos la vitalidad, los sueños o la generosidad, “Jesús se presenta ante nosotros como el hijo muerto de la viuda y, con todo el poder de su resurrección, nos dice: **“¡Joven, te digo, levántate!”**”. Esa misma compasión está al alcance de cada joven que, al reconocer el dolor del otro, se convierte en agente de la vida, en agente de esperanza.



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

El llamado “Joven, levántate” no se limita simplemente al cuerpo humano; es una invitación a la renovación, a la transformación del corazón. *San Agustín* nos dice: la mayor maravilla no es solo que el cuerpo vuelva a levantarse, sino que el alma **“se levante de nuevo en el corazón”** para vivir eternamente.

Dios tiene un plan perfecto y de esperanza para cada uno de nosotros, incluso cuando la vida parece incierta. *“Porque yo conozco muy bien los planes que yo tengo proyectados sobre ustedes -Oráculo del Señor-: son planes de prosperidad y no de desgracia, para asegurarles un porvenir y una esperanza”.* (Jer 29, 11). Jeremías transmitió esta palabra a un pueblo exiliado, lejos de su tierra y de su templo. Dios les aseguró que su destino no era la desesperación, sino la restauración. De la misma manera, nuestros propios “exilios”: problemas, presiones, incertidumbres, conflictos, pueden transformarse, dándonos sentido, dirección y confianza en medio de los retos cotidianos.

Llevemos este mensaje de esperanza y amor, a nuestro entorno, reconociendo el dolor y la miseria ajena, acercándonos con compasión y misericordia, tal como Jesús lo hizo con la viuda y así como lo hace día a día con cada uno de nosotros.

Hoy, mientras el mundo parece detenido, tú estás llamado a ser parte de esa vigilia silenciosa. Apaga las distracciones, acércate al Señor en la oración, recibe su perdón y, sobre todo, mantén viva la llama de la esperanza que Cristo encendió al descender a la muerte. Que este sábado santo sea el punto de partida de una primavera interior que florezca con la alegría de la Pascua. ¡Que la luz de Cristo ilumine tu camino y te convierta en portador de esperanza para los que te rodean!

Atrévete a responder al “levántate” interior, renueva tu corazón y constrúyete en el Señor. Sé testigo de esperanza y recuerda al mundo que la vida de Cristo nos invita a levantar a los que caen, y que esa misión es parte de nuestra identidad como cristianos.

«COMPROMISO»

DINÁMICA: Sepultar para renacer y llevar esperanza.

OBJETIVO: Reflexionar con los jóvenes sobre el significado de un sepulcro nuevo, para que se comprometan a ser portadores de esperanza en la Resurrección de Cristo en medio de la oscuridad.

#PASOS
Que Inspiran



MATERIALES:

- Una piedra por participante
- Marcadores permanentes para compartir
- Bulto de piedras (Colocar al centro del lugar)
- Una barrita de plastilina para cada participante

INDICACIONES:

- Colocar en el centro un bulto de piedras, cuidado que los participantes queden sentados alrededor de ellas.
- Entregar a cada participante una piedra y un plumón antes de iniciar con la motivación.
- Apoyarse del siguiente canto para reproducirlo de fondo mientras se realiza la actividad:

INICIO/MOTIVACIÓN:



“Después de la oscuridad y la incertidumbre, el sepulcro se convierte en el lugar donde nace la esperanza, que brota desde el silencio, la entrega, la oración y la transformación personal”. Así como José de Arimatea se preocupaba por sepultar el Cuerpo de Jesús en un sepulcro nuevo, donde no hubiese sido jamás introducido ningún otro cuerpo, cuidando su dignidad, y así como Nicodemo se llevó el envoltorio en lino limpio como muestra de respeto y amor por el cuerpo de Jesús.

Así nosotros, renovemos nuestro corazón, y ofrezcamos limpio, libre de toda mancha y de todo pecado, a Jesús que ha muerto por nosotros, con la esperanza de que en la Noche Santa resucitará y nosotros resucitaremos con Él a una nueva vida.

DESARROLLO/VIVENCIA:

1. Invitar a los muchachos a pensar en aquello que lo ata, y le impide levantarse a una vida nueva en Cristo y ya que hayan hecho su pequeña reflexión, invitarlo a escribirlo en la piedra con el plumón.
2. Ayúdalos a pensar ahora en aquello que genera desesperanza en la vida de los jóvenes de su entorno y a escribirlo en otro espacio de la piedra.



3. Al terminar de escribir, motívelos guardar su piedra e invítalos a pensar en un lugar donde ellos puedan deshacerse de esa piedra, y no solo de esa piedra de manera física, sino que también, se motiven a que en ese momento en el que arrojen, entierren, martillen o rompan esa piedra dura, hagan ese compromiso personal, esa acción, actividad, vivencia o meta que se van a proponer para levantarse y ser auténticos signos de Esperanza.
4. Entregar a los jóvenes una barrita de plastilina e invitarlos a ir moldeando mientras se comparte la siguiente reflexión:

CIERRE/COMPROMISO:

“Jesús es el modelo y el artífice que moldea nuestra vida, transformándonos de seres nuevos, frágiles, pero llenos de valor, con el paso del tiempo y a causa de nuestros propios sepulcros, de nuestras limitaciones y desesperanzas, nos vamos agrietando por el pecado o la falta de fe. Pero Cristo, con su Resurrección, nos renueva y nos hace nuevos”.

Invitar a los jóvenes a moldear un nuevo corazón, símbolo de la esperanza de la Resurrección de Cristo. Mientras crean su obra de arte, realiza las siguientes preguntas para continuar con la reflexión:

1. ¿Cómo puedes reconocer la presencia viva de Cristo desde tu entorno juvenil y convertir esa certeza en una misión de compartir su amor con tus amigos, con tus compañeros de clase o trabajo, con tu familia y con tu comunidad?
2. ¿De qué manera la Resurrección en Cristo, te llama a vivir en confianza, cómo puede transformar tus miedos y tristezas en esperanza y alegría?
3. ¿Qué papel puedes jugar tú, como joven, en la construcción de un futuro esperanzador, anunciando que Cristo Vive y la alegría del Evangelio a quienes aún buscan sentido y verdad?



Oración al Santo Sepulcro

(Pbro. Alberto Fonseca Mendoza)

Dulce Jesús Nazareno, que quisiste en todo ser igual a nosotros, desde la cuna hasta el sepulcro, y que bien sabías que, después de la muerte, es el sepulcro lo que más entristece y espanta a los pobres mortales; deseo yo, siervo tuyo, al visitarte, tocar con gran reverencia tu santo cuerpo y la piedra del sepulcro, y decirte con todo el afecto de mi corazón: Creo en ti, Jesús mío, que eres el Hijo de Dios, y creo en ti porque te veo muerto en el sepulcro; porque la muerte y el sepulcro deben rendirte homenaje, y confesarte como Redentor del mundo y triunfador de la muerte, del sepulcro y del pecado.

Te doy gracias, porque has santificado el seno de la tierra siendo sepultado en ella, para que sea lugar de reposo para los tuyos, cuando mueran. Has hecho habitable el sepulcro; cambiándolo de cárcel de la muerte y lugar de corrupción, en antesala donde esperan los que han de resucitar como tú.

Con fe perfecta, purificado el corazón de toda conciencia mala y lavado el cuerpo con el agua pura, te suplico, Señor me des gracia y fortaleza para soportar la soledad, sufrimientos y orfandad en que me encuentro; además, desprecios, ingratitudes e incompreensión de mis semejantes.

Ven en mi auxilio, Jesús divino. Tantos enemigos me persiguen. Tantas necesidades me urgen. Tantos peligros me rodean. En recompensa, propongo firmemente ser fiel a tu santa ley para merecer el premio que a todos tienes preparado, si cumplimos nuestra propia misión, conociéndote, amándote y sirviéndote en esta vida, para después gozar de tu presencia en unidad con el Padre y el Espíritu Santo, por los siglos de los siglos. Así sea.



PASCUA 2026

con Él somos esperanza



#PASOS
Que Inspiran

material multimedia
ANEXOS DIGITALES



EQUIPO PASCUA JUVENIL NACIONAL

P. KENNEDY DELGADO
ASESOR NACIONAL

JUAN CARLOS ORTIZ VARGAS
ARQUIDIÓCESIS DE TULANCINGO

DANIELA CRISTINA ACOSTA ARZOLA
DIÓCESIS DE PARRAL

ANA CECILIA MEDINA ESPINOSA
ARQUIDIÓCESIS DE MORELIA

VIANNEY ANAHÍ SARAY MORALES
DIÓCESIS DE AUTLÁN

JUAN MANUEL PADILLA
DIÓCESIS DE IZTAPALAPA





PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES



DIÓCESIS DE TEOTIHUACÁN
SEDE DE LA ASAMBLEA NACIONAL DE
PASCUA JUVENIL 2025.

EQUIPO PAJUNA
ORGANIZADOR DEL TALLER NACIONAL DE
MATERIALES PASCUA JUVENIL 2025.



DIÓCESIS DE AGUASCALIENTES
SEDE DE LA PRE PASCUA JUVENIL
NACIONAL 2026

#Pasos
Que Inspiran



COLABORADORES EN LA ELABORACION DE TEMAS Y CATEQUESIS

Pascua Juvenil
Diócesis de Iztapalapa

Pascua Juvenil
Arquidiócesis de Tulancingo

Pastoral Juvenil
Diócesis de Aguascalientes

Pascua Juvenil
Diócesis de Aguascalientes

Pastoral Juvenil
Diócesis de Tenancingo

Pastoral de Adolescentes
Arquidiócesis de León

Pastoral de Adolescentes y Jóvenes
Diócesis de Gómez Palacio

Pastoral de Adolescentes
Diócesis de Azcapotzalco

Pastoral de Adolescentes y Jóvenes
Diócesis de Tuxtepec

Pastoral de Adolescentes y Jóvenes
Diócesis de Querétaro

Pascua Juvenil
Arquidiócesis de Morelia



PASCUA 2026

adolescentes · juvenil

Misioneros de Cristo Resucitado
Arquidiócesis de Guadalajara

Pastoral Juvenil
Diócesis de Autlán

Pascua Juvenil
Diócesis de Colima

Movimiento Juvenil Joséfino Marelliano
Diócesis de Tula

Pascua Juvenil
Arquidiócesis de Durango

Pascua Juvenil
Diócesis de Campeche

Congregación
Hermanas de San José de Tarbes

Pascua Juvenil
Arquidiócesis de México

Coordinación Pastoral
Colegio León Don Bosco