



**Espiritualidad...
No solo
para nuestros
abuelos.**



Pascua Juvenil

**Spirituality...
Not only
for our
grandparents.**



Muy queridos jóvenes hispanos e hispanas:

Un año más las celebraciones de la Pascua están en el horizonte de nuestras vidas, la de todos, de Ustedes y mía, la de sus grupos y comunidades, la de la Iglesia y la del Mundo.

Este libro, que con ejemplar dedicación, responsabilidad y entusiasmo Ustedes mismos han escrito, marca un itinerario que, a lo largo de la Cuaresma, les llevará a la Pascua de la Resurrección del Señor. Celebrar la Pascua es recordar y actualizar en nosotros el Misterio de salvación que es la Pasión, Muerte y Resurrección de Jesús. Ahí se da la acción amorosa de Dios Padre, impulsada por el Espíritu Santo y llevada a cabo entre nosotros por el Hijo encarnado, Jesús Salvador.

¿Cómo no reconocer que todos estamos necesitados de salvación tanto en la vida personal como en la comunitaria y social, sin excluir la de la misma Iglesia?

Reconocernos pecadores no es una humillación indebida. Por el contrario, hacerlo es abrirse a la dignidad de poder acoger la gracia del Señor, la acción bondadosa de Dios.

Nos abrimos a ella, convencidos como San Pablo, de que si el pecado, el propio pecado, es grande y potente porque nos atrapa y subyuga, más grande y poderosa es la acción de Dios, su gracia. Acogerla con un corazón arrepentido y esperanzado en la fuerza de Dios, es transformarnos en hombres y mujeres espirituales.

Este año, determinaron Ustedes que el tema del libro fuera la Espiritualidad. Así, escrita con mayúscula. Porque, en cristiano, la Espiritualidad no es el alejamiento de las cosas de esta vida sino y sobre todo caminar por ella bajo la guía del Espíritu Santo. Espiritual viene de Espíritu Santo y no de espíritu como realidad contrapuesta a la materia. En todas las cosas, materiales o no, Dios nos invita a ser hombres y mujeres espirituales.

El mundo, que no sigue al Espíritu sino que maquina contra Él, se mofará de su opción como si la Espiritualidad no vaya con la juventud, sino con los viejos, por valorarla como algo trasnochado y pasado de moda. Bien lo han querido expresar Ustedes con el título que han dado al libro: La Espiritualidad no es cosa de los abuelos. La Espiritualidad es de todos y de todas las edades.

Dios les quiere espirituales como jóvenes. Quiéranlo también Ustedes. No se arrepentirán. Venzan el miedo. Cristo Resucitado, que es quien envía su Espíritu Santo a nosotros, no les va a quitar nada; por el contrario, les va a dar todo.

Todo aquello que es noble en sus vidas, en sus sueños, en sus esperanzas, en sus planes, en su deseo de mejorar, de servir a los demás, encontrando la felicidad en ello. Dios salva siempre: en los gozos y en las tristezas, en la salud y en la enfermedad, en los éxitos y en los fracasos, ocupados o desocupados, contentos o atribulados, en el placer y en el sufrimiento. La Espiritualidad empapa todo nuestro ser, todo nuestro obrar, toda la vida.

Animo, queridos jóvenes: atrevanse a ser espirituales. No se van a desengañar en el intento. Déjense guiar por el Espíritu, que golpea fuerte su corazón y su alma. Qué inesperadas sorpresas les prepara Dios si se dejan conducir por el Espíritu de su Hijo Jesús.

Es Él quien les va a hacer, con su colaboración, auténticamente espirituales. Y así, sus vidas serán un vivir pleno y renovado, impulsado por un amor apasionado a Dios y al servicio de los demás, del prójimo.

Empiecen ya a caminar por el sendero marcado por las seis semanas de Cuaresma.

El Resucitado les espera al final, en la Pascua, para darles el abrazo de bienvenida a una vida más espiritual en Ustedes; para darles el abrazo de su amor amigo y convertirles en sus compañeros de camino. *¿Recuerdan lo que les pasó a dos discípulos de Jesús, desanimados por el fracaso de su muerte en cruz, que huían de Jerusalén, camino de Emaús?* Lo cuenta San Lucas en su evangelio, 24: 13-35.

Quedan invitados a recorrer camino. ¡En pie y adelante! ¡Que tengan una feliz ruta!

PRIMERA SEMANA

¿QUE ES LA ESPIRITUALIDAD?

INTRODUCCIÓN

¡Llamados a ser santos!

En esta pascua juvenil, vamos a ver la importancia de nuestra espiritualidad. Al tener una fe clara en un Dios que es Padre y que nos creó a su imagen y semejanza, al ser hermanos de Jesús, y estar fortalecidos por el Espíritu Santo de donde proviene el amor del Padre y del Hijo para con nosotros, estamos llamados a ser como nuestro Padre y vivir como nuestro hermano Jesús.

La espiritualidad es un proceso donde nosotros reconocemos y queremos vivir y ser más como nuestro Padre cada día.

Estamos llamados a vivir una fe que va madurando y, dentro de la espiritualidad que hayamos escogido vivir, nos transforme a nosotros y a nuestras vidas para que en cada momento nos comuniquemos más con Dios y nos encontremos más con Él y con su espíritu.

La espiritualidad que nos transforma, nos convierte, da muerte a lo viejo, lleva a una conversión y transformación de la vida, una vida con Dios mismo en nosotros.

Como católicos, creemos en una fe basada en Dios que vive y transforma en Jesús. Estamos llamados a vivir esta espiritualidad donde Dios se convierte en lo máximo en nuestras vidas.

En esta Pascua, es morir a lo viejo, a lo que va en contra de nuestra naturaleza y, al mismo tiempo, resucitar en Jesús a una espiritualidad de paz, acción y comunión con Dios.

La espiritualidad en nuestra fe católica existe en multitud de personas diferentes, y se manifiesta de formas diferentes, pero hay ciertos rasgos comunes entre ellas.

Algunos ejemplos de la espiritualidad son la Franciscana, la Ignaciana, y otras que veremos a lo largo de este libro.

Muchas personas piensan que la espiritualidad sólo la tenemos que vivir en la Iglesia, cuando estamos en misa o en un rosario.

La verdad de esto es que la espiritualidad es solo una forma de estar más conectados con nuestro creador y esto puede ser de diferentes formas.

No importa cuántos años tengas o dónde estés. En esta primera semana trataremos de ver el significado de la espiritualidad, y hacerle conciencia a los jóvenes de lo importante que es, y encontrarás varias formas de vivirla por medio de diferentes ejemplos.

Además descubrirás que la espiritualidad nos lleva a la madurez como personas, te mostraremos algunas herramientas para enriquecer tu propia espiritualidad y ayudar a otras personas a enriquecer la suya y con todo esto esperamos que reflexiones acerca de cómo vives tu vida espiritual y veas todo lo que te impide vivirla plenamente

SEGUNDA SEMANA

Obstáculos a la Espiritualidad

INTRODUCCION

Hay muchos obstáculos que nos desvían del camino para alcanzar nuestra meta en la vida. Igualmente siempre hay obstáculos que nos impiden llegar a una espiritualidad plena.

Esos obstáculos son cosas del mundo. Por ejemplo, la tecnología, es un arma de doble filo, con ella podemos encontrar cosas buenas que nos pueden aumentar nuestra inteligencia, pero a la misma vez nos pueden destruir, como sería el ver pornografía, videos violentos, palabras obscenas, prostitución y hasta el *chatear* con personas desconocidas que nos pueden causar la muerte.

Otros obstáculos a la espiritualidad son los vicios como la drogadicción, el alcoholismo, las modas, los juegos de azar, etc.

Volviendo al tema tan actual de la tecnología: ella, como decíamos, es un arma de dos filos; la podemos usar para cosas buenas, pero también para muchas cosas que nos alejan de Dios.

Como jóvenes, usamos la tecnología en todo momento y es bueno saber cómo usarla, ya que nos puede ayudar a alcanzar metas y también a educarnos en muchas cosas sobre Dios.

Una forma adecuada en que podemos usar la tecnología es, por ejemplo, el uso de la computadora y el Internet; las dos cosas las podemos usar para cosas buenas, con ellas podemos buscar información sobre un tema y redactar un trabajo sobre Dios, lo cual nosotros podamos compartir con más personas.

Sin embargo, el Internet nos ofrece información que también nos puede alejar de Dios.

También tenemos los teléfonos celulares que usamos a diario; podemos usarlos para dar palabras de aliento o simplemente para un simple saludo a un amigo.

Lamentablemente el celular sirve también para llamar y molestar a otras personas, mandar textos para asustar o llenos de información que perjudican a nuestra alma. Ahora tú tienes en tus manos la decisión de cómo usar la tecnología ya sea para buscar información sana o insana.

No es fácil mantenerse a la altura de la espiritualidad a la cual Dios nos llama. Muchas cosas malas, como el alcoholismo, se interponen en nuestras vidas y evitan que las vivamos al máximo.

En esta segunda semana trataremos de explorar aquellos obstáculos que no nos dejan avanzar hacia una mejor relación con Dios.

El católico actual acude solo a la oración para buscar la salvación, pero oración sin acción no es garantía de victoria; tenemos que tener el valor de aceptar lo que Dios nos pide que hagamos para ser felices. Un atleta, que quiere ganar la carrera de obstáculos, tiene que saltarlos; nadie lo va ayudar; tiene que ser él con su esfuerzo y esperanza quien lo va a lograr.

Con nosotros, jóvenes cristianos católicos, es lo mismo. La esperanza nuestra es Dios, pero él nos pide que, por favor, saltemos las barreras que nos obstaculizan sin ningún miedo y con mucho amor.

El mundo pide a gritos hombres y mujeres de valor que no le tengan miedo a aceptar que tienen fallas y que están dispuestos a mejorar y a dar la vida en nombre del amor de Dios.

Joven, no te dejes seducir por todo aquello que promete una corta y barata felicidad; deja que Dios te posea y pídele que te ayude a destruir los obstáculos que te alejan de él para que de esa manera tu relación con Papá Dios sea hermosa y duradera, y tu vida sea grande y llena de felicidad.

TERCERA SEMANA

MEDIOS HUMANOS PARA ALCANZAR UNA BUENA ESPIRITUALIDAD

INTRODUCCIÓN

Obstáculos a la espiritualidad fue el tema de la segunda semana del libro de la Pascua. En esa semana se discutieron las diferentes barreras, tanto físicas como mentales, que pueden llevar a una persona a alejarse o nunca lograr una buena espiritualidad. Barreras como los vicios, las malas influencias o el aislamiento. Así como lo hay barreras y obstáculos, también hay medios a los cuales uno puede recurrir para tomar el camino hacia una buena espiritualidad. Precisamente este es el tema de la tercera semana del libro de la Pascua: medios humanos para alcanzar una buena espiritualidad.

Podremos mencionar algunos de ellos en el trabajo que los jóvenes han realizado a través de los elementos de la Pascua Juvenil. Entre estos elementos podemos señalar la buena salud mental, la autoestima, la formación de una verdadera identidad personal, la madurez, la coherencia de vida, así como la sinceridad, la disponibilidad, la generosidad y el compartir el tiempo, el dinero y los talentos, como servicio para otros, llegando así a adquirir una buena espiritualidad.

El Evangelio es la raíz y el fundamento de toda la vida espiritual del cristiano. La espiritualidad nos da una fuerza interior y serenidad ante los desafíos, en los momentos de mayor decisión. Es un poderoso instrumento de motivación. El activismo, que no deja tiempo para el cultivo de una vida interior, acaba desgastando nuestras “baterías.” Surge un sentimiento de vacío interior y desánimo frente a los múltiples problemas.

La espiritualidad cristiana es la búsqueda constante de la santidad, es darlo todo confiando en que será el Señor quien haga crecer la obra.

Hoy mismo, te reto a dar esa mano amiga al que más lo necesita, a la persona sentada a tu lado, a tu amigo, a tu familiar o simplemente a un extraño. Al hacer esto, sentirás una sensación de paz y armonía, al saber que con tu ayuda puedes cambiar la vida a otro ser humano.

Otras maneras de enriquecer tu espiritualidad es poniendo en práctica tus valores humanos, valores como el respeto, gratitud, generosidad, honestidad, bondad, y lealtad. Jesucristo puso en práctica esos mismos valores humanos los cuales tu y yo somos capaces de emplear. Esto nos demuestra que tenemos la habilidad de ser como él y seguir sus pasos. En esta semana encontraras ejemplos, actividades, hechos de vida, y reflexiones que te ayudarán a poner en práctica tus valores y, a la misma vez, alimentar tu espiritualidad. En esta semana te invito a que te pongas a reflexionar en los valores que practicas en tu vida diaria y los que nunca has empleado. Te invito a que seas esa persona que Jesús quiere que seas, una persona de bien y un hijo de Dios.

CUARTA SEMANA

MEDIOS SOBRENATURALES PARA ALCANZAR UNA BUENA ESPIRITUALIDAD

INTRODUCCIÓN

Ya se nos ha explicado sobre la espiritualidad y cuales son los medio naturales o humanos para profundizar en nuestra espiritualidad y nos dimos cuenta de que estos medios son con las personas para saber lo que está bien o lo que la moral nos enseña como correcto.

En esta semana reflexionaremos sobre los medios sobrenaturales con los que contamos para alcanzar una buena espiritualidad. Veamos que éstos son testimonios seguros y signos efectivos de la gracia y de la buena voluntad de Dios hacia nosotros, por la que Él trabaja invisiblemente en nosotros y no sólo apresura sino que también fortalece y confirma nuestra fe en Él.

Los medios sobrenaturales para alcanzar una buena espiritualidad son la base de nuestra comunión con Dios y sólo podemos explicarlos por medio de la fe.

Esta semana contiene información recopilada de diferentes fuentes, cuyo material trata, en resumen, sobre *los sacramentos, la oración, la Sagrada Eucaristía, la conversión, etc.*, así como también *dinámicas, diálogo, reflexiones y hechos de vida.*

El propósito con el que se ha elaborado la cuarta semana es para que al final de ella, el joven sepa lo fundamental que debe hacer para entrar en plena comunión con Dios y así elevar su espiritualidad.

QUINTA SEMANA

VIVIENDO NUESTRA ESPIRITUALIDAD LAICAL

INTRODUCCIÓN

Llegamos a esta quinta semana después de haber reflexionado en torno a lo que es la espiritualidad y sus desafíos para poder perseverar en su crecimiento; temas que ya se cubrieron en las cuatro semanas anteriores.

Este capítulo está enfocado para profundizar en los grandes tesoros que tenemos en nuestra querida Iglesia Católica para crecer día a día como verdaderos laicos, ricos y vivientes de una verdadera espiritualidad. Al emprender el itinerario de crecimiento espiritual, es necesario tener en cuenta que quien proporciona el crecimiento y lleva adelante la obra de santificación en nuestras vidas es el mismo Espíritu Santo; nosotros estamos llamados a poner los medios, a disciplinarnos en la oración, pero el crecimiento proviene de Dios. Todo, en el plano de la relación con Dios, es dádiva, don, iniciativa de Dios, la relación con Dios está basada en el amor y la misericordia. Y Él da a quien quiere, como quiere y cuando quiere.

El Magisterio y Tradición de la Iglesia nos enseñan, apoyados en la Palabra de Dios, que Él tiene un cuándo, un cómo, un por qué; Él tiene un plan, criterio y voluntad. En este capítulo a través de las dinámicas, actividades y oraciones, aprenderemos que necesitamos saber entrar en un proceso de anonadamiento. Es decir, necesitamos saber menguar, decrecer, cedernos, morir a nuestro propio yo, para poder gestar un espacio pleno en el corazón, donde se pueda encarnar Jesús-Mesías. Su presencia en nuestros corazones va marcando nuestra espiritualidad y nos irá llevando a navegar mar adentro: *Duc in Altum*. Recuerda, la Iglesia es joven, la Iglesia está viva. ¡Rema mar adentro!

SEXTA SEMANA

LOS FRUTOS DE LA ESPIRITUALIDAD COMO PROYECTO DE VIDA

INTRODUCCIÓN

La sexta semana nos presenta el plan para el resto de nuestras vidas. *¿Qué tenemos que hacer a largo plazo para que la espiritualidad se mantenga viva y no se apague? ¿Cuáles son los frutos que Dios nos regala cuando vivimos una profunda y auténtica espiritualidad?*

En las semanas anteriores aprendimos, la definición de espiritualidad, obstáculos a la misma, medios humanos y medios sobrenaturales que nos ayudan a alcanzarla y cómo vivir hoy la espiritualidad laical. Vimos también algunos ejemplos de ella.

Ahora nos enfocaremos en los frutos de la espiritualidad como proyecto de vida.

Si llevamos una vida espiritual, experimentaremos grandes frutos en nuestra vida personal, parroquial y comunitaria, sobre todo creceremos en intimidad con Dios y lograremos la sanación que buscamos.

Al acercarnos a la confesión y vivir la Eucaristía profundizaremos en el amor de Dios y nuestra relación con los demás; seremos fortalecidos para seguir el camino de Jesús y servir a nuestro prójimo a través de obras de caridad, todo ello, como consecuencia de esta nueva vida y fruto del Espíritu Santo que trabaja en nosotros.