

## SUBSIDIO 1

### ITINERARIO JUBILEO DE LOS JÓVENES

#### EL CUIDADO, UN PACTO POR LA AMISTAD

#### Propósitos

- Propiciar un espacio formativo para que los jóvenes reflexionen sobre el cuidado de sí mismos, su entorno y su relación con Dios, en preparación para el Jubileo de los Jóvenes 2025.
- Consolidar un *Pacto por la Amistad* entre los jóvenes, basado en el respeto, la solidaridad y el compromiso cristiano, que fortalezca las relaciones fraternas y promueva una convivencia armoniosa inspirada en el Evangelio.

#### Momentos

Tema: El cuidado, un pacto por la amistad

- Acogida - oración
- Presentación del itinerario general
- Presentación del tema central - *Amar es cuidarme y cuidar de otros*
- Construcción del pacto de amistad por grupos - recolección de las propuestas
- Oración del jubileo

#### Desarrollo del encuentro

##### Acogida

Música ambiental, imagen de bienvenida, saludo por chat a los participantes.

Video de ambientación: El Video del Papa: “Por los peregrinos de la esperanza”

<https://youtu.be/cjKM0NhGjtU>

##### Oración

Canto: Salmo 104 (103) - Envía Señor tu Espíritu Santo - Athenas & Tobías Buteler

<https://youtu.be/tyM8Gs0152M?list=PLVm7BpurLEXcf0N6oHZM3cguVw33b3RRR>

##### Lectura de la carta a los Gálatas 6, 1 - 10

Hermanos, si alguien cae en alguna falta, ustedes, los espirituales, corrijanlo con espíritu de bondad. Piensa en ti mismo, porque tú también puedes ser tentado. Lleven las cargas unos de otros, y así cumplirán la ley de Cristo. Si alguno se cree algo, cuando no es nada, se engaña a sí mismo. Que cada uno examine sus propias obras y, si siente algún orgullo por ellas, que lo



guarde para sí y no lo haga pesar sobre los demás. Para esto sí, que cada uno cargue con lo suyo. El que se hace instruir, debe retribuir al que lo instruye con cualquier cosa que tenga. No se engañen, nadie se burla de Dios: al final cada uno cosechará lo que ha sembrado. El que siembra en la carne, y en la propia, cosechará de la carne corrupción y muerte. El que siembra en el espíritu, cosechará del espíritu la vida eterna. Así, pues, hagamos el bien sin desanimarnos, que a su debido tiempo cosecharemos si somos constantes. Por consiguiente, mientras tengamos oportunidad, hagamos el bien a todos y especialmente a los de casa, que son nuestros hermanos en la fe.

*Palabra del Señor*

*Preguntas de reflexión:*

### **1. La amistad como corrección fraterna**

“Si alguien cae en alguna falta, ustedes, los espirituales, corrijanlo con espíritu de bondad”.

- En la amistad, ¿cómo puedes corregir con amor y no con juicio?
- ¿Alguna vez un amigo te ha corregido con bondad? ¿Cómo te ayudó esa experiencia?

### **2. La amistad como apoyo en las cargas**

“Lleven las cargas unos de otros, y así cumplirán la ley de Cristo”

- ¿Cómo puedes ser un amigo que ayuda a llevar las cargas de los demás?
- ¿En qué momentos has sentido que un amigo ha sido un apoyo verdadero para ti?

### **3. Cuidado en la humildad y el reconocimiento del otro**

“Si alguno se cree algo, cuando no es nada, se engaña a sí mismo”.

- ¿Cómo puedes vivir la amistad desde la humildad y no desde la competencia o el orgullo?
- ¿Cómo reconocer el valor de los demás sin compararte con ellos?

### **4. El cuidado mutuo en la siembra de la amistad**

“Cada uno cosechará lo que ha sembrado”.

- ¿Qué tipo de “semillas” siembras en tus relaciones de amistad? ¿Son semillas de amor, respeto y confianza?
- ¿Cómo puedes fortalecer las amistades para que sean fuente de vida y no de superficialidad?

### **5. Hacer el bien sin desanimarnos**

“Hagamos el bien sin desanimarnos”.

- En la amistad, ¿qué desafíos has encontrado para hacer el bien sin esperar nada a cambio?
- ¿Cómo puedes hacer del Jubileo un tiempo para renovar tu forma de vivir la amistad y el cuidado de los demás?





## Tema central

### Amar es cuidarme y cuidar de otros

Mateo 22, 36 – 39

“«Maestro, ¿cuál es el mandamiento más importante de la Ley?».

Jesús le dijo: «Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu mente. Este es el gran mandamiento, el primero. Pero hay otro muy parecido: Amarás a tu prójimo como a ti mismo.”

Ver Anexo (se encontrará el desarrollo del tema propuesto completo)

## PACTO DE AMISTAD

1. *Momento de reflexión* sobre qué es un pacto y cómo puedo hacer parte de este a partir de la pregunta motivadora propuesta.

**Pregunta motivadora:** ¿Qué significa para ti una verdadera amistad?

- **Dinámica breve:** Pedir a cada joven que comparta una palabra o frase clave sobre la amistad en el chat o en una pizarra virtual. (padlet...)

2. *Construcción del Pacto*

Se sugiere que este espacio se desarrolle en grupos pequeños según la cantidad de participantes.

**Diálogo en pequeños grupos o plenaria:**

- **¿Qué valores deben estar en nuestra amistad?** (Ejemplo: confianza, respeto, apoyo, sinceridad).
- **¿Cómo podemos cuidarnos mutuamente?** (Ejemplo: estar presentes, corregir con amor, apoyar en momentos difíciles).
- **¿Qué actitudes queremos evitar?** (Ejemplo: juicios, indiferencia, egoísmo).

### Redacción del Pacto

- En un documento colaborativo, escribir frases que expresen los compromisos del grupo.
- Ejemplo: "Nos comprometemos a escucharnos con respeto y a corregirnos con amor, a apoyarnos en los momentos difíciles y a celebrar juntos nuestras alegrías.

3. *Firma y compromiso*

**Cada participante puede:**

- Escribir su nombre en el documento.
- Crear un emoji que represente su compromiso.
- Tomar una foto del pacto como recordatorio.





4. *Socialización del trabajo por grupos*
5. *Recomendaciones finales del encuentro realizado*

### Oración del Jubileo

Padre que estás en el cielo,  
la *fe* que nos has donado en  
tu Hijo Jesucristo, nuestro hermano,  
y la llama de *caridad*  
infundida en nuestros corazones por el Espíritu Santo,  
despierten en nosotros la bienaventurada *esperanza*  
en la venida de tu Reino.

Tu gracia nos transforme  
en dedicados cultivadores de las semillas del Evangelio  
que fermenten la humanidad y el cosmos,  
en espera confiada  
de los cielos nuevos y de la tierra nueva,  
cuando vencidas las fuerzas del mal,  
se manifestará para siempre tu gloria.

La gracia del Jubileo  
reavive en nosotros, *Peregrinos de Esperanza*,  
el anhelo de los bienes celestiales  
y derrame en el mundo entero  
la alegría y la paz  
de nuestro Redentor.

A ti, Dios bendito eternamente,  
sea la alabanza y la gloria por los siglos.  
Amén.

*Franciscus*



## ANEXO 1.

### Amar es cuidarme y cuidar de otros

*Subsidio elaborado por la Oficina para el Buen Trato de la Arquidiócesis de Bogotá*

*“«Maestro, ¿cuál es el mandamiento más importante de la Ley?».  
Jesús le dijo: «Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda  
tu mente.*

*Este es el gran mandamiento, el primero.  
Pero hay otro muy parecido: Amarás a tu prójimo como a ti mismo.”  
Mateo 22, 36 – 39*

En el Evangelio de Mateo, Jesús en respuesta a la pregunta sobre el mayor de los mandamientos de la Ley, nos invita a asumir un mandamiento “*Amaras a tu prójimo como a ti mismo*”, pero ¿qué puede significar este nuevo mandato de Jesús? Si nos detenemos en cada una de las palabras expresadas por Él, en primer lugar, podríamos decir que el amor es el principio fundamental de la vida cristiana, es la esencia misma de Dios, es su naturaleza, “*Dios es amor*” (1 Juan 4, 8). Entendido así, el amor es un don que se nos da en gratuidad, por tanto, no se reduce meramente a un sentimiento, sino que se trata de entrega, servicio y comunión realizados plenamente en el cuidado comprometido consigo mismo y con el otro.

Con lo anterior, nos detendremos ahora, en la expresión de Jesús: “*Amaras... como a ti mismo*”, ¿qué es amarse así mismo? El mundo actual puede en algún sentido haber desdibujado esta premisa, divulgando una visión de vida que se banaliza en egocentrismos, en el afán por protagonizar, de competir, en la ideología del éxito, en la valía del ser humano según su productividad, dejándolo en el autoengaño del “yoísmo: primero yo, segundo yo, tercero yo”, desplazando la profundidad de la expresión que invita a cuidar la capacidad de trascendencia y de buscar el bien común. Amarse así mismo, entonces, no ha de entenderse como una premisa de autosuficiencia o egoísmo, sino como un acto de reconocimiento de la dignidad propia, que integra el cuidado del cuerpo, la mente, las emociones y el espíritu. Ya lo dijo San Agustín: “*Ama a tu prójimo como a ti mismo, pero ¿cómo te amas a ti mismo? No ames en ti lo que te haría perder, ama en ti lo que te hace permanecer*” (Sermón 368,2).

Si bien, el cuidado propio abarca distintas áreas -ya mencionadas: física, emocional, intelectual, espiritual, entre otras - en este espacio nos centraremos en el cuidado de la vida



interior como un acto de gratitud por el don de la vida. De manera que, el verdadero amor y cuidado propio desde la fe cristiana se basa en la identidad y el reconocimiento de un Dios que nos primerea, -como dice el Papa Francisco-, un Dios que da el primer paso, que nos invita a conocerle, a establecer y cultivar una relación con Él. Ese encuentro con Dios nos permite recordar que amar a otros implica también reconocer nuestro propio valor y dignidad.

Cuidar de la vida interior se convierte entonces, en el cuidado de la relación con Dios y consigo mismo, el amor que se experimenta en esta relación es un camino hacia la trascendencia que permite alcanzar la plenitud. De modo que, ¿cómo podemos cultivar la relación con Dios? ¿Cómo cuidamos nuestro interior? A continuación, brindaremos algunas claves que nos pueden ayudar a reflexionar sobre ello:

1. *Encuentro con la Palabra y la oración:* en la vida cotidiana cuando alguien nos interesa nos esforzamos por conocerle, por saber más y más de esa persona. En ese sentido, cultivar la relación con Dios se base en querer conocerle y que mejor manera de hacerlo que a través de la fuente directa de las Escrituras y del Evangelio; estas nos proporcionan la guía de vida esencial para todo cristiano. De otro lado, la oración se convierte en ese diálogo personal con Él, fomenta una relación íntima y dispone el corazón a una comprensión amplia del amor y la misericordia. De modo que, la relación con Dios se alimenta y crece en la Palabra y la oración.
2. *El discernimiento:* es esencial para responder en coherencia a las mociones del espíritu (inclinaciones a realizar algo o no, de acuerdo con nuestros pensamientos o deseos), -como diría San Ignacio de Loyola- en este se aprende a distinguir entre la influencia del bien y el mal para tomar decisiones acordes a la Voluntad Divina, dando como fruto en cada uno de nosotros paz y armonía interior. El discernimiento nos ayuda a distinguir las decisiones que se toman por autocomplacencia o autoengaño, de las mociones del Espíritu Santo que fomentan una relación más auténtica y profunda con Dios, es decir las mociones del Buen Espíritu nos ayudan a crecer en la intimidad con Dios.
3. *El Silencio:* es también llamado oración del corazón, una oración en la que nos liberamos de las distracciones internas y externas para prestar atención plenamente a Dios. El silencio, por tanto, no es la ausencia de Palabras sino el espacio donde nos vaciamos así mismos para ponernos a disposición de Dios.



4. *Recogimiento*: es el tiempo de retiro, de apartarse para crear un espacio de calma y seguridad en medio de la vida acelerada y agitada. Jesús se retiraba a la montaña para decidir, para retornar a la calma; y San Agustín lo decía de la siguiente manera: “*Vuelve a ti mismo porque en el interior del hombre habita la verdad*”.
5. *Apertura*: se trata de aquella disposición en la que la vida se acepta tal como es, con humildad, asombro y curiosidad, en la que todo es misterio y revelación al mismo tiempo; esto nos permite liberarnos de la necesidad de respuestas y de control, abriéndonos oportunidades para dar lugar a lo nuevo y al reconocimiento de que el misterio divino habita en todo.

Bien, hemos hecho una breve aproximación a las palabras de Jesús “*amaras... como a ti mismo*”, ahora nos acercaremos a las palabras dichas por Él en esa misma expresión: “*amaras a tu prójimo*”, ¿Qué puede significar amar a mí prójimo? En la Parábola del samaritano que aparece en Lucas 10, 25-37, Jesús nos presenta de manera profunda lo que es verdaderamente amar al prójimo a través de las acciones del samaritano que denotan el cuidado auténtico y desinteresado por el otro, así como la superación de las barreras sociales y culturales. En esta parábola se hace efectivo el amor al prójimo ya que pone a la persona como el centro de toda acción. Veamos algunas de ellas que pueden inspirarnos para salir al encuentro del otro que es nuestro prójimo:

1. *Reconocer al otro*: podríamos decir que una de las primeras acciones del samaritano es detenerse ante ese otro que se encuentra en el camino, se le acerca y siente compasión (pone a la persona en el centro). El levita y el sacerdote pasan indiferentes, incapaces de ver más allá de sus propios intereses, del miedo de contaminarse, de hacerse vulnerables así mismo o del afán de seguir su propio camino; mientras que el samaritano tiene la capacidad de ver las necesidades del otro, le observa, le valora, en definitiva, le reconoce como un ser humano con dignidad. Esta actitud del samaritano se convierte en una invitación a salir de nuestra propia zona, no hay amor a Dios y amor propio si no se sale al encuentro de quien lo necesita, si no se presta atención y valoración a su ser.
2. *Atender*: el samaritano no solo se queda en ver el dolor, sino que atiende las necesidades concretas y particulares del hombre que se ha encontrado herido en el camino. El samaritano se siente convocado a tomar decisiones, a actuar y a brindar una respuesta efectiva, este se acerca, cura - “*vendió sus heridas, echando en ellas aceite y vino*”; y además ofrece lo





necesario para que el otro pueda recuperarse. Pero, estas acciones no han de entenderse como actos aislados, sino como un modo de ser esencial que se manifiesta en un compromiso real y activo cuyo propósito es el bienestar propio y ajeno.

3. *Hacerse cargo*: el samaritano no se queda con la atención inmediata, ni abandona al herido, por el contrario se compromete a seguir cuidando de él, - “*todo lo que gaste de más yo le pagaré cuando regrese*” - demostrando el nivel de compromiso y disposición de hacerse responsable a largo plazo, es decir, Jesús nos llama a asumir la responsabilidad de cuidar con todo lo que ello implica.
4. *Establecer límites*: si bien, el cuidado que se ofrece es desinteresado y generoso, se hace necesario establecer límites claros. En la parábola del samaritano vemos dos acciones específicas del personaje principal que los ilustran, en primera instancia el samaritano al ofrecerse a cuidar del herido no renuncia a su propia vida, es más continua su viaje, no se convierte en alguien que se pierde así mismo, su ayuda es integral pero no pierde de vista sus responsabilidades. De otro lado, el samaritano reconoció que el herido necesitaba un cuidado especializado que superaba sus propias capacidades. En consonancia con lo anterior, la espiritualidad del cuidado nos invita a establecer límites saludables como elemento fundamental para evitar la sobre carga o el agotamiento y a que la ayuda que se presta sea una verdadera acción sin daño.

Amar al prójimo entonces, es asumir una espiritualidad del cuidado que se basa en el reconocimiento, así como en la atención profunda y compasiva de los otros, esto nace de una relación auténtica con Dios, consigo mismo y con los demás. Actitudes como reconocer, atender, hacerse cargo son expresiones del amor de Dios, que no se queden en un ideal filosófico, sino que se concretizan en la vida cotidiana. Se trata de un amor que, distante de ser una obligación, es una fuente de vida que nos transforma, nos conduce a la trascendencia y nos llama a ser luz y esperanza para el mundo.

Pero también en la parábola, Jesús reformula la pregunta que le hace el legista, pasa del “*¿quién es mi prójimo?*” A “*¿Quién se hizo prójimo?*” Cambiando así el enfoque y la perspectiva de lo que es el prójimo. En la primera pregunta se limita y se define a quien se debe amar, el legista busca encontrar una categoría clara de quienes sí pueden ser amados y quienes no. La segunda pregunta que es replanteada por Jesús nos lleva a reflexionar sobre





quien está dispuesto a ser prójimo, Jesús no pone el acento en quien merece nuestro amor, sino en quien está dispuesto a practicarlo y a comprometerse decididamente con el sufrimiento y las necesidades del otro; esta pregunta tiene un énfasis de implicación por parte de quienes quieren amar sin distinciones, ni discriminaciones; es inclusiva y proactiva, trasciende los parámetros establecidos social y culturalmente. Ahora, habiendo reconocido como nos presenta Jesús a nuestro prójimo, por un instante detengámonos y pensemos: ¿cómo podemos hacernos prójimos para amar al otro y a nosotros mismos como Dios nos ha amado?

Continuando con lo reflexionado hasta el momento, podemos decir que vivir conforme a ese nuevo mandamiento que nos ofreció Jesús no solo nos invita a ser mejores seres humanos, sino también a reflejar la presencia de Dios en un mundo que necesita, más que nunca, de un amor que cuide, proteja y dignifique a los demás. Así pues, la cercanía, la compasión y fraternidad no son solo gestos externos, sino que se configuran en una vivencia interior que transforma nuestra vida, nuestra propia identidad y por qué no, al mundo.

En ese sentido, el amor como mandamiento es don gratuito y responsabilidad, es la expansión de la experiencia de Dios que ha permeado nuestro propio ser en lo más profundo, por tanto, cuidar del otro es cuidar el alma; pero también, amar es cuidar, porque en un sentido amplio puede entenderse como la promoción de la solidaridad universal que más que acciones benéficas tienen una preocupación real por el prójimo (FT 187). Entonces amar a Dios no es solo una experiencia interior personal, sino que se concreta en la relación con el otro, reconociéndole a ese otro como un ser que fue creado a imagen y semejanza de Dios (Génesis 1,27), y por ello, tiene una dignidad invaluable. Pero, además, ese amor que es cuidar se alimenta y materializa de la comunidad eclesial, humana y planetaria.

Para finalizar esta breve reflexión, podríamos afirmar que el autocuidado es expresión de nuestra espiritualidad y de la relación con Dios, asimismo, el cuidado del otro es esencial para el encuentro fraterno y para la realización del proyecto del Reino de Dios.

**Oficina para el Buen Trato de la Arquidiócesis de Bogotá**

