

NAZARETH
Fichero 1

RELACIÓN CONSIGO MISMO



Nazareth es el lugar...

- **Del crecimiento integral:** Jesús iba creciendo «en sabiduría, en estatura y en gracia delante de Dios y de los hombres» (Lc 2,52). Nazareth representa el tiempo de la vida cotidiana en el que el crecimiento humano y espiritual se va realizando de manera progresiva.
- **De las relaciones familiares:** Jesús creció como hijo de María y José y como miembro de una familia y de una comunidad concreta. En ese ambiente vivió vínculos de cuidado, pertenencia, responsabilidad y convivencia.
- **De la educación y del crecimiento en la fe:** Jesús participó en la vida religiosa de su pueblo, escuchó y profundizó las Escrituras, peregrinó a Jerusalén y aprendió a vivir la fe dentro de la tradición de Israel.
- **De la amistad y la vida comunitaria:** Jesús creció entre familiares, vecinos y personas de su pueblo. Nazareth recuerda que la madurez también se construye aprendiendo a convivir, escuchar, colaborar y crear relaciones sanas.
- **Del aprendizaje sociocultural y del trabajo:** Jesús creció dentro de una cultura concreta, con su lengua, tradiciones, territorio y formas de trabajo. La vida cotidiana fue también espacio de formación y responsabilidad.
- **Del discernimiento y la preparación:** Nazareth es un tiempo de crecimiento y preparación en el que Jesús vive con fidelidad la voluntad del Padre y se dispone para asumir públicamente su misión.

Personajes

- **Jesús**, el Hijo de Dios hecho hombre, que vivió un auténtico crecimiento humano dentro de una familia, un pueblo y una comunidad creyente.
- **José y María**, quienes acogieron la misión de cuidar y educar a Jesús, acompañándolo en su crecimiento humano, familiar, social y religioso.
- **La familia ampliada y las personas cercanas**, espacio de relaciones, pertenencia, escucha, confianza y aprendizaje compartido.
- **La sociedad**, formada por vecinos, trabajadores, amigos y otras personas que hacen posible la vida comunitaria y contribuyen a la formación humana.
- **La comunidad creyente**, en la que la sinagoga, las Escrituras, las fiestas y la peregrinación al Templo formaban parte de la vida religiosa del pueblo.

Capacidades para desarrollar en esta dimensión

1. Capacidad para crecer integralmente: en sabiduría, estatura y gracia, delante de Dios y de los demás.
2. Capacidad para reconocer e integrar las distintas dimensiones y responsabilidades que forman parte de la propia identidad: hijo o hija, miembro de una familia y una comunidad, ciudadano, estudiante o trabajador y persona de fe.
3. Capacidad para discernir y descubrir cómo responder al llamado de Dios en la propia vida.
4. Capacidad para asumir decisiones importantes con libertad, responsabilidad, generosidad y

valentía.

5. Capacidad para afianzar la propia identidad y valorar la corporalidad como hombre o mujer desde la antropología cristiana, reconociendo la igual dignidad de toda persona.

Criterio metodológico transversal: las experiencias personales se compartirán siempre de manera voluntaria. Ningún adolescente debe sentirse obligado a revelar situaciones íntimas o dolorosas. Cuando surja alguna situación que requiera apoyo, el facilitador deberá canalizarla con prudencia a las personas responsables del acompañamiento.

Ficha 1

CAPACIDAD PARA CRECER INTEGRALMENTE: EN SABIDURÍA, ESTATURA Y GRACIA, DELANTE DE DIOS Y DE LOS DEMÁS.



Propósito

Favorecer en el adolescente un crecimiento armónico en las distintas dimensiones de su persona —física, emocional, afectiva, intelectual, social y espiritual—, ayudándole a descubrir que su desarrollo humano y cristiano forman una sola realidad orientada a una vida plena y responsable.



Iluminación

Creer no significa solamente hacerse mayor, aprender más o desarrollar capacidades físicas. La adolescencia es un proceso en el que también se aprende a reconocer las emociones, fortalecer la voluntad, relacionarse mejor, asumir responsabilidades, cuidar el cuerpo y cultivar la relación con Dios. El crecimiento es progresivo: necesita tiempo, acompañamiento, paciencia y decisiones concretas.

El ejemplo de Jesús en Nazareth muestra que la vida ordinaria puede convertirse en una verdadera escuela de madurez. Creer integralmente significa procurar que ninguna dimensión de la persona quede olvidada y aprender a integrar fe y vida en lo cotidiano.



Marco doctrinal

La persona humana posee una dignidad única porque ha sido creada a imagen y semejanza de Dios. Su desarrollo integral comprende la razón, la libertad, la afectividad, la corporalidad, la capacidad de relacionarse y la dimensión espiritual. La formación cristiana busca acompañar a la persona entera y ayudarla a poner sus dones al servicio del bien.

Fundamentación bíblica

- «Jesús iba creciendo en sabiduría, en estatura y en gracia delante de Dios y de los hombres» (Lc 2,52).
- «Yo he venido para que tengan vida y la tengan en abundancia» (Jn 10,10).

Enseñanza de la Iglesia

La Iglesia propone una formación que integre la fe con todas las dimensiones de la vida. El crecimiento personal, vivido con responsabilidad, apertura a Dios y servicio a los demás, puede convertirse también en camino de santidad.



Actividad sugerida: “Mi crecimiento necesita...”

Materiales: una semilla para cada participante o una imagen de semilla, hojas y colores.

- Observar la semilla y preguntar: ¿qué necesita para crecer? Se pueden anotar respuestas como tierra, agua, luz, tiempo, cuidado y protección.
- Cada adolescente dibuja seis espacios alrededor de la semilla y escribe: vida física, emociones y afectividad, estudio y aprendizaje, relaciones, vida espiritual y responsabilidad/servicio.
- En cada espacio anota un cuidado que ya practica y uno que necesita fortalecer.
- Finalmente elige una sola dimensión para trabajar durante la semana e identifica a una persona o recurso que pueda ayudarle.

Preguntas para reflexionar

- ¿Qué dimensión de mi vida estoy cuidando mejor?
- ¿Cuál necesita más atención en este momento?
- ¿Estoy aprendiendo a crecer también por dentro, o sólo me preocupa lo exterior?
- ¿Quiénes me acompañan de manera positiva en mi crecimiento?

Compromiso

Durante la semana realizaré una acción concreta y realista para fortalecer la dimensión personal que he elegido y, al finalizar, revisaré qué aprendí de ese esfuerzo.

Ficha 2

CAPACIDAD PARA RECONOCER E INTEGRAR LAS DISTINTAS DIMENSIONES Y RESPONSABILIDADES QUE FORMAN PARTE DE LA PROPIA IDENTIDAD.



Propósito

Ayudar al adolescente a comprender que su identidad no se reduce a un solo papel. Es hijo o hija, miembro de una familia, estudiante o trabajador, ciudadano, amigo, integrante de una comunidad y persona de fe. Cada espacio aporta algo a su crecimiento y supone responsabilidades acordes con su edad y situación.



Iluminación

A medida que el adolescente crece, descubre que pertenece a distintos grupos y ambientes. En cada uno recibe apoyo, aprende valores y también puede aportar. Integrar estas dimensiones ayuda a evitar una vida fragmentada: no se trata de ser una persona distinta en casa, otra con los amigos y otra en la Iglesia, sino de aprender a vivir con coherencia, respeto y responsabilidad en todos los espacios.



Marco doctrinal

La persona humana es relacional y está llamada a vivir en comunión. La familia, la escuela, el trabajo, la sociedad y la comunidad creyente son ámbitos donde se aprende a participar y a construir el bien común. Los derechos de toda persona nacen de su dignidad; las responsabilidades se asumen de manera progresiva y proporcionada a la edad y las circunstancias.

Fundamentación bíblica

- «Honra a tu padre y a tu madre» (Ex 20,12).
- «Ustedes son el cuerpo de Cristo y cada uno es un miembro de él» (1 Co 12,27).
- «Ámense los unos a los otros como yo los he amado» (Jn 13,34)..

Enseñanza de la Iglesia

La Iglesia reconoce a la familia como una primera comunidad de amor y aprendizaje, y anima a los jóvenes a participar responsablemente en la sociedad y en la vida eclesial. La fe está llamada a expresarse en las relaciones, el estudio, el trabajo, el servicio y las decisiones cotidianas.



Actividad sugerida: “Una persona, muchos espacios”

- Cada adolescente dibuja cinco círculos alrededor de su nombre: familia, escuela o trabajo, amistades, comunidad/sociedad e Iglesia.
- En cada círculo escribe: “¿qué recibo aquí?” y “¿qué puedo aportar aquí?”.
- Después identifica una actitud que desea mantener en todos los espacios: respeto, responsabilidad, honestidad, servicio, escucha u otra.
- El compartir será voluntario y se evitarán comparaciones entre familias, escuelas o experiencias personales.

Preguntas para reflexionar

- ¿En qué espacios de mi vida me siento más responsable?
- ¿Hay algún ambiente donde me cuesta vivir de acuerdo con mis valores?
- ¿Qué recibo de los demás que a veces doy por hecho?
- ¿Qué puedo aportar, de acuerdo con mi edad y posibilidades, al bien de los demás?

Compromiso

Elegiré uno de mis espacios cotidianos y realizaré allí una acción concreta de responsabilidad o servicio, procurando vivirla con la misma coherencia con la que deseo presentarme en los demás ambientes.

Ficha 3

CAPACIDAD PARA DISCERNIR Y DESCUBRIR CÓMO RESPONDER AL LLAMADO DE DIOS EN LA PROPIA VIDA.



Propósito

Acompañar al adolescente para que descubra que su vida tiene sentido y que puede aprender a reconocer la llamada de Dios en medio de su historia, sus dones, sus preguntas, sus relaciones y las necesidades de la realidad que lo rodea.



Iluminación

Discernir no significa adivinar el futuro ni tener todas las respuestas de inmediato. Es aprender a escuchar con libertad y paciencia: escuchar la Palabra de Dios, mirar con verdad la propia realidad, reconocer dones y deseos profundos, considerar las consecuencias de las decisiones y dejarse acompañar por personas confiables.

La adolescencia es un buen momento para comenzar a preguntarse qué tipo de persona se quiere llegar a ser y de qué manera la propia vida puede convertirse en respuesta de amor y servicio. Estas preguntas se van aclarando progresivamente, no de una sola vez.



Marco doctrinal

Toda persona posee una vocación fundamental al amor y a la santidad. La vocación cristiana se vive de maneras diversas y requiere libertad, oración, reflexión y acompañamiento. Dios no anula la libertad de la persona; la invita a responder responsablemente desde la realidad concreta que vive.

Fundamentación bíblica

- «Habla, Señor, que tu siervo escucha» (1 Sam 3,10).
- «Antes de formarte en el vientre, te conocía» (Jer 1,5).
- «Yo sé bien los planes que tengo para ustedes» (Jer 29,11).

Enseñanza de la Iglesia

El discernimiento cristiano integra oración, escucha de la Palabra, reflexión sobre la realidad y acompañamiento. Los adolescentes necesitan espacios donde puedan preguntar, explorar sus capacidades y tomar decisiones sin presión, aprendiendo a reconocer aquello que conduce al bien, a la verdad y al amor.



Actividad sugerida: “La brújula del discernimiento”

- En una hoja, cada participante dibuja una brújula con cuatro direcciones y un centro.
- Norte – Palabra y oración: ¿qué me ayuda a escuchar a Dios?
- Sur – Mi realidad e historia: ¿qué situaciones de mi vida necesitan atención o me interpelan?
- Este – Dones y deseos: ¿qué capacidades, intereses y deseos buenos reconozco en mí?
- Oeste – Acompañamiento: ¿qué personas confiables pueden ayudarme a pensar y decidir mejor?
- Centro – Próximo paso: escribir una pregunta o un pequeño paso que pueda dar ahora, sin pretender resolver de una vez todo el proyecto de vida.

Preguntas para reflexionar

- ¿Qué preguntas importantes tengo hoy sobre mi vida?
- ¿Qué dones y deseos buenos reconozco en mí?
- ¿Qué realidad cercana despierta en mí deseo de ayudar o servir?
- ¿A quién puedo pedir acompañamiento cuando necesito discernir?

Compromiso

Durante la semana dedicaré unos minutos a la oración y conversaré, si lo necesito, con una persona adulta de confianza o un acompañante pastoral sobre una decisión o pregunta importante de mi crecimiento.

Ficha 4

CAPACIDAD PARA ASUMIR DECISIONES IMPORTANTES CON LIBERTAD, RESPONSABILIDAD, GENEROSIDAD Y VALENTÍA.



Propósito

Fortalecer en el adolescente la capacidad de tomar decisiones libres y responsables, considerando valores, consecuencias, información disponible, consejo prudente y su relación con Dios.



Iluminación

Elegir implica renunciar a otras posibilidades y asumir consecuencias. En la adolescencia aparecen decisiones relacionadas con amistades, estudio, uso del tiempo, redes sociales, relaciones, hábitos y participación comunitaria. Algunas decisiones pueden tomarse con facilidad; otras necesitan tiempo, información, oración y acompañamiento.

La valentía no consiste en actuar impulsivamente, sino en ser capaz de elegir el bien incluso cuando existe presión, miedo o dificultad. La libertad madura cuando la persona aprende a detenerse, pensar y hacerse responsable de lo que decide.



Marco doctrinal

La libertad es un don que se desarrolla mediante decisiones responsables. La conciencia moral orienta a reconocer el bien y a rechazar aquello que daña la propia dignidad o la de los demás. La formación cristiana ayuda a unir libertad, verdad, responsabilidad y amor.

Fundamentación bíblica

- «Sean fuertes y valientes» (Jos 1,9).
- «El que quiera seguirme, que tome su cruz y me siga» (Mt 16,24).
- «Todo lo puedo en Cristo que me fortalece» (Flp 4,13).

Enseñanza de la Iglesia

La verdadera libertad no consiste en hacer cualquier cosa, sino en aprender a elegir aquello que construye una vida buena y respeta la dignidad de todos. El acompañamiento de adultos confiables puede ayudar a valorar consecuencias y a tomar decisiones con mayor madurez.



Actividad sugerida: “Semáforo para decidir”

- En equipos se presentan situaciones cotidianas apropiadas para la edad: una presión de grupo, una discusión en redes, copiar en un examen, decidir cómo usar el tiempo o reaccionar ante una burla.
- Rojo – Me detengo: ¿qué está pasando?, ¿qué siento?, ¿hay algún riesgo?

- Amarillo – Discierno: ¿qué opciones tengo?, ¿a quién afecta?, ¿qué consecuencias visibles e invisibles puede haber?, ¿qué valores están en juego?, ¿necesito pedir consejo?
- Verde – Decido y actúo: ¿qué opción respeta mejor mi dignidad, la de los demás y mis valores?
- Cada equipo comparte el proceso de decisión, no datos personales de sus integrantes.

Preguntas para reflexionar

- ¿Suelo decidir por impulso o me doy tiempo para pensar?
- ¿Qué personas o ambientes ejercen más presión sobre mis decisiones?
- ¿Sé pedir consejo cuando una decisión me supera?
- ¿Qué valor quiero cuidar especialmente cuando tenga que elegir?

Compromiso

Antes de una decisión importante durante la semana practicaré el semáforo: detenerme, discernir y actuar. Si la situación lo requiere, buscaré consejo de una persona adulta de confianza.

Ficha 5

CAPACIDAD PARA AFIANZAR LA PROPIA IDENTIDAD Y VALORAR LA CORPORALIDAD COMO HOMBRE O MUJER DESDE LA ANTROPOLOGÍA CRISTIANA.



Propósito

Ayudar al adolescente a reconocer y valorar su dignidad personal, su corporalidad y su identidad como hombre o mujer, promoviendo el respeto hacia sí mismo y hacia los demás, así como relaciones responsables y libres de discriminación, burla o violencia.



Iluminación

La adolescencia trae cambios físicos, emocionales y afectivos que pueden generar preguntas, inseguridad o comparación. El cuerpo no es un objeto que determine por sí solo el valor de la persona, ni la apariencia o la aceptación social definen su dignidad. Aprender a cuidarse, conocerse y respetarse forma parte de una madurez integral.

Desde la fe cristiana, cada persona es amada por Dios y posee una dignidad que debe ser respetada. Hombres y mujeres tienen igual dignidad y están llamados a relaciones basadas en el respeto, la responsabilidad y el amor auténtico.



Marco doctrinal

La antropología cristiana reconoce la unidad de cuerpo y espíritu y afirma que el ser humano ha sido creado a imagen de Dios. La corporalidad forma parte de la persona y debe vivirse con cuidado y responsabilidad. Hombre y mujer poseen igual dignidad y están llamados al amor y al servicio.

Fundamentación bíblica

- «Y creó Dios al ser humano a su imagen; hombre y mujer los creó» (Gn 1,27).
- «Te doy gracias porque me has formado admirablemente» (Sal 139,14).
- «Todos ustedes son uno en Cristo Jesús» (Gal 3,28)..

Enseñanza de la Iglesia

La Iglesia enseña la dignidad inviolable de toda persona y propone el cuidado de sí y el respeto mutuo. La formación afectiva debe acompañar a los adolescentes con prudencia, sin ridiculizar sus preguntas ni obligarlos a exponer experiencias íntimas.



Actividad sugerida: “Más allá de la apariencia”.

- Cada participante recibe una hoja con la silueta de un espejo y escribe: una cualidad que valora; una forma de cuidar su cuerpo y su salud; una actitud que quiere fortalecer en sus relaciones; y una comparación o estereotipo que desea dejar de alimentar.
- El animador recuerda que la dignidad no depende de la apariencia, del rendimiento ni de la aprobación de otras personas.
- El compartir será voluntario y no se pedirán testimonios sobre experiencias íntimas, sexualidad o situaciones personales sensibles.

Preguntas para reflexionar

- ¿Qué cualidades reconozco en mí más allá de mi apariencia?
- ¿Cómo estoy cuidando mi cuerpo, mis emociones y mis relaciones?
- ¿Qué comparación o comentario dañino necesito dejar de repetir?

Compromiso

Durante la semana practicaré una acción concreta de cuidado personal y una actitud de respeto hacia los demás, evitando burlas, comparaciones, discriminación o comentarios que reduzcan a una persona a su apariencia.



Arquidiócesis
de Tlalnepantla

TIERRA DE EN MEDIO

NAZARETH
Fichero 2

RELACIÓN CON LOS OTROS



Nazareth es el lugar...

- **Del crecimiento integral:** Jesús iba creciendo «en sabiduría, en estatura y en gracia delante de Dios y de los hombres» (Lc 2,52). Nazareth representa el tiempo de la vida cotidiana en el que el crecimiento humano y espiritual se va realizando de manera progresiva.
- **De las relaciones familiares:** Jesús creció como hijo de María y José y como miembro de una familia y de una comunidad concreta. En ese ambiente vivió vínculos de cuidado, pertenencia, responsabilidad y convivencia.
- **De la educación y del crecimiento en la fe:** Jesús participó en la vida religiosa de su pueblo, escuchó y profundizó las Escrituras, peregrinó a Jerusalén y aprendió a vivir la fe dentro de la tradición de Israel.
- **De la amistad y la vida comunitaria:** Jesús creció entre familiares, vecinos y personas de su pueblo. Nazareth recuerda que la madurez también se construye aprendiendo a convivir, escuchar, colaborar y crear relaciones sanas.
- **Del aprendizaje sociocultural y del trabajo:** Jesús creció dentro de una cultura concreta, con su lengua, tradiciones, territorio y formas de trabajo. La vida cotidiana fue también espacio de formación y responsabilidad.
- **Del discernimiento y la preparación:** Nazareth es un tiempo de crecimiento y preparación en el que Jesús vive con fidelidad la voluntad del Padre y se dispone para asumir públicamente su misión.

Personajes

- **Jesús**, el Hijo de Dios hecho hombre, que vivió un auténtico crecimiento humano dentro de una familia, un pueblo y una comunidad creyente.
- **José y María**, quienes acogieron la misión de cuidar y educar a Jesús, acompañándolo en su crecimiento humano, familiar, social y religioso.
- **La familia ampliada y las personas cercanas**, espacio de relaciones, pertenencia, escucha, confianza y aprendizaje compartido.
- **La sociedad**, formada por vecinos, trabajadores, amigos y otras personas que hacen posible la vida comunitaria y contribuyen a la formación humana.
- **La comunidad creyente**, en la que la sinagoga, las Escrituras, las fiestas y la peregrinación al Templo formaban parte de la vida religiosa del pueblo.

Capacidades para desarrollar en esta dimensión

1. Capacidad para reconocer el propio lugar en la familia y participar en ella con pertenencia, respeto y corresponsabilidad, de acuerdo con la edad y las circunstancias.
2. Apertura al acompañamiento y a la formación en valores fundamentales, aprendiendo a escuchar, discernir y crecer con la ayuda de personas confiables.
3. Capacidad para fortalecer la relación con padres, cuidadores o adultos significativos que acompañan el crecimiento, reconociendo lo recibido y construyendo vínculos respetuosos.
4. Capacidad para relacionarse sanamente con familiares, amigos y otras personas, aprendiendo a

escuchar, acompañar y compartir alegrías y dificultades con libertad y confianza.

5. Capacidad para valorar y cultivar amistades sanas, sinceras y responsables que favorezcan el crecimiento humano y espiritual.

Criterio metodológico transversal: las experiencias personales se compartirán siempre de manera voluntaria. No se debe presuponer que todas las familias tienen la misma estructura ni que todas las relaciones familiares son positivas. Cuando exista una situación de violencia, abuso o riesgo, el adolescente no debe ser presionado a reconciliarse ni a retomar contacto; se deberá seguir el protocolo de protección y acompañamiento correspondiente.

Ficha 1

CAPACIDAD PARA RECONOCER EL PROPIO LUGAR EN LA FAMILIA Y PARTICIPAR EN ELLA CON PERTENENCIA, RESPETO Y CORRESPONSABILIDAD.



Propósito

Ayudar al adolescente a descubrir el valor de pertenecer a una familia y a reconocer que, de acuerdo con su edad y circunstancias, puede participar en la vida del hogar mediante actitudes de respeto, colaboración, escucha y cuidado mutuo.



Iluminación

La familia es uno de los primeros espacios donde aprendemos a convivir, compartir, recibir cuidados, asumir pequeñas responsabilidades y reconocer que nuestras acciones afectan a otros. Las familias pueden tener estructuras y experiencias muy distintas; por ello, reconocer el propio lugar no significa ajustarse a un modelo único, sino identificar vínculos de pertenencia y aprender a participar de manera responsable y respetuosa.

El adolescente no tiene que cargar con responsabilidades propias de los adultos. La corresponsabilidad se vive según la edad: colaborar en casa, comunicarse con respeto, cuidar los espacios comunes, cumplir acuerdos y ofrecer ayuda cuando es posible.



Marco doctrinal

La Iglesia reconoce a la familia como una comunidad fundamental para el crecimiento humano y la transmisión de la fe. En ella se aprende a reconocer la dignidad de cada persona, a convivir con diferencias y a ejercitar la solidaridad. La familia está llamada a ser espacio de amor y cuidado, aunque sabemos que las experiencias familiares concretas pueden ser diversas e imperfectas.

Fundamentación bíblica

- «Honra a tu padre y a tu madre» (Ex 20,12).
- «Ustedes son miembros de la familia de Dios» (Ef 2,19).
- «Lleven los unos las cargas de los otros» (Gal 6,2).

Enseñanza de la Iglesia

La familia es una primera escuela de humanidad, fraternidad y fe. Cada miembro puede contribuir a una convivencia más justa y amorosa, respetando los derechos, límites y responsabilidades de los demás.



Actividad sugerida: “Mi lugar y mi aporte”

Materiales: hoja con el dibujo sencillo de una casa, lápices o colores.

- Dentro de la casa, cada adolescente escribe a las personas con quienes comparte su vida familiar o cotidiana. Puede incluir padres, cuidadores, hermanos, abuelos u otras personas significativas.
- En una parte de la hoja escribe: “Lo que recibo”: cuidado, escucha, compañía, alimento, orientación, tiempo, apoyo u otros bienes que reconoce.
- En otra parte escribe: “Lo que puedo aportar, de acuerdo con mi edad”: colaboración, respeto, orden, diálogo, servicio, tiempo de calidad, responsabilidad u otros.
- El compartir será voluntario. No se compararán familias ni se pedirá explicar ausencias, conflictos o situaciones privadas.

Preguntas para reflexionar

- ¿Qué personas me ayudan a sentir pertenencia y cuidado?
- ¿Qué responsabilidades son realmente mías en este momento de mi vida?
- ¿Cómo puedo contribuir a una convivencia más respetuosa en casa?
- ¿Hay algo que necesito aprender sobre poner límites o pedir ayuda?

Compromiso

Durante la semana realizaré una acción concreta y proporcionada a mi edad para colaborar en la convivencia familiar o con las personas con quienes vivo, sin esperar recompensa.

Ficha 2

APERTURA AL ACOMPAÑAMIENTO Y A LA FORMACIÓN EN VALORES FUNDAMENTALES.



Propósito

Favorecer en el adolescente una actitud de apertura para aprender, escuchar y dejarse acompañar por personas confiables, desarrollando la capacidad de discernir consejos y correcciones que favorezcan su crecimiento humano y cristiano.



Iluminación

Creer implica reconocer que nadie se forma solo. Padres, cuidadores, maestros, catequistas, familiares, entrenadores y otras personas pueden aportar experiencia, orientación y ejemplo. Sin embargo, apertura no significa obediencia ciega: aprender a escuchar también supone preguntar, pensar, discernir y reconocer qué consejos respetan la dignidad y buscan verdaderamente el bien.

La madurez se fortalece cuando el adolescente puede recibir una corrección sin sentirse descalificado, distinguir entre una orientación respetuosa y una forma de control o maltrato, y pedir ayuda cuando algo le resulta confuso o difícil.



Marco doctrinal

La formación integral comprende dimensiones humanas, espirituales, sociales y comunitarias. El acompañamiento cristiano respeta la libertad y ayuda a la persona a crecer en responsabilidad, conciencia y capacidad de decisión. Educar y acompañar no significa sustituir la conciencia del adolescente, sino ayudarla a formarse.

Fundamentación bíblica

- «Escucha el consejo y acepta la corrección, y llegarás a ser sabio» (Prov 19,20).
- «Jesús iba creciendo en sabiduría, en estatura y en gracia» (Lc 2,52).
- «Examínenlo todo y quédense con lo bueno» (1 Tes 5,21).

Enseñanza de la Iglesia

La Iglesia anima a los jóvenes a buscar acompañamiento y formación, respetando siempre la libertad, la conciencia y la dignidad personal. Los buenos acompañantes ayudan a escuchar, comprender, discernir y asumir responsablemente las propias decisiones.



Actividad sugerida: “Personas que me ayudan a crecer”

- Cada adolescente dibuja tres círculos concéntricos.
- En el centro escribe su nombre.
- En el segundo círculo anota personas de confianza a quienes puede acudir para pedir orientación o apoyo.
- En el tercer círculo escribe valores o aprendizajes que ha recibido de esas personas.
- Después elige un valor que desea fortalecer y piensa a quién podría pedir acompañamiento concreto.
- No se pedirá mencionar a personas con quienes exista conflicto ni explicar por qué alguien no aparece en el esquema.

Preguntas para reflexionar

- ¿A quién considero una persona confiable para pedir consejo?
- ¿Cómo reacciono cuando alguien me corrige con respeto?
- ¿Sé distinguir entre un consejo que busca mi bien y una presión que no respeta mi dignidad?
- ¿Qué valor necesito fortalecer en este momento?

Compromiso

Escucharé y discerniré un consejo de una persona adulta de confianza que busque sinceramente mi bien, y pondré en práctica aquello que considere útil y coherente con mis valores.

Ficha 3

CAPACIDAD PARA FORTALECER LA RELACIÓN CON PADRES, CUIDADORES O ADULTOS SIGNIFICATIVOS QUE ACOMPAÑAN EL CRECIMIENTO.



Propósito

Promover en el adolescente relaciones más cercanas, respetuosas y agradecidas con padres, cuidadores o adultos significativos, reconociendo los cuidados, esfuerzos y aprendizajes recibidos, sin idealizar las experiencias familiares ni ignorar posibles dificultades.



Iluminación

Los adultos significativos pueden desempeñar un papel importante en el crecimiento: cuidar, proteger, orientar, acompañar decisiones, transmitir valores y ofrecer estabilidad. No todas las historias familiares son iguales y no todos los adolescentes pueden identificar estas funciones en sus padres; por ello, es importante reconocer también a abuelos, tutores, familiares, padrinos u otros adultos responsables que hayan ejercido un acompañamiento positivo.

Fortalecer una relación no significa negar conflictos ni aceptar comportamientos que hacen daño. El respeto puede incluir diálogo, gratitud, límites sanos y, cuando sea necesario, búsqueda de ayuda.



Marco doctrinal

El cuarto mandamiento invita a vivir relaciones de respeto y gratitud dentro de la familia, pero esta enseñanza no justifica el abuso ni elimina la responsabilidad de los adultos de cuidar y respetar a los menores. La autoridad familiar está al servicio del bien, la educación y la protección.

Fundamentación bíblica

- «Hijos, obedezcan a sus padres en el Señor, porque esto es justo» (Ef 6,1).
- «Escucha a tu padre, que te dio la vida» (Prov 23,22).
- «Padres, no exasperen a sus hijos; más bien edúquenlos...» (Ef 6,4).

Enseñanza de la Iglesia

La familia está llamada a ser una comunidad de amor y responsabilidad recíproca. Padres, cuidadores e hijos tienen deberes distintos, y los adultos poseen una responsabilidad especial de proteger, educar y acompañar con respeto.



Actividad sugerida: "Conversación que construye"

- Elegir a un padre, madre, cuidador, abuelo, tutor u otro adulto significativo con quien sea seguro y posible conversar.
- Preparar tres preguntas sencillas: "¿Qué aprendiste cuando tenías mi edad?", "¿Qué valor quisieras transmitirme?" y "¿Qué esperanza tienes para mi crecimiento?"
- Después de la conversación, cada adolescente anota un aprendizaje y, si lo desea, una frase de agradecimiento.
- Si no es posible o conveniente realizar la entrevista con un familiar, se puede hacer con otro adulto responsable y de confianza.

Preguntas para reflexionar

- ¿Qué personas adultas han acompañado positivamente mi crecimiento?
- ¿Qué esfuerzo o enseñanza de ellas valoro hoy?
- ¿Qué podría ayudar a mejorar la comunicación en una relación importante?
- ¿Sé pedir ayuda cuando una relación me hace sentir inseguro o lastimado?

Compromiso

Tendré un gesto concreto de diálogo o gratitud con una persona adulta significativa que haya contribuido positivamente a mi crecimiento. Si existe una relación difícil o insegura, mi compromiso puede ser pedir orientación a un adulto responsable o acompañante pastoral.

Ficha 4

CAPACIDAD PARA RELACIONARSE SANAMENTE CON FAMILIARES, AMIGOS Y OTRAS PERSONAS, APRENDIENDO A ESCUCHAR Y ACOMPAÑAR.



Propósito

Ayudar al adolescente a desarrollar relaciones sanas basadas en el respeto, la confianza, la escucha, la empatía y la libertad, aprendiendo a acompañar tanto las alegrías como las dificultades de quienes le rodean.



Iluminación

Las relaciones humanas enriquecen la vida cuando permiten ser uno mismo, expresar lo que se piensa y siente sin miedo, respetar diferencias y contar con apoyo en momentos importantes. Escuchar no significa resolver todos los problemas de otra persona; muchas veces acompañar es estar presente, respetar el silencio, evitar juzgar y saber cuándo pedir ayuda a un adulto responsable.

Una relación sana también respeta límites. La confianza nunca obliga a guardar secretos que ponen a alguien en riesgo, ni justifica presiones, burlas, violencia o manipulación.



Marco doctrinal

La persona humana está llamada a la comunión. La fraternidad cristiana se expresa en la capacidad de alegrarse con el otro, acompañarlo en el dolor, respetar su dignidad y construir vínculos en los que exista verdad, libertad y cuidado mutuo.

Fundamentación bíblica

- «Alégrense con los que están alegres y lloren con los que lloran» (Rom 12,15).
- «Ámense unos a otros como yo los he amado» (Jn 13,34).
- «Que cada uno sea pronto para escuchar, lento para hablar» (Sant 1,19).

Enseñanza de la Iglesia

La Iglesia promueve comunidades en las que las personas puedan escucharse, acompañarse y crecer en fraternidad. La escucha auténtica respeta la intimidad y sabe reconocer cuándo una situación necesita el apoyo de adultos responsables o profesionales.



Actividad sugerida: “Escuchar sin arreglar”

- En parejas, cada participante elige un tema cotidiano y no íntimo para compartir durante dos minutos: una alegría reciente, algo que le gusta, un reto escolar, un proyecto o una experiencia significativa.
- Quien escucha no interrumpe ni da consejos; al terminar resume con una frase: “Lo que entendí es...” y pregunta: “¿Te escuché bien?”.
- Después cambian de rol.
- En grupo se reflexiona sobre la diferencia entre escuchar, aconsejar, juzgar y acompañar.
- No se utilizarán experiencias dolorosas como requisito de la dinámica.

Preguntas para reflexionar

- ¿Sé escuchar sin interrumpir o convertir la conversación en algo sobre mí?
- ¿Me siento libre y respetado en mis relaciones?
- ¿Respeto los límites y la intimidad de los demás?
- ¿Sé cuándo una situación debe compartirse con un adulto responsable para proteger a alguien?

Compromiso

Durante la semana buscaré un momento para escuchar con atención a un familiar o amigo, respetando su tiempo y evitando juzgar o imponer soluciones.

Ficha 5

CAPACIDAD PARA VALORAR Y CULTIVAR AMISTADES SANAS, SINCERAS Y RESPONSABLES.



Propósito

Ayudar al adolescente a reconocer la amistad como un vínculo valioso que puede favorecer el crecimiento, la alegría, la confianza y la vida de fe, aprendiendo también a identificar características de una amistad sana.



Iluminación

Las amistades influyen profundamente en la manera de pensar, decidir y relacionarse. Una amistad auténtica no exige dejar de ser uno mismo ni participar en algo que hace daño. Se construye con respeto, sinceridad, lealtad, libertad, capacidad de pedir perdón y deseo del bien del otro.

Hoy muchas amistades también se viven en espacios digitales. El respeto, la prudencia, la privacidad y la responsabilidad deben mantenerse tanto en persona como en redes, chats y grupos en línea.



Marco doctrinal

La amistad auténtica busca el bien mutuo y ayuda a crecer en virtud. Jesús vivió relaciones de amistad y mostró que amar implica presencia, fidelidad, servicio y entrega. La amistad cristiana no es posesiva ni excluyente, sino que respeta la libertad y la dignidad de cada persona.

Fundamentación bíblica

- «Un amigo fiel es un refugio seguro» (Eclo 6,14).
- «Nadie tiene amor más grande que el que da la vida por sus amigos» (Jn 15,13).
- «El amigo ama en toda ocasión» (Prov 17,17).

Enseñanza de la Iglesia

La Iglesia anima a los jóvenes a construir amistades sanas que favorezcan el desarrollo humano y espiritual. Las relaciones de amistad deben estar marcadas por la verdad, la libertad, el respeto y el cuidado, también en los ambientes digitales.



Actividad sugerida: “Mi crecimiento necesita...”

- Cada adolescente recibe una hoja dividida en tres colores o secciones.
- Verde – Señales de una amistad que ayuda a crecer: respeto, confianza, alegría, libertad, apoyo, sinceridad, cuidado.
- Amarillo – Señales que necesitan atención: celos, presión, burlas frecuentes, comparaciones, invasión de privacidad, necesidad de agradar siempre.

- Rojo – Señales que requieren poner límites o pedir ayuda: amenazas, violencia, humillación, manipulación, difusión de contenido privado, presión para hacer algo peligroso o contrario a los propios valores.
- El ejercicio se realiza sobre características generales, sin pedir nombres ni exponer relaciones concretas.

Preguntas para reflexionar

- ¿Qué tipo de amigo soy para los demás?
- ¿Mis amistades respetan mi libertad y mis valores?
- ¿Sé pedir perdón y reparar cuando he lastimado a un amigo?
- ¿Cómo cuido a mis amigos también en redes y espacios digitales?

Compromiso

Realizaré un gesto concreto de amistad sana: escuchar, agradecer, acompañar, pedir perdón, respetar un límite o animar a un amigo en algo bueno. Si identifico una relación que me pone en riesgo, pediré ayuda a una persona adulta de confianza.

Síntesis del fichero

Nazareth enseña que crecer también significa aprender a vivir con otros. La familia, los adultos significativos, las amistades y la comunidad pueden convertirse en espacios de formación cuando existen respeto, escucha, libertad, responsabilidad y cuidado. El adolescente no está llamado a caminar solo ni a aceptar cualquier relación sin discernimiento; está llamado a construir vínculos que favorezcan la dignidad, la verdad y el bien de todos.

Esta versión revisada conserva la intención y la estructura formativa del fichero original, con ajustes de lenguaje, coherencia pastoral y cuidado de las distintas realidades familiares y relacionales de los adolescentes.



Arquidiócesis
de Tlalnepantla

TIERRA DE EN MEDIO

NAZARETH
Fichero 3

RELACIÓN CON LA SOCIEDAD



Nazareth es el lugar...

- **Del crecimiento integral:** Jesús iba creciendo «en sabiduría, en estatura y en gracia delante de Dios y de los hombres» (Lc 2,52). Nazareth representa el tiempo de la vida cotidiana en el que el crecimiento humano y espiritual se va realizando de manera progresiva.
- **De las relaciones familiares:** Jesús creció como hijo de María y José y como miembro de una familia y de una comunidad concreta. En ese ambiente vivió vínculos de cuidado, pertenencia, responsabilidad y convivencia.
- **De la educación y del crecimiento en la fe:** Jesús participó en la vida religiosa de su pueblo, escuchó y profundizó las Escrituras, peregrinó a Jerusalén y aprendió a vivir la fe dentro de la tradición de Israel.
- **De la amistad y la vida comunitaria:** Jesús creció entre familiares, vecinos y personas de su pueblo. Nazareth recuerda que la madurez también se construye aprendiendo a convivir, escuchar, colaborar y crear relaciones sanas.
- **Del aprendizaje sociocultural y del trabajo:** Jesús creció dentro de una cultura concreta, con su lengua, tradiciones, territorio y formas de trabajo. La vida cotidiana fue también espacio de formación y responsabilidad.
- **Del discernimiento y la preparación:** Nazareth es un tiempo de crecimiento y preparación en el que Jesús vive con fidelidad la voluntad del Padre y se dispone para asumir públicamente su misión.

Personajes

- **Jesús**, el Hijo de Dios hecho hombre, que vivió un auténtico crecimiento humano dentro de una familia, un pueblo y una comunidad creyente.
- **José y María**, quienes acogieron la misión de cuidar y educar a Jesús, acompañándolo en su crecimiento humano, familiar, social y religioso.
- **La familia ampliada y las personas cercanas**, espacio de relaciones, pertenencia, escucha, confianza y aprendizaje compartido.
- **La sociedad**, formada por vecinos, trabajadores, amigos y otras personas que hacen posible la vida comunitaria y contribuyen a la formación humana.
- **La comunidad creyente**, en la que la sinagoga, las Escrituras, las fiestas y la peregrinación al Templo formaban parte de la vida religiosa del pueblo.

Capacidades para desarrollar en esta dimensión

1. Capacidad para reconocer la vida cotidiana —familia, escuela, trabajo, Iglesia y comunidad— como espacio de aprendizaje, formación y servicio.
2. Capacidad de participación sociocultural: valorar la cultura, la historia, la lengua, las costumbres y el entorno, participando responsablemente en la vida de la comunidad.
3. Capacidad para desarrollar un oficio, arte, deporte o habilidad y descubrir cómo ponerlo al servicio de los demás y del bien común.
4. Capacidad para reconocer los problemas sociales del entorno, comprenderlos con sensibilidad y

comprometerse en respuestas solidarias, justas y realistas.

Criterio metodológico transversal: las actividades deben ayudar a observar, discernir y actuar sin exponer situaciones personales o familiares que el adolescente no desee compartir. Al trabajar cultura y sociedad, se promoverá el respeto a la diversidad y una mirada crítica: valorar las propias raíces no significa aceptar sin discernimiento toda costumbre o práctica. Las problemáticas sociales se abordarán con ejemplos adecuados a la edad y sin imágenes o relatos innecesariamente violentos.

Ficha 1

CAPACIDAD PARA RECONOCER LA VIDA COTIDIANA COMO ESPACIO DE APRENDIZAJE, FORMACIÓN Y SERVICIO.



Propósito

Ayudar al adolescente a descubrir que la vida cotidiana —en la familia, la escuela, la comunidad, la Iglesia y otros espacios habituales— ofrece oportunidades concretas para aprender, crecer, servir y encontrarse con Dios y con los demás.



Iluminación

Nazareth recuerda que gran parte de la vida de Jesús transcurrió en lo ordinario. La formación no sucede solamente en momentos extraordinarios: también aprendemos al observar cómo trabajan otras personas, al cumplir responsabilidades, al convivir, al resolver dificultades y al reconocer pequeños gestos de servicio.

Aprender de lo cotidiano implica mirar con atención. Una conversación, una tarea escolar, el esfuerzo de un trabajador, una acción solidaria o una dificultad de la comunidad pueden enseñarnos algo sobre responsabilidad, perseverancia, respeto, justicia y colaboración.



Marco doctrinal

La persona humana crece en relación con los demás y dentro de una comunidad. La vida diaria puede convertirse en espacio de santificación cuando las acciones ordinarias se realizan con responsabilidad, amor y espíritu de servicio. La fe cristiana no se separa de la vida cotidiana, sino que ayuda a vivirla con mayor conciencia y compromiso.

Fundamentación bíblica

- «Examinen todo y quédense con lo bueno» (1 Tes 5,21).
- «Jesús iba creciendo en sabiduría, en estatura y en gracia delante de Dios y de los hombres» (Lc 2,52).

Enseñanza de la Iglesia

La formación cristiana invita a integrar fe y vida. El adolescente puede descubrir en sus actividades diarias oportunidades para aprender, amar, servir, colaborar y crecer como discípulo de Jesús.



Actividad sugerida: "Bitácora de lo cotidiano"

Materiales: hoja dividida en cuatro espacios: familia, escuela, comunidad e Iglesia/otros espacios; lápiz o pluma.

- Durante varios días, cada adolescente observa una acción positiva o una situación de aprendizaje en cada uno de esos ambientes: un gesto de ayuda, un esfuerzo, una responsabilidad bien cumplida, una solución creativa o una actitud de servicio.
- Junto a cada observación escribe: "¿Qué puedo aprender de esto?" y "¿Cómo podría ponerlo en práctica?".
- En el encuentro, se comparten únicamente ejemplos que no expongan información privada de otras personas.

Preguntas para reflexionar

- ¿Qué personas me enseñan cosas importantes en la vida diaria?
- ¿Qué aprendo de mis responsabilidades, incluso cuando son pequeñas?
- ¿Qué acciones cotidianas ayudan a construir una mejor convivencia?
- ¿Cómo puedo reconocer a Dios en lo sencillo y ordinario?

Compromiso

Durante la semana elegiré un aprendizaje concreto de mi vida cotidiana y lo convertiré en una acción: agradecer, colaborar, cumplir mejor una responsabilidad o servir a alguien.

Ficha 2

CAPACIDAD DE PARTICIPACIÓN SOCIOCULTURAL Y VALORACIÓN RESPONSABLE DE LA PROPIA COMUNIDAD.



Propósito

Promover en el adolescente el sentido de pertenencia y el aprecio por su cultura, historia, lengua, tradiciones y territorio, ayudándolo a participar responsablemente en la vida de su comunidad y a reconocer tanto sus riquezas como aquello que puede mejorar.



Iluminación

Cada persona crece dentro de una cultura concreta. La lengua, la música, la comida, las fiestas, las historias, los lugares y las formas de convivencia contribuyen a nuestra identidad. Conocer y valorar estas raíces fortalece el sentido de pertenencia y permite reconocer la riqueza que existe en otros pueblos y culturas.

Valorar la propia cultura no significa aceptar todo de manera automática. La madurez también implica discernir qué costumbres favorecen la dignidad, la fraternidad y el bien común, y qué prácticas necesitan transformarse para respetar mejor a las personas y a la creación.



Marco doctrinal

La Iglesia valora la diversidad de los pueblos y reconoce que cada cultura posee expresiones humanas que pueden enriquecer la vida social y cristiana. La participación sociocultural debe promover el respeto, el encuentro, la solidaridad y el bien común, evitando toda forma de desprecio o discriminación.

Fundamentación bíblica

- «Ustedes son la sal de la tierra... ustedes son la luz del mundo» (Mt 5,13-14).
- «Todos ustedes son hermanos» (Mt 23,8).

Enseñanza de la Iglesia

La Iglesia anima a los jóvenes a conocer sus raíces, respetar la diversidad cultural y participar en la construcción de comunidades más fraternas. La identidad se fortalece cuando se conoce la propia historia y se aprende también a dialogar con personas y culturas diferentes.



Actividad sugerida: “Mapa vivo de mi comunidad”

- En equipos, elaborar un mapa sencillo de la colonia, pueblo o comunidad. No es necesario que sea geográficamente exacto.
- Identificar en el mapa lugares y expresiones que consideran valiosas: espacios de convivencia, celebraciones, mercados, iglesias, centros culturales, parques, oficios tradicionales, historias o costumbres.
- Agregar dos apartados: “Lo que queremos conservar” y “Lo que necesitamos mejorar”.
- Cada equipo propone una forma concreta en que los adolescentes pueden participar: cuidar un espacio, recuperar una historia local, colaborar en una actividad cultural o comunitaria, promover respeto, etc.

Preguntas para reflexionar

- ¿Qué valoro de mi cultura y comunidad?
- ¿Qué historia, tradición o lugar me ayuda a comprender quién soy?
- ¿Respeto las costumbres y expresiones de quienes son diferentes a mí?
- ¿Qué aspecto de mi comunidad necesita cuidado o transformación?

Compromiso

Participaré en una acción cultural, comunitaria o parroquial concreta, o realizaré una pequeña acción para conocer, cuidar o mejorar algún aspecto de mi comunidad.

Ficha 3

CAPACIDAD PARA DESARROLLAR UN OFICIO, ARTE, DEPORTE O HABILIDAD Y PONERLO AL SERVICIO DEL BIEN COMÚN.



Propósito

Impulsar al adolescente a descubrir y desarrollar habilidades, talentos e intereses mediante la constancia, el aprendizaje y el esfuerzo, reconociendo que aquello que aprende también puede convertirse en una aportación útil para otras personas y para su comunidad.



Iluminación

Aprender un oficio, practicar un deporte, cultivar un arte o adquirir una habilidad enseña disciplina, paciencia, creatividad, responsabilidad y trabajo en equipo. Las capacidades no crecen únicamente por tener facilidad para algo; necesitan práctica, acompañamiento y perseverancia.

En Nazareth, el trabajo cotidiano forma parte del ambiente en el que Jesús crece. Para el adolescente, aprender a hacer algo bien puede ayudarle a conocer sus intereses, fortalecer su autoestima y descubrir maneras concretas de colaborar con los demás.



Marco doctrinal

El trabajo, el aprendizaje y el desarrollo de capacidades forman parte del crecimiento integral de la persona. Los dones se desarrollan responsablemente cuando no se utilizan sólo para el beneficio personal, sino también para servir, colaborar y contribuir al bien común.

Fundamentación bíblica

- «A cada uno se le da la manifestación del Espíritu para el bien común» (1 Co 12,7).
- «Pongan al servicio de los demás los dones que hayan recibido» (1 Pe 4,10).

Enseñanza de la Iglesia

La Iglesia anima a los jóvenes a desarrollar sus capacidades y talentos con responsabilidad. El aprendizaje, el trabajo y la creatividad pueden convertirse en caminos de realización personal, servicio y participación en la sociedad.



Actividad sugerida: “Talentos que sirven”

- Invitar, cuando sea posible, a una o dos personas de la comunidad que desarrollen un oficio, arte, deporte o habilidad para compartir cómo aprendieron, qué dificultades enfrentaron y de qué manera su trabajo beneficia a otros.

- Cada adolescente completa tres frases: “Me interesa aprender...”, “Para mejorar necesito...” y “Esto podría servir a otros cuando...”.
- En pequeños grupos, identifican recursos reales para aprender: una persona, curso, taller, equipo escolar, grupo parroquial, espacio comunitario o práctica personal.

Preguntas para reflexionar

- ¿Qué habilidades o talentos reconozco en mí?
- ¿Qué me gustaría aprender y por qué?
- ¿Soy constante cuando algo requiere esfuerzo?
- ¿Cómo podría poner una habilidad al servicio de alguien más?

Compromiso

Durante las próximas semanas dedicaré un tiempo concreto y realista al desarrollo de una habilidad, arte, deporte u oficio, y buscaré al menos una manera de utilizarlo para colaborar o servir.

Ficha 4

CAPACIDAD PARA RECONOCER LOS PROBLEMAS SOCIALES, COMPRENDERLOS Y COMPROMETERSE EN RESPUESTAS SOLIDARIAS Y JUSTAS.



Propósito

Formar adolescentes sensibles ante las necesidades y problemáticas de su entorno, capaces de observar la realidad, reconocer a las personas afectadas, comprender algunas causas y asumir acciones concretas de solidaridad, justicia y servicio acordes con su edad y posibilidades.



Iluminación

La sensibilidad social comienza por aprender a mirar. Pobreza, violencia, discriminación, contaminación, abandono o exclusión no son únicamente “problemas” abstractos: afectan la dignidad y la vida de personas concretas. Jesús enseña a acercarse a quienes sufren y a responder con compasión activa.

Ayudar no consiste sólo en realizar una acción puntual. También es importante preguntarse qué está ocurriendo, a quién afecta, cuáles pueden ser sus causas y qué cambios personales, comunitarios o sociales pueden contribuir a mejorar la situación. El adolescente puede participar de manera realista desde la escuela, la familia, la parroquia y su comunidad.



Marco doctrinal

La dignidad humana, la solidaridad, la justicia y el bien común orientan el compromiso social cristiano. La fe invita a superar la indiferencia y a participar responsablemente en la construcción de una sociedad donde se cuide especialmente a quienes se encuentran en situaciones de mayor vulnerabilidad.

Fundamentación bíblica

- «Tuve hambre y me dieron de comer» (Mt 25,35).
- «No amemos solamente de palabra, sino con obras y de verdad» (1 Jn 3,18).

Enseñanza de la Iglesia

La Iglesia invita a adolescentes y jóvenes a ser protagonistas del bien común, cultivando la solidaridad, la paz, la justicia y el cuidado de las personas más vulnerables. El compromiso cristiano une la ayuda inmediata con la búsqueda de relaciones y condiciones más justas.



Actividad sugerida: “Ver, comprender y actuar”

- El facilitador presenta una problemática cercana y adecuada a la edad, preferentemente sin imágenes violentas ni datos que expongan a participantes del grupo.
- En equipos, responder cuatro preguntas: 1) ¿Qué está pasando? 2) ¿A quiénes afecta? 3) ¿Qué causas o factores pueden influir? 4) ¿Qué podemos hacer realmente como adolescentes?
- Cada equipo propone una acción pequeña, concreta y posible: campaña de respeto, apoyo escolar, cuidado de un espacio común, colecta organizada, acompañamiento comunitario, difusión responsable, etc.
- Antes de realizar cualquier acción fuera del grupo, el facilitador debe revisar que sea segura, pertinente y cuente con los permisos necesarios.

Preguntas para reflexionar

- ¿Qué problemas sociales observo en mi entorno?
- ¿Quiénes son las personas más afectadas por esas situaciones?
- ¿Me limito a juzgar o intento comprender mejor las causas?
- ¿Qué acción concreta y realista puedo realizar para colaborar?
- ¿Cómo me invita Jesús a actuar con justicia, solidaridad y respeto?

Compromiso

Realizaré una acción concreta de servicio o participación social adecuada a mi edad y posibilidades, y después evaluaré qué aprendí, a quién benefició y qué podría hacerse mejor.

Síntesis del fichero

Nazareth enseña que la vida social se aprende y se construye en lo cotidiano. La escuela, la comunidad, la cultura, el trabajo, las habilidades y los problemas del entorno forman parte del proceso de maduración. El adolescente está llamado a observar, aprender, participar y servir, descubriendo que la fe puede hacerse concreta en la responsabilidad, la colaboración, el respeto a la diversidad y el compromiso con el bien común.

Esta versión revisada conserva las cuatro capacidades y la estructura formativa del fichero original, con ajustes de redacción, coherencia pastoral, diferenciación de actividades y mayor conexión entre la experiencia de Nazareth y la vida social del adolescente.



Arquidiócesis
de Tlalnepantla

TIERRA DE EN MEDIO

NAZARETH
Fichero 4

RELACIÓN CON LA TRASCENDENCIA



Nazareth es el lugar...

- **Del crecimiento integral:** Jesús iba creciendo «en sabiduría, en estatura y en gracia delante de Dios y de los hombres» (Lc 2,52). Nazareth representa el tiempo de la vida cotidiana en el que el crecimiento humano y espiritual se va realizando de manera progresiva.
- **De las relaciones familiares:** Jesús creció como hijo de María y José y como miembro de una familia y de una comunidad concreta. En ese ambiente vivió vínculos de cuidado, pertenencia, responsabilidad y convivencia.
- **De la educación y del crecimiento en la fe:** Jesús participó en la vida religiosa de su pueblo, escuchó y profundizó las Escrituras, peregrinó a Jerusalén y aprendió a vivir la fe dentro de la tradición de Israel.
- **De la amistad y la vida comunitaria:** Jesús creció entre familiares, vecinos y personas de su pueblo. Nazareth recuerda que la madurez también se construye aprendiendo a convivir, escuchar, colaborar y crear relaciones sanas.
- **Del aprendizaje sociocultural y del trabajo:** Jesús creció dentro de una cultura concreta, con su lengua, tradiciones, territorio y formas de trabajo. La vida cotidiana fue también espacio de formación y responsabilidad.
- **Del discernimiento y la preparación:** Nazareth es un tiempo de crecimiento y preparación en el que Jesús vive con fidelidad la voluntad del Padre y se dispone para asumir públicamente su misión.

Personajes

- **Jesús**, el Hijo de Dios hecho hombre, que vivió un auténtico crecimiento humano dentro de una familia, un pueblo y una comunidad creyente.
- **José y María**, quienes acogieron la misión de cuidar y educar a Jesús, acompañándolo en su crecimiento humano, familiar, social y religioso.
- **La familia ampliada y las personas cercanas**, espacio de relaciones, pertenencia, escucha, confianza y aprendizaje compartido.
- **La sociedad**, formada por vecinos, trabajadores, amigos y otras personas que hacen posible la vida comunitaria y contribuyen a la formación humana.
- **La comunidad creyente**, en la que la sinagoga, las Escrituras, las fiestas y la peregrinación al Templo formaban parte de la vida religiosa del pueblo.

Capacidades para desarrollar en esta dimensión

1. Capacidad para descubrir en Dios y en la comunidad creyente una fuente de acompañamiento, esperanza y dignidad ante el rechazo, los prejuicios y las dificultades propias de la adolescencia.
2. Apertura a un proceso permanente de crecimiento en la fe mediante la Palabra de Dios, la oración, la vida sacramental, la comunidad y las expresiones de piedad popular.
3. Capacidad para preguntar, escuchar, dialogar y profundizar en los fundamentos de la fe, integrando razón, experiencia y enseñanza de la Iglesia.
4. Capacidad para participar en la comunidad creyente y construir relaciones sanas, respetuosas y

corresponsables con sacerdotes, catequistas, agentes pastorales y demás miembros de la Iglesia.

Criterio metodológico transversal: la formación en la fe debe favorecer libertad, confianza y respeto. Nadie está obligado a compartir experiencias personales o espirituales que prefiera mantener en privado. Las relaciones con adultos y agentes pastorales deben desarrollarse en ambientes seguros, con límites adecuados y conforme a los criterios de protección de niñas, niños, adolescentes y personas vulnerables de la comunidad eclesial.

Ficha 1

CAPACIDAD PARA DESCUBRIR EN DIOS Y EN LA COMUNIDAD UNA FUENTE DE ACOMPAÑAMIENTO Y ESPERANZA ANTE LAS DIFICULTADES.



Propósito

Fortalecer en el adolescente la confianza en su dignidad y en el amor de Dios, ayudándolo a reconocer que, ante experiencias de rechazo, prejuicio, incomprensión o inseguridad, puede buscar apoyo en personas y comunidades que lo acompañen con respeto, escucha y esperanza.



Iluminación

La adolescencia es una etapa de búsqueda de identidad, aceptación y pertenencia. Las críticas, comparaciones, burlas o experiencias de exclusión pueden afectar la manera en que una persona se percibe a sí misma. La fe cristiana recuerda que el valor de cada persona no depende de la aprobación de los demás, sino de su dignidad como hijo o hija de Dios.

El acompañamiento cristiano no consiste en negar las dificultades ni en ofrecer respuestas rápidas. Implica escuchar, respetar los procesos, ayudar a reconocer fortalezas y, cuando una situación lo requiere, buscar el apoyo de adultos responsables o profesionales capacitados. La comunidad creyente está llamada a ser un espacio donde nadie sea ridiculizado, discriminado o excluido.



Marco doctrinal

Toda persona posee una dignidad inviolable porque ha sido creada y amada por Dios. La comunidad cristiana está llamada a acompañar el crecimiento humano y espiritual de adolescentes y jóvenes con cercanía, paciencia y respeto, favoreciendo relaciones que ayuden a descubrir el propio valor y a crecer en esperanza.

Fundamentación bíblica

- «No temas, porque yo estoy contigo» (Is 41,10).
- «Yo he venido para que tengan vida y la tengan en abundancia» (Jn 10,10).
- «Antes de formarte en el vientre te conocí» (Jer 1,5).

Enseñanza de la Iglesia

La Iglesia invita a acompañar a los jóvenes reconociendo sus preguntas, búsquedas y dificultades. El acompañamiento auténtico ayuda a crecer en la confianza en Dios, en la propia dignidad y en la capacidad de construir relaciones sanas con los demás.



Actividad sugerida: “Lo que no siempre se ve: mi valor más allá de las etiquetas”

Materiales: una hoja con la silueta de una persona y lápices o colores.

- En el exterior de la silueta, cada adolescente escribe palabras o etiquetas que con frecuencia se utilizan para juzgar a las personas por su apariencia, conducta o grupo de pertenencia. No es necesario escribir experiencias personales.
- En el interior, escribe cualidades, sueños, valores, capacidades y aspectos de su persona que desea seguir descubriendo y fortaleciendo.
- En una tercera zona de la hoja escribe: “Lo que Dios me recuerda acerca de mi dignidad”. Puede apoyarse en una de las citas bíblicas del encuentro.
- El compartir será voluntario. El facilitador evitará solicitar relatos de humillación, violencia o situaciones personales delicadas frente al grupo.

Preguntas para reflexionar

- ¿Qué etiquetas o comparaciones pueden hacer daño a una persona?
- ¿En qué baso mi propio valor: en la opinión de otros o en una mirada más profunda sobre quién soy?
- ¿Quiénes son personas seguras y respetuosas a las que puedo acudir cuando necesito apoyo?
- ¿Cómo puedo acompañar a alguien que se siente rechazado o incomprendido?
- ¿Qué me recuerda Dios acerca de mi dignidad?

Compromiso

Durante la semana evitaré una actitud concreta de burla, comparación o prejuicio y realizaré un gesto de respeto, escucha o apoyo hacia una persona que lo necesite. También dedicaré un momento de oración para agradecer a Dios por mi vida y mi dignidad.

Ficha 2

APERTURA A UN PROCESO PERMANENTE DE CRECIMIENTO EN LA FE.



Propósito

Promover en el adolescente la disposición para alimentar y madurar su fe mediante la escucha de la Palabra de Dios, la oración, la vida sacramental, la participación comunitaria y las expresiones de piedad popular que ayuden a encontrarse con Cristo y a vivir el Evangelio.



Iluminación

La fe no se reduce a conocer contenidos ni a participar ocasionalmente en una celebración. Como toda relación, necesita tiempo, escucha, aprendizaje y práctica. El adolescente puede ir descubriendo diferentes caminos para crecer: leer la Palabra de Dios, orar, participar conscientemente en la liturgia, acercarse a los sacramentos, conversar con personas de fe y participar en la vida de la comunidad.

Las expresiones de piedad popular —fiestas patronales, peregrinaciones, devociones, cantos y tradiciones religiosas— pueden ayudar a expresar y fortalecer la fe cuando conducen al encuentro con Cristo, a la oración, a la fraternidad y a una vida coherente con el Evangelio.



Marco doctrinal

La formación cristiana es un proceso permanente que integra conocimiento, oración, celebración y vida. La Palabra de Dios, los sacramentos y la comunidad ayudan al creyente a madurar y a unir lo que cree con la manera en que vive y se relaciona.

Fundamentación bíblica

- «Tu palabra es lámpara para mis pasos» (Sal 119,105).
- «Donde dos o tres se reúnen en mi nombre, allí estoy yo en medio de ellos» (Mt 18,20).
- «Permanezcan en mi amor» (Jn 15,9).

Enseñanza de la Iglesia

La Iglesia anima a adolescentes y jóvenes a participar activamente en la vida litúrgica y comunitaria, descubriendo en la oración, la Palabra y los sacramentos la fuerza para vivir como discípulos de Cristo. La formación ayuda a comprender los signos de la fe y a participar en ellos con mayor conciencia.



Actividad sugerida: “Lo que no siempre se ve: signos que alimentan mi fe”

- Realizar, cuando sea posible, una visita guiada al templo en un ambiente de respeto y recogimiento.
- El facilitador selecciona previamente algunos signos y espacios: altar, ambón, sede, pila bautismal, sagrario, imágenes, cruz, velas u otros elementos presentes en el lugar.
- Para cada signo, los adolescentes responden: “¿Qué veo?”, “¿Qué significa?” y “¿Cómo puede ayudarme a vivir mi fe?”.
- Si se trabaja una expresión de piedad popular de la comunidad, se añade: “¿Qué valor evangélico expresa?” y “¿Cómo puede conducirnos a una vida más coherente con Jesús?”.

Preguntas para reflexionar

- ¿Qué lugar ocupa Dios en mi vida cotidiana?
- ¿Qué práctica concreta me ayuda más a encontrarme con Él?
- ¿Participo en la liturgia sólo por costumbre o intento comprender y vivir lo que celebro?
- ¿Qué puedo aprender de las expresiones de fe de mi comunidad?
- ¿Qué aspecto de mi formación cristiana necesito fortalecer?

Compromiso

Elegiré una práctica concreta y realista para esta semana: leer un breve pasaje del Evangelio, dedicar un tiempo a la oración, participar conscientemente en una celebración o acercarme a una actividad formativa de mi comunidad.

Ficha 3

CAPACIDAD PARA PREGUNTAR, DIALOGAR Y PROFUNDIZAR EN LOS FUNDAMENTOS DE LA FE.



Propósito

Favorecer en el adolescente una actitud de búsqueda sincera, ayudándolo a expresar preguntas, escuchar distintas inquietudes y profundizar en los fundamentos de la fe mediante la Biblia, la catequesis y la enseñanza de la Iglesia.



Iluminación

Preguntar no es lo contrario de creer. La fe puede madurar cuando la persona se atreve a expresar lo que no comprende, distingue entre una duda, una dificultad y un desacuerdo, y busca respuestas con paciencia. La adolescencia es una etapa especialmente propicia para aprender a formular preguntas sobre Dios, la Iglesia, la moral, el sufrimiento, la oración y el sentido de la vida.

El diálogo cristiano exige escuchar con respeto, evitar burlas y reconocer que no todas las preguntas tienen una respuesta inmediata o sencilla. Cuando el animador no conoce una respuesta, puede decirlo con claridad, investigar en fuentes confiables y retomar el tema posteriormente.



Marco doctrinal

La fe cristiana valora la razón, la búsqueda de la verdad y el diálogo. La catequesis no sólo transmite contenidos: también ayuda a comprender, relacionar, discernir y vivir el mensaje cristiano de manera consciente y responsable.

Fundamentación bíblica

- «Estén siempre dispuestos a dar razón de la esperanza que hay en ustedes» (1 Pe 3,15).
- «Conocerán la verdad y la verdad los hará libres» (Jn 8,32).
- «Pidan y se les dará; busquen y encontrarán» (Mt 7,7).

Enseñanza de la Iglesia

La Iglesia promueve espacios de formación y diálogo donde los jóvenes puedan expresar libremente sus preguntas e inquietudes, profundizar en la fe y aprender a dar razones de su esperanza con respeto y humildad.



Actividad sugerida: “Preguntas que hacen crecer la fe”

- Colocar una caja para recibir preguntas anónimas sobre Dios, la Iglesia, la Biblia, la vida cristiana o temas que los adolescentes deseen comprender mejor.
- El facilitador agrupa preguntas semejantes y selecciona algunas para dialogar en el encuentro. No debe ridiculizar ninguna pregunta ni identificar a quien la escribió.
- Las respuestas se buscan a partir de la Biblia, el Catecismo u otros materiales formativos aprobados por la comunidad. Si una pregunta requiere mayor estudio, se registra para responderla en un encuentro posterior.
- Al final, cada adolescente escribe una pregunta que desea seguir investigando y una fuente o persona confiable a la que puede acudir.

Preguntas para reflexionar

- ¿Qué preguntas tengo actualmente sobre la fe?
- ¿Me permito preguntar con libertad y respeto?
- ¿Cómo reacciono cuando alguien piensa de manera diferente?
- ¿Dónde busco respuestas cuando tengo dudas?
- ¿Qué tema de la fe me gustaría comprender mejor?

Compromiso

Elegiré una pregunta personal sobre la fe y buscaré una respuesta en una fuente confiable —Biblia, Catecismo, material catequético o acompañamiento adecuado— para compartir después lo que aprendí.

Ficha 4

PARTICIPACIÓN EN LA COMUNIDAD CREYENTE Y CONSTRUCCIÓN DE RELACIONES SANAS EN LA VIDA ECLESIAL.



Propósito

Fomentar en el adolescente el sentido de pertenencia y corresponsabilidad dentro de la comunidad cristiana, promoviendo relaciones sanas, respetuosas y seguras con sacerdotes, catequistas, agentes pastorales, otros jóvenes y demás miembros de la Iglesia.



Iluminación

La fe cristiana se vive en comunidad. Participar en la Iglesia significa celebrar, aprender, servir, compartir responsabilidades y reconocer que cada bautizado tiene algo que aportar. Una comunidad sana no depende únicamente de sus ministros: se construye cuando sus miembros se escuchan, colaboran, respetan las diferencias y cuidan especialmente a quienes necesitan apoyo.

Las relaciones dentro de la Iglesia deben respetar la dignidad, la libertad y los límites de cada persona. El acompañamiento espiritual y pastoral nunca debe basarse en presión, miedo, manipulación ni secretos impropios. Los adolescentes tienen derecho a ser escuchados y protegidos, y pueden acudir a adultos de confianza y a los canales de protección de la comunidad si alguna interacción los hace sentir inseguros o vulnerados.



Marco doctrinal

La Iglesia es el Pueblo de Dios convocado por Cristo y animado por el Espíritu. Sus miembros poseen diferentes dones, servicios y responsabilidades, pero comparten una misma dignidad bautismal. La comunión eclesial se expresa en la participación, la corresponsabilidad, el servicio y el cuidado mutuo.

Fundamentación bíblica

- «Ustedes son el cuerpo de Cristo y cada uno es un miembro» (1 Co 12,27).
- «Ámense unos a otros como yo los he amado» (Jn 13,34).
- «Perseveraban en la enseñanza de los apóstoles, en la comunión, en la fracción del pan y en las oraciones» (Hch 2,42).

Enseñanza de la Iglesia

La Iglesia invita a los jóvenes a integrarse activamente en la comunidad cristiana mediante la celebración, la formación, el servicio pastoral y las acciones solidarias. La participación juvenil debe darse en ambientes donde se promuevan el respeto, la confianza, la corresponsabilidad y la protección de

todas las personas.



Actividad sugerida: “Una comunidad donde todos aportamos”

- Preparar un encuentro con diversos miembros de la comunidad: un sacerdote, catequista, servidor, joven o integrante de algún ministerio, procurando diversidad de servicios y experiencias.
- Cada invitado responde brevemente: “¿Qué servicio realizo?”, “¿Qué he aprendido?”, “¿Qué necesito de los demás para servir mejor?” y “¿Cómo cuidamos que nuestra comunidad sea un espacio seguro y fraterno?”.
- Después, los adolescentes elaboran un “mapa de comunidad”: celebraciones, grupos, servicios, espacios de formación y acciones solidarias en las que podrían participar según su edad e intereses.
- Cada adolescente elige una posibilidad de participación que le parezca realista, sin que implique asumir responsabilidades propias de los adultos.

Preguntas para reflexionar

- ¿Me siento parte de mi comunidad cristiana? ¿Por qué?
- ¿Qué personas o experiencias me han ayudado a crecer en la fe?
- ¿Qué puedo aportar de manera realista a mi parroquia o comunidad?
- ¿Qué actitudes ayudan a construir una comunidad sana, segura y fraterna?
- ¿Sé a quién acudir si necesito acompañamiento o si una situación dentro de la comunidad me hace sentir incómodo o inseguro?

Compromiso

Participaré en una actividad comunitaria, litúrgica, formativa o de servicio adecuada a mi edad. Procuraré vivirla con respeto, colaboración y corresponsabilidad, reconociendo que pertenecer a la Iglesia también implica cuidar la dignidad y el bienestar de los demás.

Síntesis del fichero

Nazareth enseña que la fe también crece en lo cotidiano. El adolescente necesita descubrir que puede apoyarse en Dios y en una comunidad que lo acompañe, alimentar su fe mediante la Palabra, la oración y los sacramentos, expresar con libertad sus preguntas y participar responsablemente en la vida de la Iglesia. La trascendencia no lo separa de la realidad: lo ayuda a mirar su historia, sus relaciones y sus decisiones desde la presencia de Dios.

Esta versión revisada conserva las cuatro capacidades y la estructura formativa del fichero original, con ajustes de redacción, mejor vinculación con la dimensión de trascendencia, actividades diferenciadas y criterios de acompañamiento y protección pastoral adecuados para adolescentes.



Arquidiócesis
de Tlalnepantla

TIERRA DE EN MEDIO

NAZARETH
Fichero 5

RELACIÓN CON LA CREACIÓN



Nazareth es el lugar...

- **Del crecimiento integral:** Jesús iba creciendo «en sabiduría, en estatura y en gracia delante de Dios y de los hombres» (Lc 2,52). Nazareth representa el tiempo de la vida cotidiana en el que el crecimiento humano y espiritual se va realizando de manera progresiva.
- **De las relaciones familiares:** Jesús creció como hijo de María y José y como miembro de una familia y de una comunidad concreta. En ese ambiente vivió vínculos de cuidado, pertenencia, responsabilidad y convivencia.
- **De la educación y del crecimiento en la fe:** Jesús participó en la vida religiosa de su pueblo, escuchó y profundizó las Escrituras, peregrinó a Jerusalén y aprendió a vivir la fe dentro de la tradición de Israel.
- **De la amistad y la vida comunitaria:** Jesús creció entre familiares, vecinos y personas de su pueblo. Nazareth recuerda que la madurez también se construye aprendiendo a convivir, escuchar, colaborar y crear relaciones sanas.
- **Del aprendizaje sociocultural y del trabajo:** Jesús creció dentro de una cultura concreta, con su lengua, tradiciones, territorio y formas de trabajo. La vida cotidiana fue también espacio de formación y responsabilidad.
- **Del discernimiento y la preparación:** Nazareth es un tiempo de crecimiento y preparación en el que Jesús vive con fidelidad la voluntad del Padre y se dispone para asumir públicamente su misión.

Personajes

- **Jesús**, el Hijo de Dios hecho hombre, que vivió un auténtico crecimiento humano dentro de una familia, un pueblo y una comunidad creyente.
- **José y María**, quienes acogieron la misión de cuidar y educar a Jesús, acompañándolo en su crecimiento humano, familiar, social y religioso.
- **La familia ampliada y las personas cercanas**, espacio de relaciones, pertenencia, escucha, confianza y aprendizaje compartido.
- **La sociedad**, formada por vecinos, trabajadores, amigos y otras personas que hacen posible la vida comunitaria y contribuyen a la formación humana.
- **La comunidad creyente**, en la que la sinagoga, las Escrituras, las fiestas y la peregrinación al Templo formaban parte de la vida religiosa del pueblo.

Capacidades para desarrollar en esta dimensión

1. Capacidad para cuidar y transformar responsablemente el entorno, utilizando los bienes de la creación, el trabajo y la tecnología sin dañar a las personas ni a la casa común.
2. Disponibilidad para aprender a contemplar, agradecer y valorar la creación, descubriendo en ella signos de la bondad y sabiduría de Dios y motivaciones para cuidarla.

Criterio metodológico transversal: en Nazareth, la relación con la creación se trabaja desde la vida cotidiana. El objetivo no es repetir únicamente el agradecimiento por los dones recibidos, sino aprender hábitos concretos de cuidado, consumo responsable, trabajo bien hecho, contemplación y responsabilidad con el entorno.

Ficha 1

CAPACIDAD PARA CUIDAR Y TRANSFORMAR RESPONSABLEMENTE EL ENTORNO SIN DAÑAR A LAS PERSONAS NI A LA CASA COMÚN.



Propósito

Ayudar al adolescente a comprender que el trabajo humano, el uso de los recursos, la tecnología y las decisiones de consumo pueden contribuir al bien común cuando se realizan con responsabilidad. Se busca desarrollar hábitos cotidianos que protejan la dignidad de las personas, los bienes naturales y la casa común.



Iluminación

Nazareth fue para Jesús un tiempo de vida ordinaria, trabajo, aprendizaje y relación con un territorio concreto. La vida cotidiana también nos pone en contacto con agua, alimentos, energía, madera, papel, ropa, herramientas y muchos otros bienes que provienen de la creación y del trabajo de numerosas personas.

Cuidar la casa común no consiste solamente en realizar actividades ecológicas ocasionales. También significa aprender a usar con responsabilidad lo que tenemos, evitar el desperdicio, valorar el trabajo que hay detrás de los productos, elegir hábitos de consumo más sencillos y preguntarnos cómo nuestras decisiones afectan a otras personas y al ambiente.



Marco doctrinal

La creación es un don confiado al ser humano para cultivarlo y cuidarlo. La persona no es dueña absoluta de los bienes de la tierra: tiene la responsabilidad de utilizarlos con justicia, prudencia y solidaridad. La ecología integral vincula el cuidado ambiental con la dignidad humana, el trabajo, el bien común y la responsabilidad hacia las futuras generaciones.

Fundamentación bíblica

- «El Señor Dios tomó al hombre y lo puso en el jardín de Edén para que lo cultivara y lo cuidara» (Gn 2,15).
- «Del Señor es la tierra y todo lo que hay en ella» (Sal 24,1).
- «Dios vio todo lo que había hecho, y era muy bueno» (Gn 1,31).
- «El justo cuida de sus animales» (Pr 12,10).

Enseñanza de la Iglesia

La Iglesia invita a vivir una ecología integral que una el cuidado de la creación con la justicia social y el respeto a toda persona. El uso responsable de los bienes, la reducción del consumismo y los estilos de vida sencillos son expresiones concretas de una fe que se hace vida.



Actividad sugerida: “El taller de Nazareth: detrás de lo que usamos”

Materiales: varios objetos cotidianos, por ejemplo una botella reutilizable, una prenda de ropa, un cuaderno, un alimento, un teléfono o aparato electrónico y un objeto de madera.

- Formar equipos y entregar uno o dos objetos a cada grupo. Para cada objeto responder: ¿qué materiales naturales contiene?, ¿qué personas pudieron participar en su elaboración?, ¿qué energía, agua o transporte se necesitó?, ¿qué sucede cuando se desecha y qué opciones existen para alargar su vida útil?
- Cada equipo identifica una práctica responsable relacionada con el objeto: reducir, reparar, reutilizar, compartir, cuidar, reciclar o elegir una alternativa con menor impacto.
- Cerrar relacionando la actividad con Nazareth: trabajar, producir, utilizar y cuidar bien las cosas también puede ser una manera cotidiana de servir y respetar la creación.

Preguntas para reflexionar

- ¿Soy consciente de todo lo que hay detrás de los objetos que utilizo cada día?
- ¿Qué hábitos de consumo o desperdicio necesito revisar?
- ¿Cómo afectan mis decisiones a otras personas y al ambiente?
- ¿Cuido y aprovecho bien lo que ya tengo antes de pedir o comprar algo nuevo?
- ¿Qué puede enseñarme Nazareth sobre trabajo, sencillez y responsabilidad?

Compromiso

Elegiré un hábito concreto para practicar durante la semana y revisaré si lo cumplí: cuidar el agua o la energía, evitar un producto desechable, reparar o reutilizar algo, separar correctamente residuos, compartir un objeto que no utilizo o reducir una compra innecesaria.

Para el facilitador: es preferible que cada adolescente elija un solo compromiso concreto y verificable, en lugar de presentar una lista extensa de acciones que difícilmente podrá sostener.

Ficha 2

DISPONIBILIDAD PARA APRENDER A CONTEMPLAR, AGRADECER Y VALORAR LA CREACIÓN.



Propósito

Favorecer en el adolescente una actitud de admiración, gratitud y respeto ante la creación, aprendiendo a detenerse y reconocer en la belleza, el orden y la diversidad de la vida signos que remiten a la bondad y sabiduría de Dios.



Iluminación

La vida cotidiana suele transcurrir con prisa. Por eso, muchas veces dejamos de percibir el cielo, la lluvia, una planta que crece, el sonido de las aves, la sombra de un árbol o los cambios de luz a lo largo del día. Aprender a contemplar significa detenerse, observar con atención y agradecer lo que normalmente pasa desapercibido.

La contemplación cristiana no consiste en confundir a Dios con la naturaleza. La creación es obra de Dios y puede ayudarnos a reconocer su bondad, despertar gratitud y asumir una responsabilidad más profunda por aquello que contemplamos. Quien aprende a admirar también puede aprender a cuidar.



Marco doctrinal

La creación posee un valor que no depende únicamente de la utilidad que tenga para nosotros. La espiritualidad cristiana invita a reconocer el mundo como don y a cultivar una relación armónica con Dios, con los demás y con la creación. La gratitud, la sobriedad y la contemplación pueden educar el corazón para una vida más responsable.

Fundamentación bíblica

- «Los cielos cuentan la gloria de Dios» (Sal 19,2).
- «Miren las aves del cielo» (Mt 6,26).
- «¡Qué numerosas son tus obras, Señor!» (Sal 104,24).
- «Todo fue creado por medio de Él y para Él» (Col 1,16).

Enseñanza de la Iglesia

La tradición cristiana ha reconocido en la contemplación de la creación un camino de alabanza y gratitud. San Francisco de Asís es un referente de fraternidad con las criaturas y de sencillez de vida. Contemplar la creación debe llevar también a respetarla, protegerla y reconocer la relación entre el cuidado de la tierra y el cuidado de las personas.



Actividad sugerida: “Mi Nazareth cotidiano: aprender a mirar”

- Realizar una breve caminata silenciosa en un patio, jardín, calle tranquila o espacio natural cercano. Si no es posible salir, puede hacerse desde una ventana o utilizando elementos naturales disponibles en el lugar.
- Durante unos minutos, los adolescentes observan sin tomar fotografías ni utilizar el teléfono: sonidos, colores, formas, texturas, movimientos, temperatura, luz, plantas, animales y señales de la presencia humana.
- Después anotan tres cosas que normalmente pasan desapercibidas, una por la que sienten gratitud y una que perciben que necesita mayor cuidado.
- Cerrar con una oración breve de agradecimiento. El facilitador puede invitar a relacionar la contemplación con una acción: “Lo que admiro, ¿cómo puedo aprender a cuidarlo?”.

Preguntas para reflexionar

- ¿Me doy tiempo para observar y agradecer lo que me rodea?
- ¿Qué descubrí cuando hice silencio y presté atención?
- ¿Qué aspecto de la creación despierta en mí admiración o gratitud?
- ¿Qué realidad de mi entorno necesita más cuidado?
- ¿Cómo puede la contemplación ayudarme a vivir con menos prisa, menos consumo y mayor responsabilidad?

Compromiso

Durante la semana dedicaré unos minutos, al menos en tres momentos distintos, a observar conscientemente un aspecto de la creación. Después realizaré una acción sencilla de cuidado relacionada con aquello que observé y agradeceré a Dios por ese don.

Síntesis del fichero

Nazareth enseña que el cuidado de la creación se aprende en lo cotidiano. El adolescente está llamado a reconocer que los bienes que utiliza, el trabajo, la tecnología y el consumo tienen consecuencias sociales y ambientales; por ello necesita aprender a cuidar, usar responsablemente, reducir el desperdicio y valorar el trabajo de los demás. Al mismo tiempo, la contemplación ayuda a recuperar la capacidad de admirar, agradecer y proteger aquello que sostiene la vida.

Esta versión revisada conserva las dos capacidades y la estructura formativa del fichero original, corrige redacción y referencias, diferencia el enfoque propio de Nazareth respecto de otros módulos y fortalece la relación entre vida cotidiana, trabajo, consumo responsable, contemplación y cuidado de la casa común.



Arquidiócesis
de Tlalnepantla

TIERRA DE EN MEDIO