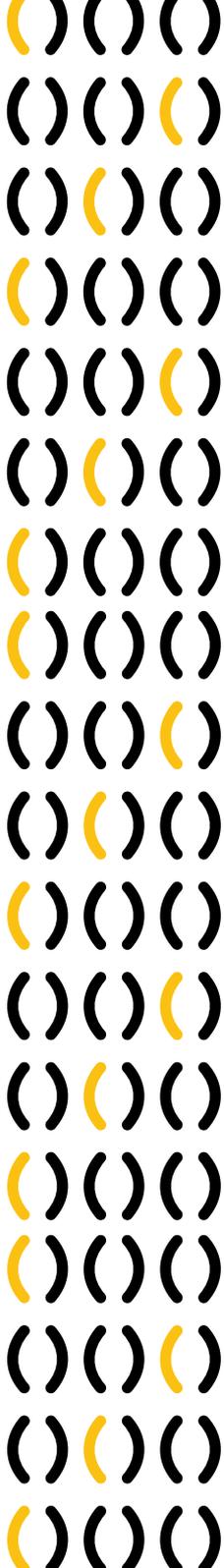


# RISE UP+

ENCUENTRO #7





# DIARIO DEL PEREGRINO – AÑO 1

## Itinerario de preparación para la JMJ Lisboa 2023

### Ficha técnica

*Nada se detiene*

1 de noviembre de 2020, Solemnidad de todos los Santos.

Don (S. E. Mons) Joaquim Mendes, Obispo Auxiliar del Patriarcado de Lisboa.

### Textos bíblicos

CEP, Biblia, Los Cuatro Evangelios y los Salmos 2019

Edición litúrgica de los textos Bíblicos

### Elaboración

Dirección de Pastoral y Eventos centrales

De la Jornada Mundial de la Juventud Lisboa 2023

### Ilustraciones

Mário Linhares

### Fotografías

Vatican Media

### Diseño Gráfico

Douglas Azevedo

Leila Ferreira

Fundación Salesianos

### Propiedad

Fundación JMJ Lisboa 2023

### Equipo de redacción

Alice Neto (Parroquia de Alcochete, Diócesis de Setúbal); Padre André Batista (Secretariado Diocesano de la Pastoral Juvenil, Diócesis de Leiria - Fátima); Padre Bruno Dinis (Misionarios Pasionistas); Carlota Cardoso (Parroquia de San Julián de Tojal, Patriarcado de Lisboa); Júlio Torres (Parroquia de Vialonga, Patriarcado de Lisboa); Lílíana Maia (laicos Misionarios Combonianos); Hermana Linda Vieira (Hijas de María Auxiliadora, Salesianas); Hermana Lisete de Natividad (Hermanas Doroteas); Padre Luis Rafael Azevedo (Departamento Diocesano de la Pastoral Juvenil, Diócesis de Lamego); María Lopes (Parroquia de la Póvoa de Santa Iria, Patriarcado de Lisboa); Hermana Marta Mendes (Alianza de Santa María); Pedro Feliciano (Servicio de la juventud, Patriarcado de Lisboa); Romana Esteves (Parroquia de Olhavo, Patriarcado de Lisboa); Rui Lourenço Teixeira (Cuerpo Nacional de Escutas); Hermana Sandra Bartolomeu (Siervas de Nuestra Señora de Fátima); Padre Tiago Netro (Patriarcado de Lisboa).

### Revisión teológica

S.E. Mons. Vitorino José Pereira Soares (Obispo Auxiliar de la Diócesis de Porto).

Conigo Luís Miguel Figueiredo Rodrigues (Arquidiócesis de Braga)

Padre Mário José Rodrigues de Sousa (Diócesis del Algarve)



# #7

# LEVÁNTATE Y VIVE

los objetivos de este encuentro son:

- Profundizar el mensaje del Papa para la JMJ 2020.
- Sentir cómo Jesús está presente en las situaciones de vida y de muerte de la propia existencia.
- Enfrentarse a la vivencia real de tus sueños y cómo te esfuerzas por conseguirlos.

# PREPÁRATE

## La Cruz de la JM



«Queridísimos jóvenes, al clausurar el Año Santo, os confío el signo de este Año Jubilar: ¡la Cruz de Cristo! Llevadla por el mundo como signo del amor del Señor Jesús a la humanidad, y anunciad a todos que solo en Cristo muerto y resucitado hay salvación y redención».

En el Año Santo de la Redención (1983-1984), el papa Juan Pablo II decidió que una cruz debía estar cerca del altar mayor de la basílica de San Pedro, donde todos pudieran verla. Así fue instalada una gran cruz de madera, de una altura de 3,8 m, tal como él la deseaba. Al final del Año Santo, después de cerrar la Puerta Santa, el Papa entregó esa misma cruz a la juventud del mundo, representada por los jóvenes del Centro Internacional Juvenil San Lorenzo en Roma.

Uno de los momentos más importantes de una JM es la celebración de la Vía Crucis, en el cual nos enfrentamos al misterio de la vida, pasión, muerte y resurrección de Jesucristo. Acojamos también nosotros la Cruz de nuestro Salvador con el himno de la Jornada Mundial de la Juventud de Roma 2000.

Homilía del  
Papa san Juan  
Pablo II,  
22 de abril 1984

## Emmanuel

Marco Brusati,  
Mauro Mammoli,  
Massimo Versaci



Del horizonte una gran luz viaja por la historia  
ha vencido a la oscuridad,  
haciéndose memoria  
E iluminando nuestra vida, nos revela claro  
que no se vive si no se busca a la Verdad.

Por mil caminos llegamos a Roma,  
siguiendo nuestra fe,  
sentimos el eco de la Palabra que aún resuena  
desde estos muros y este cielo por el mundo entero:  
el Hombre Verdadero está vivo: Cristo está aquí

**Y aquí, bajo la misma luz,  
bajo su misma cruz,  
cantamos a una voz:  
Emmanuel, Emmanuel, Emmanuel.  
Emmanuel, Emmanuel.**

El gran regalo que Dios nos hizo es Cristo,  
su Hijo,  
en Él la humanidad tiene vida y salvación.  
Es verdadero Dios y Hombre,  
es Pan de Vida,  
que a todo hombre, a sus hermanos él mismo dará.

La muerte acaba, vence la vida, es Pascua  
en todo el mundo,  
un viento sopla en cada hombre,  
Espíritu fecundo lleva adelante nuestra historia  
la Iglesia como esposa,  
bajo los ojos de María, en comunidad.



Os q transportavam  
par e Ele disse:  
"Jovem, Eu te digo: **LEVANTA-TE!**"

tocou no  
nd se,  
ção.



# ESCUCHA

## Lectura del Evangelio según San Lucas (7, 11-17)



<sup>11</sup>Jesús se dirigió poco después a un pueblo llamado Naín, y con él iban sus discípulos y un buen número de personas.

<sup>12</sup>Cuando llegó a la puerta del pueblo, sacaban a enterrar a un muerto: era el hijo único de su madre, que era viuda, y mucha gente del pueblo la acompañaba. <sup>13</sup>Al verla, el Señor se compadeció de ella y le dijo: «No llores».

<sup>14</sup>Después se acercó y tocó el féretro. Los que lo llevaban se detuvieron. Dijo Jesús entonces: «Joven, yo te lo mando, levántate». <sup>15</sup>Se incorporó el muerto inmediatamente y se puso a hablar. Y Jesús se lo entregó a su madre.

<sup>16</sup>Un santo temor se apoderó de todos y alababan a Dios, diciendo: «Es un gran profeta el que nos ha llegado. Dios ha visitado a su pueblo». <sup>17</sup>Lo mismo se rumoreaba de él en todo el país judío y en sus alrededores.

Palabra del Señor.

R/ Gloria a ti, Señor Jesús.



# Mensaje del Papa Francisco para la Jornada Mundial de la Juventud 2020

## Los gestos de Jesús

Este pasaje nos cuenta como Jesús, entrando en la ciudad de Naín, en Galilea, se encontró con un cortejo fúnebre que acompañaba a la sepultura de un joven, hijo único de una madre viuda. Jesús, impresionado por el dolor desgarrador de esa mujer, realizó el milagro de resucitar a su hijo. Pero el milagro llegó después de una secuencia de actitudes y gestos: «Al verla, el Señor se compadeció de ella y le dijo: “No llores”. Y acercándose al féretro, lo tocó y los que lo llevaban se pararon». (Lc 7, 13-14).

### 1. Ver el dolor y la muerte

Jesús, entrando en la ciudad de Naín, en Galilea, se encontró con un cortejo fúnebre que acompañaba a la sepultura de un joven, hijo único de una madre viuda.

Jesús puso su mirada atenta, no distraída, en ese cortejo fúnebre. En medio de la multitud percibió el rostro de una mujer con un sufrimiento extremo. Su mirada provocó el encuentro, fuente de una vida nueva. No hubo necesidad de muchas palabras.

### 2. Tener compasión

Con frecuencia, las Sagradas Escrituras expresan el estado de ánimo de quien se deja tocar «hasta las entrañas» por el dolor ajeno. La conmoción de Jesús lo hace partícipe de la realidad del otro. Toma sobre sí la miseria del otro. El dolor de esa madre se convierte en su dolor. La muerte de ese hijo se convierte en su muerte.

### 3. Acercarse y «tocar»

Jesús detiene el cortejo fúnebre. Se acerca, se hace prójimo. La cercanía nos empuja más allá y se hace gesto valiente para que el otro viva. Gesto profético. Es el toque de Jesús, el Viviente, que comunica la vida. Un toque que infunde el Espíritu Santo en el cuerpo muerto del muchacho y reaviva de nuevo sus funciones vitales.

Ese toque penetra en la realidad del desánimo y de la desesperación. Es el toque de la divinidad, que pasa también a través del auténtico amor humano y abre espacios impensables de libertad, dignidad, esperanza, vida nueva y plena. La eficacia de este gesto de Jesús es incalculable. Esto nos recuerda que también un signo de cercanía, sencillo pero concreto, puede suscitar fuerzas de resurrección.

### 4. «¡Joven, a ti te digo, levántate!»

**Papa Francisco,** El Evangelio no dice el nombre del muchacho que Jesús resucitó en Naín. Esto es una invitación al lector para que se identifique con él.

**Mensaje para la XXXV JMJ 2020**



# ACOGE

## La palabra del Papa



### 1. Ver el dolor y la muerte

Pienso en tantas situaciones negativas vividas por vuestros coetáneos. Hay quien, por ejemplo, se juega todo en el hoy, poniendo en peligro su propia vida con experiencias extremas. Otros jóvenes, en cambio, están «muertos» porque han perdido la esperanza. Escuché decir a una joven: «Entre mis amigos veo que se ha perdido el empuje para arriesgar, el valor para levantarse». Por desgracia, también entre los jóvenes se difunde la depresión, que en algunos casos puede llevar incluso a la tentación de quitarse la vida. Cuántas situaciones en las que reina la apatía, en las que caemos en el abismo de la angustia y del remordimiento. Cuántos jóvenes lloran sin que nadie escuche el grito de su alma. A su alrededor hay tantas veces miradas distraídas, indiferentes, de quien quizás disfruta de sus propios momentos de gozo manteniéndose a distancia.

Hay quien sobrevive en la superficialidad, creyéndose vivo mientras por dentro está muerto (cf. Ap 3, 1). Uno se puede encontrar con veinte años arrasando su vida por el suelo, sin estar a la altura de la propia dignidad. Todo se reduce a un «dejar pasar la vida» buscando alguna gratificación: un poco de diversión, algunas migajas de atención y de afecto por parte de los demás... Hay también un difuso narcisismo digital, que influye tanto en los jóvenes

como en los adultos. Muchos viven así. Algunos de ellos puede que hayan respirado a su alrededor el materialismo de quien solo piensa en hacer dinero y alcanzar una posición, casi como si fuesen las únicas metas de la vida. Con el tiempo aparecerá inevitablemente un sordo malestar, una apatía, un aburrimiento de la vida cada vez más angustioso.

Las actitudes negativas también pueden ser provocadas por los fracasos personales, cuando algo que nos importaba, para lo que nos habíamos comprometido, no progresa o no alcanza los resultados esperados. Puede suceder en el ámbito escolar, con las aspiraciones deportivas, artísticas... El final de un «sueño» puede hacernos sentir muertos. Pero los fracasos forman parte de la vida de todo ser humano, y en ocasiones pueden revelarse también como una gracia.

### 2. Tener compasión

En muchas ocasiones los jóvenes demostráis que sabéis con-padecer. Es suficiente ver cuántos de vosotros se entregan con generosidad cuando las circunstancias lo exigen. No hay desastre, terremoto, aluvión que no vea ejércitos de jóvenes voluntarios disponibles para echar una mano. También la gran movilización de jóvenes que quieren defender la creación testimonia vuestra capacidad para oír el grito de la tierra.

Queridos jóvenes: No os dejéis robar esa sensibilidad. Que siempre podáis escuchar el gemido de quien sufre; de los que lloran y mueren en el mundo actual. «Ciertas realidades de la vida solamente se ven con los ojos limpios por las lágrimas» (Christus vivit, 76). Si sabéis llorar con quien llora, seréis verdaderamente felices. Muchos de vuestros coetáneos carecen de oportunidades, sufren violencia, persecución. Que sus heridas se conviertan en las vuestras, y seréis portadores de esperanza para este mundo. Podréis decir al hermano, a la hermana: «Levántate, no estás solo», y hacer experimentar que Dios Padre nos ama y que Jesús es su mano tendida para levantarnos.

### 3. Acercarse y tocar

Sí, también vosotros jóvenes podéis acercaros a las realidades de dolor y de muerte que encontráis, podéis tocarlas y generar vida como Jesús. Esto es posible, gracias al Espíritu Santo, si vosotros antes habéis sido tocados por su amor, si vuestro corazón ha sido enternecido por la experiencia de su bondad hacia vosotros. Entonces, si sentís dentro la conmovedora ternura de Dios por cada criatura viviente, especialmente por el hermano hambriento, sediento, enfermo, desnudo, encarcelado, entonces podréis acercaros como Él, tocar como Él, y transmitir su vida a vuestros amigos que están muertos por dentro, que sufren o han perdido la fe y la esperanza.

### 4. «¡Joven, a ti te digo, levántate!»

Sabemos bien que también nosotros cristianos caemos y nos debemos levantar continuamente. Solo quien no camina no cae, pero tampoco avanza. Por eso es necesario acoger la ayuda de Cristo y hacer un acto de fe en Dios. El primer paso es aceptar levantarse. La nueva vida que Él nos dará será buena y digna de ser vivida, porque estará sostenida por Alguien que también nos acompañará en el futuro, sin dejarnos nunca, ayudándonos a gastar nuestra existencia de manera digna y fecunda.

Es realmente una nueva creación, un nuevo nacimiento. No es un condicionamiento psicológico. Probablemente, en los momentos de dificultad, muchos de vosotros habréis sentido repetir las palabras «mágicas» que hoy están de moda y deberían solucionar todo: «Debes creer en ti mismo», «tienes que encontrar fuerza en tu interior», «debes tomar conciencia de tu energía positiva»... Pero todas estas son simples palabras y para quien está verdaderamente «muerto por dentro» no funcionan. La palabra de Cristo es de otro espesor, es infinitamente superior. Es una palabra divina y creadora, que sola puede devolver la vida allí donde se había extinguido.

**Papa Francisco,**  
Mensaje para la  
XXXV JMJ 2020



# REZA E INTERRÓGATE

Verme a mí mismo a la luz de la Cruz de Jesús

Taizé



Per cruce[m] et passionem tuam.  
 Libera nos Domine, libera nos Domine,  
 libera nos Domine, Domine.  
 Per cruce[m] et passionem tuam.  
 Libera nos Domine, libera nos Domine,  
 libera nos Domine, Domine.  
 Per sanctam resurrectionem tuam.  
 Libera nos Domine, libera nos Domine,  
 libera nos Domine, Domine.

## Reflexión



- Y mi mirada, ¿cómo es? ¿Miro con ojos atentos, o lo hago como cuando doy un vistazo rápido a las miles de fotos de mi celular o de los perfiles sociales?
- Aquel muchacho del Evangelio volvió a la vida porque fue mirado por Alguien que quería que viviera. ¿Ya te ha mirado alguien así?
- A mi alrededor me encuentro con realidades de muerte: física, espiritual, emotiva, social. ¿Me doy cuenta o simplemente sufro las consecuencias de ello? ¿Hay algo que pueda hacer para volver a dar vida?
- Aquel joven murió demasiado pronto. Seguramente tenía muchos sueños que quedaron sin cumplir. ¿Qué sucede cuando tus sueños no se hacen realidad?

Carta a los Filipenses 2, 5-11

**Lector 1:** Tengan unos con otros los mismos sentimientos que estuvieron en Cristo Jesús.

**Lector 2:** Él, siendo de condición divina, no se apegó a su igualdad con Dios, sino que se redujo a nada, tomando la condición de servidor.

**Todos:** Tengan unos con otros los mismos sentimientos que estuvieron en Cristo Jesús.

**Lector 3:** y se hizo semejante a los hombres. Y encontrándose en la condición humana,

**Lector 4:** Se rebajó a sí mismo haciéndose obediente hasta la muerte, y muerte en una cruz.

**Todos:** Tengan unos con otros los mismos sentimientos que estuvieron en Cristo Jesús.

**Lector 5:** Por eso Dios lo engrandeció y le dio el Nombre que está sobre todo nombre,

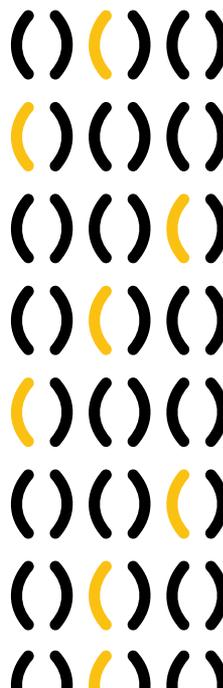
**Lector 6:** para que al Nombre de Jesús se doble toda rodilla.

**Todos:** Tengan unos con otros los mismos sentimientos que estuvieron en Cristo Jesús.

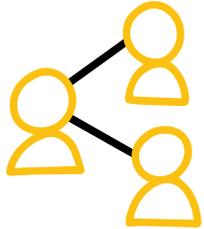
**Lector 7:** Y toda lengua proclame que Cristo Jesús es el Señor,

**Lector 8:** Para gloria de Dios Padre.

**Todos:** Tengan unos con otros los mismos sentimientos que estuvieron en Cristo Jesús.



## COMPARTE



El joven, dice el Evangelio, «empezó a hablar» (Lc 7, 15). La primera reacción de una persona que ha sido tocada y restituida a la vida por Cristo es expresarse, manifestar sin miedo y sin complejos lo que tiene dentro: su personalidad, sus deseos, sus necesidades, sus sueños.

Hablar significa también entrar en relación con los demás. Cuando estamos «muertos» nos encerramos en nosotros mismos, las relaciones se interrumpen, o se convierten en superficiales, falsas, hipócritas. Cuando Jesús vuelve a darnos vida, nos «restituye» a los demás (cf. Lc 7, 15).

«Levántate» significa también «sueña», «arriesga», «comprométete para cambiar el mundo», enciende de nuevo tus deseos, contempla el cielo, las estrellas, el mundo a tu alrededor.

Porque si tú das la vida, alguno la acoge. Y si un joven se apasiona por algo, o mejor, por Alguien, finalmente se levanta y comienza a hacer cosas grandes; de muerto que estaba, puede convertirse en testigo de Cristo y dar la vida por Él.

**Papa Francisco,**  
Mensaje para la  
XXXV JMJ 2020

Y tú, ¿cómo quieres levantarte después de este encuentro? ¿Buscas inspiración en Dios para descubrir la manera de realizar lo que Él te pide?

Establece tu compromiso personal y compártelo con tu grupo.

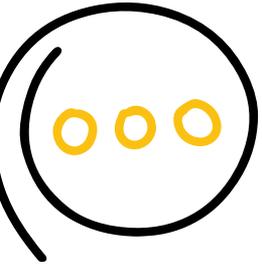
## LEVÁNTATE



También te animamos a que busques personas que han perdido a un familiar y ahora viven solas. Descubre la manera de acompañar a estas personas.

**¡Levántate y consuela a quien está triste!**

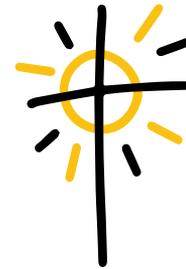
# CONTINÚA



Te recomendamos que conozcas mejor la historia de Bethany Hamilton viendo una de estas películas: Soul Surfer o Bethany Hamilton: unstoppable.

# ¡SÍ, CREO!

## + Catecismo de la Iglesia Católica



El estado de la humanidad resucitada de Cristo

**646.** La Resurrección de Cristo no fue un retorno a la vida terrena como en el caso de las resurrecciones que él había realizado antes de Pascua: la hija de Jairo, el joven de Naím, Lázaro. Estos hechos eran acontecimientos milagrosos, pero las personas afectadas por el milagro volvían a tener, por el poder de Jesús, una vida terrena «ordinaria». En cierto momento, volverán a morir. La Resurrección de Cristo es esencialmente diferente. En su cuerpo resucitado, pasa del estado de muerte a otra vida más allá del tiempo y del espacio. En la Resurrección, el cuerpo de Jesús se llena del poder del Espíritu Santo; participa de la vida divina en el estado de su gloria, tanto que san Pablo puede decir de Cristo que es «el hombre celestial».



# MI PROYECTO PERSONAL

## 7.º Paso – Acojo la Cruz



“No LLORES” (LC 7, 13)

El dolor y la muerte son realidades propias de todo ser humano, tanto a nivel físico como espiritual. En el séptimo paso de tu camino, reza y reflexiona sobre las «muertes» que ya sucedieron en tu vida.

¿Qué situación me provocó la “muerte” en el presente o en el pasado?

¿Cómo actúo ante la pérdida y la muerte (de personas, de proyectos, de opinión)?

Me fijo en la forma en que Jesús acogió la Cruz.  
¿Qué puedo aprender de ello?

Evalúo mi Paso Concreto hacia la Conversión.



*Joven, Yo te digo, ¡levántate! (Lc 7, 14)*

*¡Levántate! ¡Yo te constituyo mi testigo! (At 26, 16)*

*María se levantó y se fue con prontitud. (Lc 1, 39)*

