



En un mundo que exige rendimiento constante y perfección inmediata, nuestra propuesta puede ser profundamente contracultural: **detenerse, mirar y abrazar la propia verdad**. Acompañar sin prisa, escuchar sin juicio y confiar en que el Espíritu ya habita en el corazón de cada joven.

Esta Cuaresma puede ser menos ruido... y más profundidad.
Menos corrección... y más abrazo.

1. Educar la mirada

El primer gesto es aprender a mirar.

Muchos jóvenes viven juzgándose con dureza: por sus errores, por sus inseguridades, por no sentirse “suficientes”. Nuestra tarea empieza por prestarles una mirada distinta: más compasiva, más amplia, más paciente.

Invitémosles a preguntarse:

- ¿Qué parte de mí me cuesta aceptar?
- ¿Qué emoción intento esconder?
- ¿Qué deseo profundo habita en mí?

No para corregirlo, sino en un primer momento, para **mirarlo sin huir**.

2. Nombrar sin miedo

Lo que no se nombra se vuelve más fuerte en la sombra.

La sabiduría bíblica nos recuerda que Dios actúa en la verdad del corazón. Cuando el joven o la joven pueden reconocer: “me siento solo”, “tengo miedo”, “me comparo demasiado”, ya está comenzando un proceso de sanación.

Como agentes de pastoral:

- Creamos espacios seguros.
- Evitemos moralizar, es decir, calificar de «bueno» o «malo».
- Acojamos antes de orientar.



3. Integrar, no dividir

La mirada de Jesús no divide la vida en “lo bueno” y “lo malo” como compartimentos estancos. Ayudemos a los jóvenes a comprender que incluso sus fragilidades pueden convertirse en lugar de encuentro con Dios.

La pregunta no es:

¿Cómo elimino esta parte de mí?

Sino:

¿Qué me está diciendo? ¿Qué necesita?

4. Acompañar procesos silenciosos

No todo cambio es visible.

A veces la Cuaresma más fecunda es la que sucede en el interior: una reconciliación, una decisión más consciente, un gesto pequeño pero sincero.

Conectados significa también confiar en que Dios ya está trabajando en ellos.

Algunos recursos de nuestra Unidad de Materiales que puedes adaptar y utilizar

[Una tutoría: Amarse para amar](#)

[Meditación del Lugar seguro](#)

[Un taller oracional: La mirada de Jesús](#)