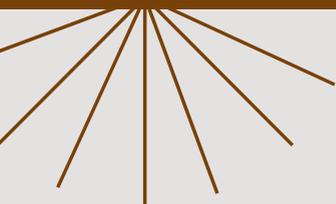


# “PEREGRINOS DE ESPERANZA”

Programa de formación espiritual de los jóvenes ucranianos para el Año de Jubileo



## 4. MANUAL



Reunión 2  
Febrero 2025

## 2. Ropa

## Peregrinación y Confesión de Fe



### 2.1 Oración

En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén. Rey celestial. Padre nuestro. Virgen María.



### 2.2 Santo protector

## San Francisco de Acís

San Francisco de Acís nació en una familia rica en Italia a finales del siglo XII. Su juventud estuvo llena de diversión, entretenimiento y derroche. Vestía ropas lujosas, buscaba fama y respeto y soñaba con convertirse en un gran guerrero. Sin embargo, la vida de Francisco cambió después de la difícil experiencia de la guerra y el cautiverio. En ese momento, comenzó a pensar más profundamente sobre el significado de la vida y su relación con Dios.

Un día, Francisco estaba rezando en una iglesia semi-arruinada y escuchó la voz de Cristo: "Reconstruye Mi casa, que como ves está en ruinas". Al principio, comenzó literalmente a restaurar el templo, pero pronto se dio cuenta de que éste era un llamado a restaurar la Iglesia a través de la sencillez y el amor.



## 2. Ropa

## Peregrinación y Confesión de Fe



### 2.2 Santo protector

### San Francisco de Acís

Para cumplir este llamado Francisco hizo una elección radical: él renunció a la riqueza, renunció a ropas lujosas e incluso a su herencia familiar. En lugar de un traje precioso, llevaba ropas sencillas hechas de tela gruesa, atadas con una cuerda. Esta vestimenta se convirtió en un símbolo de su confianza en Dios y de su deseo de estar cerca de la gente simple.

Francisco buscó vivir auténticamente, sin ocultar su esencia tras máscaras de estatus o riqueza. Se convirtió en un símbolo de libertad de las cosas materiales y llamó a los demás a ver su singularidad en los ojos de Dios, no a través de su apariencia exterior.

¿Cómo esto está relacionado con el tema de ropa? San Francisco nos recuerda que la ropa es solamente una cosa exterior. No debe ser una máscara que oculta nuestra personalidad o un modo de lograr la aceptación de los demás. Su opción por la simplicidad nos enseña a:

Ser tú mismo. La ropa y el estatus no nos determinan: nuestra singularidad está en quiénes somos ante Dios.

Vivir con lo esencial. No te graves a ti mismo con lo exceso, que puede distraerte de lo más importante.

Confiar en Dios. De mismo modo que San Francisco debes creer en que Dios se cuida de ti incluso en las cosas más sencillas.

San Francisco enseña cómo es posible liberarse de la necesidad de “parecer” otra persona y cómo llegar a ser Abierto para la Divina Providencia. Su ejemplo inspira a los jóvenes a ir audazmente contra la corriente, valorando lo interior más que lo exterior.



## 2. Ropa

## Peregrinación y Confesión de Fe



### 2.3 La palabra de Dios

### El evangelio de Mateo 10: 9-10

No lleven nada de dinero en el cinturón, ni monedas de oro, ni de plata, ni siquiera de cobre. No lleven bolso de viaje con una muda de ropa ni con sandalias, ni siquiera lleven un bastón. No duden en aceptar la hospitalidad, porque los que trabajan merecen que se les dé alimento.

### Entretenimiento:

¿Cuál es la ropa correcta para un viaje o peregrinación? ¿Qué hace falta a poner en la maleta y qué dejar en casa? Hoy en día estamos acostumbrados a viajar con maletas con ruedas o mochilas espaciosas. Pero hubo un tiempo en que viajar era algo completamente diferente: mucho más complejo y exigente.

Jesús les da a Sus alumnos unas instrucciones particulares, dirigiéndose a los doce apóstoles que debían ir delante de Él para proclamar el Reino de Dios. Les invita a llevar consigo sólo las cosas más necesarias. Hoy en día, por el contrario, a menudo llevamos con nosotros cosas que al final resultan innecesarias y solo nos suponen una carga. A veces, cuando volvemos a casa, nos damos cuenta de que podríamos prescindir de la mayoría de las cosas.

Jesús presta la atención en algunos aspectos importantes:

1. Dinero. Es necesario, sin embargo, puede distorsionar o incluso destruir las relaciones. Jesús invita a confiar en la Divina Providencia. Incluso si hoy en día es difícil imaginar un viaje sin dinero (billetes, alojamiento, etc.), confiar en la Providencia significa dejar espacio a las sorpresas de Dios, por ejemplo, en forma de nuevos encuentros, amistades o apoyos que el dinero no puede comprar.



## 2. Ropa

## Peregrinación y Confesión de Fe

### Entretenimiento

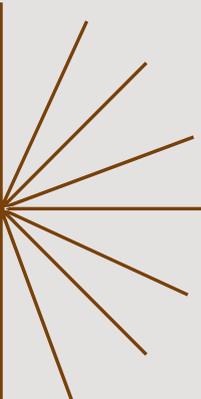


### 2.3 La palabra de Dios

2. Equipaje. Debe ser ligero. Ponerse de viaje convencido de que es necesario tomar todo lo que tienes significa que tal persona es segura de sí misma y poco dispuesta a abrirse a nuevas lecciones y regalos. Llevar equipaje ligero te ayudará a mantenerte flexible y abierto al cambio.

3. Ropa. Jesús dice: “No lleven bolso de viaje con una muda de ropa”. Es un llamado a confiar en Dios, quien provee las cosas necesarias para quienes lo aman. La ropa también es un símbolo de cómo nos presentamos a los demás. Jesús invita a sus alumnos a seguir siendo ellos mismos, a no cargarse de lo excesivo, a no esconder su esencia bajo máscaras.

Jesús también nos llama a que no nos sobrecarguemos con la planificación. No quiere que los apóstoles piensen todo en los detalles: sandalias perfectas, ropa protectora o un bastón para defensa. Más bien, nos recuerda que la proclamación del Evangelio debe ser sencilla, modesta y sin excesos, tal como vivió el mismo Jesús.



Estas instrucciones no son sólo para los apóstoles, sino también para cada uno de nosotros. La peregrinación o cualquier viaje en vida es una posibilidad de vivir con ligereza, sin carga innecesaria. Esto significa confiar en los que viajan a tu lado, confiar en la vida y confiar en Dios.

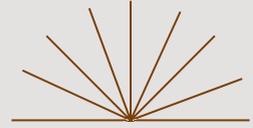


## 2. Ropa

# Peregrinación y Confesión de Fe



### 2.4 Bloque temático



La ropa: es como nos presentamos ante los demás. Es una elección consciente de una “mascara” que obliga a nuestro entorno a vernos a través de un determinado filtro. La ropa se convierte en una herramienta para ocultarnos o mostrar quiénes somos realmente. Como Juan Bautista, que vestía la ropa hecha de pelo de camello, o los peregrinos que llevan consigo una concha marina como símbolo de su viaje.

En el mundo moderno la apariencia cada vez más se convierte en un modo de mostrar la personalidad. Demuestra que el cuerpo no es algo separado del individuo, sino una parte inseparable de nuestra identidad. La forma en que elegimos presentarnos ante los demás define quiénes somos. Sin embargo, la ropa también puede convertirse en una máscara que oculta nuestra verdadera identidad, o una forma de simplemente “parecer” ser alguien que en realidad debilita nuestra identidad interior.

Por eso es muy importante liberar este ámbito de los elementos artificiales innecesarios que no corresponden con la verdad sobre nosotros. Sin embargo, al mismo tiempo vale la pena quedar los elementos que ayudan a mostrar nuestra profundidad, nuestro mundo interior.

Para un peregrino su equipo se convierte en una práctica de adquisición de sencillez y esencia verdadera. Esta esencia no consiste en las cosas que debemos ponernos en significado físico, sino en las cosas con las que debemos “vestir” nuestra alma. La búsqueda de una “ropa” correcta para la vida es el asunto de dónde “vivimos”, cómo podemos sentirnos en casa, o incluso de viaje.

Durante la peregrinación es importante encontrar tu esencia verdadera, incluso si físicamente estás lejos de casa.



## 2. Ropa

## Peregrinación y Confesión de Fe



### 2.5 Reflexiones personales

- ¿Tu ropa te oculta o descubre?
- ¿Estás consciente de tu singularidad? ¿Sientes que los demás te perciben como único/-a?
- En una peregrinación tanto la ropa como el equipo debe ser lo más sencillo posible y sólo necesario. ¿Sabes vivir con lo esencial descartando el exceso?
- La ropa que te pones ¿usualmente muestra quién es o es más como un modo de conseguir la aceptación de tu entorno?
- ¿Hubo algún momento en el que te sentiste incómodo incluso con tu “ropa”?
- ¿Sueles juzgar a la gente a base de su apariencia o puedes mirar más profundamente para conocerlos por quiénes son realmente, habiendo pasado parte del viaje de su vida con ellos?



### 2.6 Trabajo en grupos

“La ropa como un símbolo: ¿quién eres en realidad?”

Período de realización: 30 minutos

Objetivo: ayudar a los jóvenes a descubrir como la ropa y la apariencia reflejan u ocultan su esencia interior, y aprender a ver a sí mismos y a otros a través del prisma de la profundidad espiritual.

Instrucción para la realización

#### 1. Introducción del moderados (5 minutos)

El moderador les explica a los participantes:

- A menudo la ropa es una parte de nuestra identidad: muestra quienes queremos ser, sin embargo, a veces puede ocultar quienes somos en realidad.



## 2. Ropa

## Peregrinación y Confesión de Fe



### 2.6 Trabajo en grupos

- Jesús llamó a sus alumnos en el Evangelio de Mateo (10:9-10) a ser sencillos y no preocuparse demasiado por las cosas externas, sino centrarse en lo espiritual.
- Hoy vamos a investigar como la ropa ayuda o dificulta mostrar nuestra esencia, y a pensar en qué significa para nosotros “la verdadera vestidura del alma”.

#### 2. Tareas para los grupos (20 minutos)

Paso 1: Juego «Viste la historia» (10 minutos)

- Cada grupo (de 6 a 8 personas) recibe un conjunto de tarjetas con diferentes estilos de vestimenta (por ejemplo, deportiva, de negocios, festiva, histórica, ropa de peregrino pobre, etc.) o símbolos (concha de peregrino, cinturón de San Francisco, rosario, etc.).
- Tarea: elegir una tarjeta e inventar una historia breve (hasta 2 minutos) sobre una persona que lleva esta ropa.
- Los participantes deben pensar en las siguientes preguntas:
  - ¿Qué dice esta ropa sobre la persona?
  - ¿Esta ropa le ayuda a mostrar su esencia o la oculta?
  - ¿Esta persona puede ser verdadera en tal ropa?

Paso 2: Discusión en grupos (10 minutos)

Proponga a los jóvenes a responder a unas preguntas:

- ¿Es la ropa que te llevas una parte de tu personalidad o sólo una máscara?
- ¿Cómo la ropa puede influir en el modo de percepción de ti por los demás?
- ¿Qué significa para ti “la ropa del alma”? ¿Cómo describirías tu “singularidad” espiritual?
- Imagínate a ti mismo como un peregrino.

¿Qué pondrías en tu “equipaje” espiritual y a qué renunciarías, como aconsejó Jesús a los apóstoles?



## 2. Ropa

# Peregrinación y Confesión de Fe



### 2.6 Trabajo en grupos

#### 3. Resumen y reflexión (5 minutos)

El moderador reúne a todos los grupos y propone varios participantes expresen su opinión:

- ¿Qué cosas nuevas habéis entendido sobre la ropa como símbolo?
- ¿Cómo podéis “vestir” vuestra alma para mostrar vuestra esencia?
- ¿Cuál es su “vestimenta” espiritual que podríais mostrar al mundo?

El moderador termina con las palabras: “Como peregrinos debemos vestirnos con simplicidad, sinceridad y fe, dejando de lado lo innecesario. Nuestra verdadera vestimenta es aquella que refleja nuestra belleza interior y nuestra conexión con Dios”.

Resultado: Los participantes no solamente se divertirán, sino también pensarán en el modo de presentarse y si su apariencia coincide con su esencia interior. También comprenderán que la peregrinación verdadera comienza con sencillez y apertura del corazón.



### 2.7 Testimonio

#peregrinosdeesperanza  
#jubileodejovenes  
#anodejubileo2025

Animamos a los jóvenes durante todo el mes a publicar hashtags: #peregrinosdeesperanza #jubileodejovenes #anodejubileo2025

Cada día al elegir la ropa decidimos cómo nos presentaremos al mundo. Sin embargo, hay vestimenta que es más importante que cualquier imagen de moda: es la “armadura de Dios” de la que habla el apóstol Pablo en Efesios 6:11-18. Así como la ropa nos protege del frío o del calor, la armadura espiritual protege nuestra alma de las pruebas y las tentaciones. Lee este pasaje y piensa: ¿con qué “vistes” tu alma cada día? Estas tareas te ayudarán a “vestirte” de fe, verdad y justicia para estar preparado para cualquier desafío en la vida. ¡Así que, abre las Sagradas Escrituras y ponte de este viaje espiritual y elegante!



## 2. Ropa

## Peregrinación y Confesión de Fe



### 2.7 Testimonio

#peregrinosdeesperanza  
#jubileodejovenes  
#añodejubileo2025

1. “Círculo familiar” - Leed este pasaje juntos en familia y compartid lo que estas imágenes (casco de salvación, escudo de la fe, espada del espíritu, etc.) significan para vosotros en su vida.
2. “Desafío de fe fuerte” - Toma una hoja de papel y escribe en ella todas las situaciones cuando te resultó difícil mantenerte firme en tu fe o actuar de manera correcta. Encuentra en el pasaje (Efesios 6.11-18) una pieza de la armadura de Dios que te ayudará en esta lucha. Invita a tus amigos a hacer lo mismo y compartir sus pensamientos.
3. “Armadura de día” - Cada mañana antes de salir de casa, “ponte” simbólicamente tu armadura espiritual diciendo una breve oración o recordando mentalmente cada pieza de la armadura de Dios. Al final de la semana, comenta con tus amigos cómo afectó tu día.
4. “¿Quién es tu guerrero espiritual?” - Escribe una publicación o haz un video sobre una persona que sea un ejemplo de resiliencia espiritual para ti y explica cómo usa su “armadura de Dios” en la vida.



### 2.8 Oración final

Finalización del trabajo espiritual, oración a elección:  
Oración de Jesús / Rosario / Taizé / Oración en Silencio.

*Pero quisiera decirles que no nos volvemos luminosos cuando nos ponemos debajo de los reflectores, no, eso encandila. No nos volvemos luminosos cuando mostramos una imagen perfecta, bien prolijitos, bien terminaditos; no, no, aunque nos sintamos fuertes y exitosos. Fuertes y exitosos, pero no luminosos. Nos volvemos luminosos, brillamos, cuando, acogiendo a Jesús, aprendemos a amar como Él. Amar como Jesús, eso nos hace luminosos, eso nos lleva a hacer obras de amor. No te engañes, amiga, amigo, vas a ser luz el día que hagas obras de amor. Pero cuando en vez de hacer obras de amor hacia afuera, miras a ti mismo, como un egoísta, ahí la luz se apaga”.*

De la homilía del Papa Francisco durante la Celebración Eucarística del 6/08/2023 en la XXXVII Jornada Mundial de la Juventud en el Parque Tejo, Lisboa.



## 2. Ropa

## Peregrinación y Confesión de Fe



### Libros:

### Anexo

Peregrino: El viaje de Cristiano a la ciudad celestial - John Bunyan

En esta obra alegórica, John Bunyan muestra el camino espiritual de una persona como un viaje durante el cual la vestimenta del viajero simboliza su estado interior. El peregrino, al iniciar su viaje, se quita la ropa vieja, cargada de pecados, y recibe una nueva, símbolo de purificación y de fe. Como un peregrino que lleva una concha como signo de su viaje, el Peregrino muestra a través de su vestimenta y atributos quién es y hacia dónde va. Nos recuerda que nuestra ropa no es sólo una cubierta para el cuerpo, sino que puede ser un signo de nuestra identidad y elección espiritual.

Walden o la vida en los bosques - Henry David Thoreau

Thoreau considera la ropa como un espejo de la sociedad que dicta cómo debemos aparecer para cumplir con las expectativas. Rechaza las tendencias de la moda, considerándolas falsas "máscaras" que alejan a la persona de su verdadera esencia. Su elección de ropa sencilla y práctica es un rechazo a los roles sociales y un retorno a la naturalidad. Para Thoreau, la ropa no es una forma de ocultarse, sino más bien una afirmación de la unidad con la naturaleza y la propia libertad.

El Principito - Antoine de Saint-Exupéry

Este cuento de hadas-parábola revela el tema de la vestimenta a través de las imágenes de personajes que esconden su verdadera esencia detrás de atributos externos. Por ejemplo, un rey sin súbditos o un hombre ambicioso que busca admiración están ambos "vestidos" de la ilusión de su propia importancia. El Principito, por el contrario, no necesita símbolos externos, porque su verdadera esencia se manifiesta en la apertura, la sinceridad y el amor. Esto nos recuerda que la ropa es sólo una cáscara y que lo importante es lo que se esconde detrás de ella.



## 2. Ropa

## Peregrinación y Confesión de Fe



### Libros:

### Anexo

El Alquimista - Paulo Coelho

En novela el viajero Santiago también pasa por un cambio de “ropa” como parte de su búsqueda espiritual. Comienza como un pastor común, pero, rechazando la comodidad y las cosas habituales, se viste con las ropas sencillas de un buscador de la verdad. Como un alquimista que transforma la materia, él transforma su propia imagen, acercándose a su verdadera esencia. Este libro enseña que la verdadera identidad no está en la ropa, sino en cómo una persona recorre su camino y descubre su alma.

El retrato de Dorian Gray - Oscar Wilde

Esta novela ilustra vívidamente cómo la ropa puede convertirse en una máscara que oculta la esencia verdadera. Dorian Gray sigue siendo bello por fuera, pero su retrato, que refleja su estado interior, se vuelve más feo cada año. Su ropa elegante sólo crea la ilusión de pureza, mientras su alma se desintegra. Esta es una advertencia de que las apariencias pueden ser engañosas y la verdadera esencia de una persona no se revela en cómo se ve, sino en lo que lleva en su corazón.



### Películas:

Francesco (1989)

La película nos cuenta sobre la vida de San Francisco de Acís quien conscientemente rechaza a la ropa lujosa como símbolo del estatus social y elige la sencilla ropa de la humildad. Su ropa se convierte en un reflejo de la transformación interior, del deseo de progreso espiritual y de conocimiento de Dios, y del rechazo de las ilusiones del mundo material.



## 2. Ropa

## Peregrinación y Confesión de Fe



### Películas:

### Anexo

#### El camino (2010)

En esta película, el protagonista emprende una peregrinación y su ropa cambia con él, reflejando una transformación física y espiritual. El equipo del peregrino simboliza la liberación gradual de lo innecesario, recordándonos que la verdadera identidad no se encuentra en la apariencia exterior, sino en el corazón del viajero.

#### Peregrinación (2017)

Esta película histórica retrata el camino de los monjes, para quienes la vestimenta no es sólo protección sino también signo de vocación. Las vestimentas monásticas simbolizan la fidelidad a los votos y la disciplina espiritual, y los cambios en ellas indican pruebas de fe.

#### El diablo viste de Prada (2006)

En esta película la ropa actúa como un modo de estatus social y éxito, y también como una trampa. La protagonista, al cambiar de vestuario, adquiere un nuevo estatus, pero pierde parte de su propia esencia hasta que se da cuenta de que la verdadera identidad no la definen las marcas.

#### Barbie (2023)

Barbie, que siempre se ve perfecta, se enfrenta a sus limitaciones. Ella, encarnación de la belleza ideal, descubre la celulitis, los pies planos y se ve obligada a aceptar el hecho de la muerte. Debe seguir usando la máscara de Barbie perfecta pero poco realista, o aceptarse como una Barbie "habitual", con defectos, pero viva, no de plástico? La elección de la ropa se convierte en una metáfora de la elección: quién ser y cómo aceptar las propias limitaciones. Es un camino doloroso que abre una comprensión más profunda de uno mismo y de la belleza de la vida.

#### El Castillo ambulante (2004)

Esta película de animación dirigida por Hayao Miyazaki utiliza la ropa como una metáfora de cambios. La protagonista Sophie al principio se oculta detrás de la imagen de una mujer mayor, pero su belleza y fuerza interior abren a través de los cambios de su apariencia. La ropa aquí simboliza la singularidad y la libertad de ser tú mismo.

