

el QUINTO BRAZO

Una Life Night con motivo de la
bendición de la torre de
Jesucristo de la Basílica de la
Sagrada Familia de Barcelona

 LIFE TEEN
SPAIN





A menos que se indique lo contrario, los pasajes bíblicos se han tomado de la Biblia editada por la Conferencia Episcopal Española. Las citas se han tomado de la traducción al español del Catecismo de la Iglesia Católica de la Conferencia Episcopal Española.

©2026 Life Teen, Inc. Todos los derechos reservados.

Queda prohibido el uso de las marcas registradas de Life Teen® sin autorización previa. Para solicitar autorización, comuníquese con Life Teen, Inc. al 480-820-7001.

Edición del material preparatorio: Arquebisbat de Barcelona

Desarrollo y diseño de la sesión: Equipo de Life Teen España

Maquetación: Equipo de Life Teen España

Publicado por Life Teen Spain

El nombre Life Teen® y sus logotipos asociados son marcas registradas en la Oficina de Patentes y Marcas de los Estados Unidos. Queda prohibido el uso de las marcas registradas de Life Teen® sin autorización previa. Para solicitar autorización, comuníquese con Life Teen, Inc. al 480-820-7001.

EL QUINTO BRAZO

SOBRE ESTA SESIÓN

El próximo 10 de junio de 2026, centenario de la muerte del arquitecto Antoni Gaudí, el Santo Padre León XIV visitará la ciudad de Barcelona en el marco de su viaje apostólico a España, y bendecirá la torre de Jesucristo, coronado con una cruz que será el punto más alto de la basílica de la Sagrada Familia. A partir de este momento, esta cruz de cinco brazos brillará para siempre durante el día gracias a los rayos de sol, y de noche gracias a la luz que la iluminará, tal como Gaudí había planeado.

Desde Life Teen, y en base al material preparatorio para la visita que ha elaborado la Archidiócesis de Barcelona, hemos preparado esta sesión para profundizar en el sentido de esta cruz que coronará la basílica.

Creemos que puede ser un momento importante, no solo de agradecimiento y celebración, sino de profundizar en el conocimiento de la figura de Antoni Gaudí y de poder tratar con los adolescentes temas relacionados con el deseo de su corazón y de cómo Dios da respuesta y cumplimiento a ellos.

Esta sesión combina la estructura, tono y estilo de una catequesis Life Teen con un contenido trabajado y propuesto especialmente para la ocasión. Con esta ficha, las parroquias podrán trabajar el significado y la importancia de la Cruz que corona la Sagrada Familia. Además, hemos preparado un anexo para poder comprender y conocer más a Antoni Gaudí. Este anexo está pensado como material complementario para el equipo de catequistas.

Aunque la sesión está enmarcada dentro de la ciudad de Barcelona, queremos extender esta sesión a todas las parroquias de España, puesto que su contenido, reflexiones y sentido trascienden de un lugar y pueden ser aplicadas en otras ciudades sin problema.


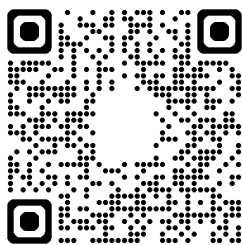
Contenido de la sesión

Esta ficha trata de guiar al equipo de catequistas para poder desarrollar una sesión de catequesis completa.

La ficha cuenta con material para estructurar la preparación entre el equipo, propuesta de ambientación, materiales extra necesarios, un fotocopiable para ser entregado a cada adolescente y formulario de valoración post-sesión,

EL MODELO LIFE TEEN

Life Teen es un método catequético que quiere ayudar a las parroquias a potenciar la pastoral juvenil, con recursos que hablan al corazón del adolescente y conectan con ellos y que son 100% fieles al magisterio de la Iglesia. En Life Teen creemos que cuando un adolescente encuentra a Cristo a través de la belleza de la Iglesia Católica, este transformará su parroquia, comunidad y cultura. Life Teen quiere acompañar y facilitar el trabajo pastoral a los equipos de catequistas de las parroquias. Cada sesión se desarrolla bajo un mismo esquema de cuatro partes, que combina el trabajo en grupo grande con el de pequeños grupos.

	<p>El modelo de una sesión de Life Teen, por Jordi Massegú</p> <p>Escanea este QR para ver como es una sesión de Life Teen</p>	
---	---	---

Gather

Cada Life Night comienza con el Gather. Durante esta parte, se da la bienvenida a los adolescentes y se les presenta el tema de la Life Night. El Gather incluye un juego o una actividad destinada a crear comunidad. Los juegos y las actividades sugeridos para el Gather pueden ser simplemente por diversión o estar directamente relacionados con los puntos de enseñanza.

Proclaim

El Proclaim proporciona la enseñanza principal sobre el tema de cada sesión. El catequista o sacerdote creará y presentará el Proclaim. La mayoría de los jóvenes de la Generación Z tienen períodos de atención muy cortos, por lo que la enseñanza deberá ser atractiva y no durar más de 15 minutos.

La Guía de enseñanza de Proclaim proporciona puntos de información y áreas para escribir notas que ayuden al presentador a elaborar una charla. También hay sugerencias de interacción para que el Proclaim sea más personal y relevante. Estos esquemas no pretenden ser guiones, sino puntos de partida para crear enseñanzas interactivas específicas para los adolescentes de su programa.

Break


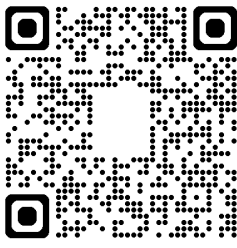
Los adolescentes necesitan procesar la información presentada en la Life Night, y el Break les brinda esa oportunidad. En grupos pequeños, los adolescentes construyen una comunidad, examinan nuevas ideas y adquieren habilidades para expresar su fe.

Recomendamos dividir a los adolescentes en grupos pequeños de ambos sexos y edades. Cada grupo pequeño debe tener de seis a diez adolescentes y estar dirigido por entre uno y dos catequistas. Ora por los participantes y tómate el tiempo para formular los grupos pequeños. Recomendamos que los grupos pequeños permanezcan iguales durante al menos un semestre, incluso durante los retiros. Sed intencionales al asignar los grupos, pero sed flexibles al responder a las solicitudes válidas de cambio de grupo.

Los adolescentes que asisten por primera vez deben permanecer con el amigo que los invitó durante el Break. Asigna a los adolescentes que vienen solos a un grupo pequeño al comienzo de la Life Night y preséntales a sus catequistas de inmediato.

Send

El Send concluye cada Life Night con una oportunidad de encontrarse con Jesús a través de la oración. Esta es una parte vital de la sesión. Se debe dejar suficiente tiempo para que el Send no se realice con apuro ni se omita. Nada más que suceda durante la Life Night importará a largo plazo si los adolescentes y catequistas no conocen personalmente a Jesús.

 LIFE TEEN	Más información acerca de Life Teen, y los programas preparados para cada edad de adolescentes	
--	---	---

EL QUINTO BRAZO

**UNA LIFE NIGHT INSPIRADA EN LA CRUZ
DE LA TORRE DE JESUCRISTO DE LA SAGRADA FAMILIA DE BARCELONA**

DE UN VISTAZO

SOBRE ESTA LIFE NIGHT

Esta Life Night utiliza el hito histórico de la inauguración de la Cruz de la torre de Jesucristo en la Sagrada Familia para darle la vuelta a la visión que los jóvenes tienen del sufrimiento y la fe. El objetivo es que entiendan que la cruz no es un símbolo de muerte, sino un faro que ilumina nuestras oscuridades con cuatro verdades inquebrantables y nos invita a alzar la mirada hacia nuestro verdadero destino: el Cielo.

PUNTOS PRINCIPALES

1. La Cruz no es un simple adorno, sino un faro iluminado en medio de nuestra propia noche que nos demuestra que nunca estamos solos.
2. A través de los cuatro brazos de la cruz, Jesús abraza todas las realidades de nuestra vida, y es una hoja de ruta para encontrar sentido pleno a nuestra existencia.
3. No fuimos creados únicamente para sobrevivir en la tierra, sino que tenemos un destino eterno: estamos hechos para el Cielo y hoy estamos llamados a alzar la mirada.

ESCRITURA

Nm 21, 4-9 | Jn 3,13-17 | Lc 24, 13-35 | Mt 5, 1-12 | Mt 28, 17-20

CATECISMO

617

PALABRAS CLAVE

Misericordia | Cruz

RECURSOS

Homilías

Papa León XIV, discurso a los jóvenes de Roma (10/01/2016)

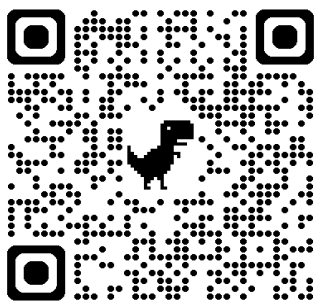
Papa León XIV, Audiencia general (26/11/2025)

Anexo

Acerca de Antoni Gaudí

Vídeo

Torre de Jesucrist (Sagrada Familia) - Escanear código qr



OBJETIVO

El objetivo de esta sesión es que los adolescentes comprendan que la Cruz de Cristo abraza todas las realidades de su vida y sientan el consuelo y la esperanza de saber que su destino final es la eternidad.

AMBIENTACIÓN

El salón principal debe estar a media luz al entrar, simulando la oscuridad de la noche. Solo habrá luces indirectas o de colores fríos (azules/morados). Podéis proyectar una imagen urbana de noche, con luces tenues.

En el centro del salón o en el escenario, una Cruz grande que imite la tridimensionalidad de la cruz que corona la Sagrada Familia de Barcelona, que pueda estar iluminada por algún foco. Podéis hacerla con cajas de cartón.

MATERIALES

Bloques de construcción tipo Jenga o Lego, antifaces para los ojos (para el Gather), copias impresas del fotocopiable “Los cinco brazos” (para el Break), bolígrafos y velas de té (para el Send)

GATHER

Construcción a ciegas

Los jóvenes se dividen en grupos donde un Constructor con los ojos vendados debe construir una torre usando piezas, guiado solo por las indicaciones verbales de sus compañeros. Los Guías no pueden tocar las piezas y deben permanecer sentados mirando al suelo, lo que dificulta la comunicación. En 5 minutos intentan crear la torre más alta posible. La dinámica muestra la dificultad de construir algo sólido sin visión ni perspectiva.

PROCLAIM

Reflexión: El quinto brazo

La reflexión de esta Life Night proporciona a los jóvenes una invitación a reconocer aquellos aspectos de lucha y dificultad de su vida, levantar la mirada y descubrir en la cruz de Cristo un faro de esperanza para sus luchas y dudas. A través del símbolo de los brazos de la cruz, se les da cuatro palabras de Dios para poder vivir su vida con propósito y fijando la mirada en el Cielo como destino.

BREAK

Fotocopia “Los cinco brazos”

Los jóvenes reciben una fotocopia que muestra la cruz de cinco brazos de la Sagrada Familia y se les invita a escribir en cada brazo horizontal una de las verdades del Proclaim junto a un aspecto concreto de su vida que desean mejorar o entregar a Dios

Conversación con pequeños grupos

Después de la actividad sobre los brazos de la cruz, los jóvenes se reunirán en pequeños grupos para conversar sobre el contenido de la sesión a partir de las preguntas establecidas.

SEND

Destino: el Cielo

La sesión concluye con un momento de oración, donde los jóvenes son invitados a mirar la cruz y entregar a Jesús las “noches” o dificultades de su vida, encendiendo una vela como símbolo de confianza y esperanza.

PREPARACIÓN

FECHA DE LA LIFE NIGHT: _____

CUATRO SEMANAS ANTES

- Leed toda la Life Night.
 - Rezad con las referencias a las Escrituras y el Catecismo.
 - Consultad las sugerencias del apartado de Recursos.
 - Seleccionad a una persona para el Proclaim y contactad con ella esta semana.
 - Mandad la Guía del Proclaim a quien presente.
-
-

DOS SEMANAS ANTES

- Asignad a los miembros del equipo de catequistas las tareas de la Hoja de trabajo de los catequistas.
 - Contactad con la persona que presente el Proclaim y pedidle la estructura y presentación, si aplica.
 - Planificad tiempo para ensayar con el presentador si es necesario.
 - Construid una cruz tridimensional, imitando la Cruz de Jesucristo de la Sagrada Familia de Barcelona.
-
-

UNA SEMANA ANTES

- Distribuid la estructura de la Life Night entre el equipo de catequistas.
- Rezad con los catequistas por la Life Night.
- Revisad los puntos clave de la Life Night.
- Explicad las tareas principales.
- Animad al equipo de catequistas a que revisen la estructura de la sesión y recen por su small group.

LA SEMANA DE LA LIFE NIGHT

- Anunciad la Life Night en las redes sociales del grupo de jóvenes de la parroquia.
- Confirmad que tenéis todos los elementos para la ambientación de la Life Night.
- Imprimid copias del fotocopiable “Los cinco brazos”.
- Conseguid los materiales necesarios para la Life Night.
- Informad al equipo de catequistas sobre sus tareas durante la sesión y facilitadles los materiales e instrucciones necesarios.
- Rezad por los adolescentes que estarán presentes y experimentarán la Life Night.

EL DÍA DE LA LIFE NIGHT

- Probad todos los elementos de audio y video de la Life Night.
- Decorad la sala con las instrucciones de la sección de Ambientación.

AMBIENTACIÓN

Usad cajas de cartón y precinto para construir una cruz inspirada en la cruz de cinco brazos que corona la Sagrada Familia de Barcelona.

Buscad focos para iluminar la cruz.

Podeis proyectar una imagen urbana nocturna de una ciudad en mitad de la noche.

Poned la cruz en medio del escenario.

MATERIALES

	Cruz de cartón para el escenario
	Fotocopiable “Los cinco brazos”
	Bolígrafos
	Velas de te

PLANIFICADOR

HORARIO

PENDIENTE

DISTRIBUCIÓN DEL SALÓN

HOJA DE TRABAJO DEL CATEQUISTA

Usad esta plantilla para la reunión del equipo de catequistas. La reunión sigue la estructura Gather-Proclaim-Break-Send.

GATHER

- Dedicad unos momentos al inicio para hablar entre los catequistas, compartiendo algunos momentos buenos y malos de la semana.
- Rezad con el equipo e incluid uno de los pasajes de las Escrituras de la Life Night. Pasaje escogido:

PROCLAIM

- Revisad la estructura de la Life Night.
- Repartid las tareas de la Life Night entre el equipo de catequistas y escribid sus nombres aquí.

BREAK

Preparación:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

Check-in:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Oración final: _____

Audio-Visual: _____

Oración inicial: _____

Proclaim: _____

- Terminad con un Ave María.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

GATHER

BIENVENIDA Y ORACIÓN INICIAL 5 min

Reuníos en el espacio de reunión principal y dad la bienvenida a los adolescentes a la Life Night. Presentad a los adolescentes o catequistas que asistan por primera vez y el catequista elegido previamente comienza con la oración.

CONSTRUCCIÓN A CIEGAS 15 min

Dividid a los jóvenes en grupos pequeños de 5 a 6 personas para fomentar la comunicación directa. Cada grupo recibirá un kit compuesto por una caja con bloques de construcción diversos (Lego, Jenga o madera) y un antifaz opaco. Dentro de cada equipo, se debe asignar un rol crucial: el “Constructor”, quien será el único con permiso para tocar las piezas, y los “Guías”, que actuarán como la visión y la estrategia del equipo. Para maximizar el impacto de la dinámica, el Constructor debe colocarse el antifaz antes de empezar, quedando en una situación de vulnerabilidad y dependencia absoluta respecto a sus compañeros.

Los equipos disponen de un tiempo limitado de 5 minutos para erigir la estructura o torre más elevada y estable posible. Se deben aplicar reglas de restricción física estrictas para generar tensión y realismo.

1. Solo el Constructor puede manipular los materiales, pero debe hacerlo sin ver nada.
2. Los Guías tienen prohibido intervenir físicamente; su único recurso es la comunicación verbal clara y precisa para orientar las manos del Constructor en el espacio.
3. Para simbolizar el peso de la realidad cotidiana, los Guías no pueden ponerse de pie ni acercarse a la mesa; deben permanecer sentados en el suelo, manteniendo la cabeza agachada y mirando hacia abajo en todo momento. Esta postura dificulta enormemente la perspectiva de la torre que se está construyendo, obligándolos a guiar desde una posición de incomodidad y visión limitada

Al terminar, el presentador retoma la palabra:

“¿Os habéis dado cuenta de lo difícil que es construir algo grande, algo que apunte hacia lo alto, cuando estás a ciegas o cuando los que te guían solo miran hacia el suelo? Así vivimos muchas veces. Vivimos mirando al suelo, concentrados en nuestra propia realidad, nuestros problemas, en nuestras pantallas, en nuestra ‘noche’. Hoy vamos a hablar de lo que pasa cuando alguien, en medio de esa oscuridad, te dice: “¡Alza la mirada!”

NOTA PASTORAL

Esta dinámica busca generar una frustración controlada que refleje la dificultad de construir algo significativo cuando estamos sumergidos en la oscuridad o cuando nuestro entorno solo nos invita a mirar el suelo. La falta de una perspectiva elevada y clara suele resultar en estructuras inestables que colapsan fácilmente, sirviendo como analogía perfecta para una vida sin un destino trascendente.

PROCLAIM

PARA EMPEZAR

Esta guía didáctica no solo marca la estructura; es una herramienta para ayudarte a conseguir una charla potente y personalizada que deje una huella duradera. Puedes conseguir que el tema sea relevante y atractivo para el grupo de jóvenes, y esta guía está pensada para apoyarte en todo el proceso.

No te prepares solo los puntos destacados, sé creativo e incorpora nuevos formatos de presentación o añade contenido de la sección de Profundiza para cautivar a tu público e inspirar a los adolescentes. Tanto si usas los recursos propuestos como si añades tus aportaciones, asegúrate de que sean atractivos visualmente, que capten la atención y que inviten a la reflexión. Consulta la sección de Profundiza al final de esta guía y destaca los aspectos que apelen más a tus jóvenes. Cuando estés presentando delante del grupo, usa mejor una biblia o el catecismo en físico para leer los pasajes en lugar de una versión digital o una ficha impresa.

Lo más importante, más allá de estas indicaciones, es ser uno mismo y dejarse guiar por el Espíritu Santo. Practica la charla, pon todo tu corazón en esta labor y confía en que tu autenticidad y humildad pueden marcar la diferencia en la vida de estos adolescentes. Si es posible, graba un ensayo del Proclaim y toma nota sobre lo que se puede mejorar o evitar. Esta guía es solo el principio, ¡lo demás está en tus manos!

PUNTOS PRINCIPALES

1. La Cruz no es un simple adorno, sino un faro iluminado en medio de nuestra propia noche que nos demuestra que nunca estamos solos.
2. A través de los cuatro brazos de la cruz, Jesús abraza todas las realidades de nuestra vida, y es una hoja de ruta para encontrar sentido pleno a nuestra existencia.
3. No fuimos creados únicamente para sobrevivir en la tierra, sino que tenemos un destino eterno: estamos hechos para el Cielo y hoy estamos llamados a alzar la mirada.

Punto principal 1:

La Cruz no es un simple adorno o un símbolo de derrota, sino un faro iluminado en medio de nuestra propia noche que nos demuestra que nunca estamos solos.

- ¿Os habéis fijado en cómo va la gente en el metro cada mañana? Algunos van a trabajar, a la universidad, escuela,... pero lo que realmente es común en la mayoría es que nadie se mira porque todos están con la cabeza agachada, mirando principalmente una pantalla, o en el mejor de los casos un libro.
- Esto también nos pasa cuando nos sentimos abrumados por algo: Un examen suspendido, una bronca en casa, una ruptura, cuando no nos sentimos queridos o a gusto... En esos momentos, si vamos caminando la postura automática es bajar la cabeza, meter las manos en los bolsillos y mirar al asfalto. Y si estamos sentados, solemos encender el móvil y mirar algo que nos distraiga.
- Vivimos en la generación de la mirada baja. Literalmente, por culpa de los móviles, y espiritualmente, porque tenemos miedos sobre el futuro, o relacionados con temas familiares, o de si me van a querer. Esto es normal porque habla del deseo que tengo en el corazón de amar y ser amado. Pero muchas veces nos genera ansiedad o inseguridad. Parece que estamos en una noche constante.
- Y en la noche, lo primero que buscamos es la luz. Alguna luz que nos ilumine. En el mar, cada puerto tiene un faro, que en medio de la incertidumbre de la ruta, del olaje, del viento, es una pequeña luz que indica el destino del barco. No solo indica tierra, sino allí donde el barco podrá amarrar, y la tripulación descansar.
- Esto pensó Gaudí: querer ofrecer a la gente de Barcelona, un símbolo que les recordase que nunca están solos. Y este símbolo es una cruz tridimensional, pensada para que se pudiese ver desde cualquier sitio de la ciudad, y pensada para ser iluminada, porque en medio de las oscuridades de nuestra vida, pudiésemos levantar la mirada y descubrir la cruz de Cristo, que nos indica que no estamos solos y que hay un destino para cada uno de nosotros.

SUGERENCIA

Proyecta de fondo una imagen de la cruz de Jesucristo de la Sagrada Familia iluminada de noche.

Punto principal 2:

A través de los cuatro brazos de la cruz, Jesús abraza todas las realidades de nuestra vida, y es una hoja de ruta para encontrar sentido pleno a nuestra existencia

- El arquitecto Antoni Gaudí no era solo un genio de la arquitectura; era un hombre que, a través de las oscuridades de su vida, tuvo un encuentro real con Jesús. Y él entendió algo que hoy nos cuesta ver. Él sabía que el mundo, que tú y yo, pasaríamos por momentos oscuros. Por eso diseñó la torre más alta de la Sagrada Familia para que terminara en una cruz iluminada. No quería poner un adorno bonito. Sino un recordatorio que, por muy oscura que pueda ser la noche de tu vida, la luz de Cristo siempre va a brillar más.
- Pero ojo, esta cruz no es normal. Tiene algo especial. Si os fijáis, tiene cuatro brazos horizontales que apuntan a los cuatro puntos cardinales de la ciudad (Norte, Sur, Este y Oeste). Gaudí diseñó estos cuatro brazos para plasmar cuatro palabras de Dios que él descubrió sobre nuestra vida aquí en la tierra. Cuatro brazos que son un mapa para salir de cualquier “noche”:
- **Primer brazo:** *‘Estoy contigo’*. Quizás en algún momento te has sentido solo. Quizás en estos momentos te sientes solos. La cruz nos recuerda que nuestras luchas, nuestro dolor o sufrimiento no pasan desapercibidos a Dios. Él mismo se encarnó, se hizo hombre, y sufrió aquí en la tierra, para poder acompañar cada herida de nuestro corazón desde la propia experiencia, para poder decirte: *“No soy un Dios lejano que observa desde un trono, sino un Dios que se hace compañero de camino en tus noches más silenciosas”*.
- **Segundo brazo:** *‘Confía’*. Jesús no renunció a la cruz. Cargó con ella. Y a través de ella vence a la muerte. Este brazo es una invitación a no querer obviar o evitar esta lucha o miedo, sino a cargarla junto con Jesús. La cruz que Gaudí diseñó nos invita a levantar la mirada para confiar en quién nos promete estar con nosotros cada día de nuestra vida. ¿Qué deseas confiarle a Jesús hoy?
- **Tercer brazo:** *‘Sígueme’*. Para descubrir que no estamos solos, la cruz nos recuerda que el camino de la vida lo debes hacer con Jesús. Y Él mismo nos invita a seguirle. Y seguirle implica amarle, querer pasar tiempo con él. Pero la cruz nos recuerda que nuestro corazón está diseñado para dar. Darnos a aquellos que tenemos en nuestro día a día.
- Vivir nuestra vida con Jesús implica dejar de ser el centro de mi propia vida. La cruz nos ayuda a cambiar la mirada: yo ya no soy el centro, elevo la mirada para reconocerle a Él, y para ver a mis hermanos.
- **Cuarto brazo:** *‘Tengo un sueño para ti’*. No eres producto del azar, ni una casualidad cósmica, sino que existes porque Dios te pensó con detalle, te amó profundamente antes de que dieras tu primer

respiro y te dotó de una identidad única. Y porque te ama, te prefiere y te conoce, te confía una misión: ser testigo con tu vida de su amor. Porque de la misma forma que la cruz ilumina la noche de Barcelona, tu vida puede ser faro para la vida de muchas otras personas.

Punto principal 3:

No fuimos creados únicamente para sobrevivir en la tierra, sino que tenemos un destino eterno: estamos hechos para el Cielo y hoy estamos llamados a alzar la mirada.

- Hasta aquí hemos hablado de los cuatro brazos horizontales que abrazan la tierra. Pero la cruz de la torre de Jesucristo tiene un *plot twist*... ¡tiene un quinto brazo!
- Este quinto brazo no apunta a los lados, no se queda en el plano de la tierra. Apunta directamente hacia arriba, hacia el infinito, hacia el origen de todo. Con este diseño, Gaudí y la Iglesia nos están gritando la verdad más importante que vas a escuchar este año: No estamos hechos para conformarnos con lo que ofrece el mundo; estamos hechos para el Cielo. Nuestro destino es el Cielo.
- Toda esa angustia que sientes a veces, ese vacío, la sensación de no gustar, o no es en realidad hambre de infinito, de plenitud. El quinto brazo te recuerda que tu destino no termina en una tumb. Tu destino es la eternidad con Dios. Si vives tu día a día (tus 4 brazos terrenales) amando y entregándote como Jesús, ese quinto brazo se convierte en el verdadero faro de nuestra vida.
- Hoy te pregunto ¿Hacia dónde vas a decidir mirar mañana al despertar? Es muy fácil dejarse arrastrar por la inercia, seguir con la cabeza gacha y la mente distraída, mendigando migajas de atención en la tierra a través de notificaciones vacías o la aprobación de personas que no conocen tu verdadero valor. Podrías elegir el camino cómodo de conformarte con lo que ves a ras de suelo, pero Jesús te ofrece hoy la valentía necesaria para alzar la mirada y reconocer el auténtico deseo de tu corazón, y tu destino real.
- No permitas que el ruido incesante del mundo, con sus críticas, sus estándares inalcanzables y sus distracciones baratas, te convenza de que eres poca cosa o de que tu vida carece de importancia. Eres, nada más y nada menos, que un hijo de Dios amado con locura y destinado al Cielo. Cada vez que sientas la tentación de rendirte ante la tristeza o la soledad, recuerda ese quinto brazo de la cruz de Gaudí: alza la mirada, endereza la espalda y respira hondo. Tu origen es divino, tu presente está abrazado por la misericordia y tu meta es la felicidad absoluta. El Cielo no es una idea lejana, es tu verdadero hogar y te está esperando con los brazos abiertos

BREAK

LOS CINCO BRAZOS 15 min

Dividid el gran grupo en pequeños grupos para poder hacer la siguiente actividad.

Dad a cada adolescente una copia del fotocopiable “Los cinco brazos”, donde hay un dibujo en 3D de la cruz de Jesucristo de la Sagrada Familia. Guiad al grupo con estas indicaciones:

1. En cada uno de los cuatro brazos horizontales, encontréis las 4 palabras que se han dicho en el Proclaim
2. Justo debajo de cada verdad, debéis escribir un aspecto concreto de vuestra vida que deseéis mejorar o entregar a Dios relacionado con ese punto (ej: “dejar de aislarme”, “ser menos envidioso”, “ayudar más en casa”).
3. En el brazo que apunta hacia arriba, deberéis escribir en mayúsculas la palabra “CIELO” y, debajo, vuestro propio nombre como firma de vuestro destino eterno.

MEJOR AÚN

Poned música instrumental de fondo para ayudar a crear un entorno de intimidad a la hora de rellenar el fotocopiable.

CONVERSACIÓN EN SMALL GROUPS 15 min

Reunid a los adolescentes en sus grupos pequeños, en los que el catequista comenzará con una

oración y dará paso a una conversación en el grupo. Utilizad las siguientes preguntas como guía, pero sed conscientes de hacia dónde dirige el Espíritu Santo la conversación. Por otra parte, no sintáis la necesidad de apresuraros para abordar todas las preguntas. Simplemente pasad a la siguiente pregunta cuando la conversación haya terminado de forma natural.

PREGUNTAS EN PEQUEÑOS GRUPOS

- Si pudieras diseñar el edificio más alto del mundo, ¿qué pondrías tú en la punta más alta y por qué?
- De los cuatro brazos horizontales de la cruz (Estoy contigo / confía / Sígueme / Tengo un sueño para ti), ¿cuál te cuesta más vivir en tu día a día? ¿Por qué?
- Muchas veces vivimos como si el mundo, nuestro instituto o nuestros problemas fuesen todo lo que existe. ¿Qué cambia en tu mente si realmente te crees que “no estás hecho para la tierra, sino para el Cielo”?
- ¿Qué significa para ti, de forma práctica y real, “alzar la mirada” en tu día a día?

SEND

DESTINO: EL CIELO 15 min

Ambientad el salón a oscuras, con solo la cruz del medio iluminada. A medida que los jóvenes vuelven al espacio de reunión después de estar con sus grupos pequeños, poned música tranquila de fondo para crear un ambiente de oración. Un catequista reparte una vela pequeña a cada adolescente.

El catequista responsable del send guía el rato de oración:

Os voy a pedir que os sentéis en el suelo. Poneos cómodos. Cerrad los ojos un momento.

Piensa en la ‘noche’ que estás atravesando ahora mismo. Ese problema en casa. Esa inseguridad brutal frente al espejo. Ese pecado que repites y que te duele. Quizás es esa sensación de que a nadie le importas. Ponle un nombre concreto a tu noche.

Deja un momento de silencio total mientras reflexionan.

Todo eso pesa. Y hace que miremos hacia abajo. Abrid los ojos y mirad la cruz que tenemos aquí delante. Hoy, Jesús te dice: ‘He vencido eso que a ti te aterra’. De esa cruz no sale muerte, sale misericordia infinita para ti.

Os invito a que, a vuestro ritmo, os levantéis. Caminemos hacia esta cruz. Físicamente, vais a tener que levantar la cabeza. Encendamos nuestra vela en la luz que hay a los pies de la cruz y dejadla ahí, como símbolo de que le entregamos nuestra ‘noche’ a Él. Y mientras lo hacemos, mirad ese quinto brazo invisible que apunta hacia arriba. Recuerda tu destino: El Cielo.”

Acompañad el momento con algún canto apropiado, mientras los adolescentes van delante de la cruz, dejan su vela, y hacen una pequeña oración personal

MEJOR AÚN

Si es posible, pedid a vuestro encargado de música que durante el Send os acompañe con cantos en directo.

Reto semanal

Esta semana, cuando salgas a la calle, guarda el móvil, párate 5 segundos, levanta la cabeza físicamente hacia el cielo y dale gracias a Dios por su amor.

AVISOS FINALES 5 min

Dad los avisos pertinentes para el cierre de sesión, luego despedid a los adolescentes.

Animad a los catequistas a participar activamente en el ministerio relacional después de la despedida, despidiendo a los jóvenes con entusiasmo y asegurándoles que rezarán por ellos durante toda la semana. Es un gran momento para anunciar la siguiente sesión en conversaciones distendidas e invitarlos a que vuelvan.

Poned música animada mientras los jóvenes se marchan.

DESPUES DE LA LIFE NIGHT

La mayoría de los catequistas están cansados al final de la sesión, pero asegúrate de hacer dos cosas al terminar cada Life Night.

PRIMERO, LIMPIEZA

Intentad promover un espíritu de trabajo en equipo y generosidad entre los catequistas. Una de las formas más rápidas de dividir un equipo de catequistas es que uno o dos miembros no colaboren con la recogida. Nadie ha terminado su trabajo hasta que todos hayan acabado de ordenar. Si un catequista no ayuda, presuponed su buena voluntad. Si el problema persiste, gestionadlo con la persona antes de que la situación se agrave.

Prestad atención a los momentos relacionales que puedan ocurrir o a los adolescentes que necesiten hablar. A veces, los adolescentes pueden acabar muy conmovidos por la Life Night y quizá necesiten seguir procesándola con un adulto de confianza. Mientras se ordene, el equipo debería estar disponible y abierto a las interrupciones de cualquier adolescente que lo precise. No hagáis salir a los adolescentes con el argumento de que hay que recoger.

SEGUNDO, EVALUACIÓN

Después de que todos los adolescentes se hayan ido, reconoced lo que Dios ha conseguido con esta Life Night. Compartid los aspectos que queráis destacar. Identificad quién necesita seguimiento. Programad un cronómetro e invitat al grupo a compartir estas cinco categorías de la Life Night: Pros, Contras, Preguntas, Comentarios y Preocupaciones. Recordad a los catequistas que las evaluaciones tienen como objetivo mejorar la experiencia de los adolescentes en Life Teen y no son juicios críticos sobre el trabajo del equipo de catequistas. Mientras se está comentando la Life Night, animad a los catequistas a tener en cuenta cada momento de la sesión (Gather, Proclaim, Break, y Send) o mandad por email formularios de evaluación. Terminad este momento juntos en oración y alabanza a Dios.

EVALUACIÓN DE LA LIFE NIGHT

OBJETIVO

El objetivo de esta sesión es que los adolescentes comprendan que la Cruz de Cristo abraza todas las realidades de su vida y sientan el consuelo y la esperanza de saber que su destino final es la eternidad.

1. En una escala del 1 al 10, ¿hasta qué punto esta Life Night ha logrado el objetivo que nos propusimos?

No lo conseguimos

Lo conseguimos

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2. ¿Cuál ha sido el aspecto más destacado de esta Life Night?

Gather

Proclaim

Break

Send

Ambientación

Opcional: Explica más..

3. ¿Qué tipo de seguimiento tenemos que hacer después de esta Life Night?

4. ¿Qué podemos mejorar para futuras Life Nights? ¿Cómo podemos conseguirlo?

ANEXO

ACERCA DE ANTONI GAUDÍ

ANTONI GAUDÍ I CORNET

Reus, 25 de junio de 1852 – Barcelona, 10 de junio de 1926

Un avanzado a su tiempo, único. Hombre de fe, gran observador de la naturaleza y arquitecto genial, Antoni Gaudí se ha convertido en una figura universal de la arquitectura moderna. Su aportación a esta disciplina rompió con los esquemas establecidos. Con unos sistemas constructivos y estructurales inéditos, definió una metodología propia única y sin precedente, y un estilo propio cargado de simbología y con un cuidado máximo por el detalle que se manifiesta en su amor por los oficios artesanos.

El 14 de abril del 2025, Antoni Gaudí es declarado venerable por el Papa Francisco después de haber aceptado los votos favorables de los consultores historiadores, teólogos, cardenales y obispos del Dicasterio de las Causas de los Santos de la Santa Sede.

PARA COMPLEMENTAR EL PRIMER BRAZO: ESTOY CONTIGO

Antoni Gaudí vivió una vida profundamente marcada por la soledad desde su infancia, debido a problemas de salud, la pérdida de familiares y dificultades en sus relaciones afectivas. Esta experiencia de aislamiento lo llevó a desarrollar una conexión íntima con la naturaleza y con Dios, convirtiendo la fe en un eje central de su vida. Aunque disfrutaba de la compañía y la conversación, comprendió que una parte esencial de la existencia se vive en silencio, en profundidad, y que la soledad puede ser un espacio de encuentro con lo trascendente.

La incomprensión profesional y las críticas de sus contemporáneos lo aislaron aún más, pero también lo liberaron de la necesidad de agradar y reforzaron su vocación de servicio a Dios. A partir de su conversión interior, dedicó su vida a la Sagrada Familia, especialmente a la Fachada del Nacimiento, orientando todos sus esfuerzos hacia una obra única que refleja su espiritualidad. Para Gaudí, la soledad no era ausencia, sino un espacio de encuentro con la divinidad, plasmado en la cruz de la Sagrada Familia, símbolo de elevación, apertura y conexión.

PARA COMPLEMENTAR EL SEGUNDO BRAZO: CONFÍA

Antoni Gaudí pudo haber caído muchas veces en la desesperanza. Sus proyectos no siempre salen como desea, los clientes no lo entienden y muchos encargos quedan incompletos. La tensión constante, el cansancio y la incomprensión lo desgastan, y en 1910 entra en una depresión, seguida al año siguiente por una grave enfermedad debido a unas fiebres de Malta, que lo obligan a recuperarse en Puigcerdà. Vive un período de dolor extremo, fatiga y oscuridad interior, llegando a pensar que no se recuperará. Durante este tiempo hace su testamento vital y escucha mientras un religioso le lee *La noche oscura del alma* de San Juan de la Cruz, al estar tendido en cama en un estado crítico.

Sin embargo, milagrosamente se recupera y vuelve con una mirada nueva. Esta experiencia de dolor y cruz no lo hunde; vivida desde la fe, lo reorienta. Así es como realiza el boceto de la Fachada de la Pasión de la Sagrada Familia. Descubre que el sufrimiento, acompañado de Cristo, adquiere sentido y lo inspira a crear una fachada dura y sobria que muestre el dolor de la Pasión, pero que culmine en la visión del sepulcro vacío, el ángel, las tres Marías y la cruz gloriosa, simbolizando esperanza. Aunque sabía que no vería terminada la Sagrada Familia, confiaba en la Providencia: alguien completaría la obra. A lo largo de su vida, Gaudí atraviesa altos y bajos, pero nunca pierde la esperanza; siempre se levanta y mantiene su confianza.

PARA COMPLEMENTAR EL TERCER BRAZO: SÍGUEME

Con los años se vuelve cada vez más austero, renunciando progresivamente a comodidades y posesiones, y dando mayor importancia a la vida de piedad, oración y esfuerzo interior. Entiende la vida como una lucha constante contra sí mismo, consciente de que el camino es difícil y sin idealizarlo. Poco antes de morir, reconoce con humildad a un sacerdote que, aunque ha librado muchas batallas, nunca ha ganado la lucha contra su mal genio. Acepta sus límites, caídas y el cansancio como parte esencial del seguimiento de su vocación.

PARA COMPLEMENTAR EL CUARTO BRAZO: TENGO UN SUEÑO PARA TI

Antoni Gaudí vivió profundamente su sentido vocacional de manera personal. En un momento clave de su vida, durante la Cuaresma de 1894, se encuentra postrado en la cama, vestido, sin querer morir. Su padre y colaboradores, preocupados, llaman al futuro obispo Torras i Bages, quien se acerca a él y le dice que está llamado a dar gloria a Dios con su obra, y que su talento no es para sí mismo ni para la vanagloria, sino para ser “alimento espiritual para los cristianos”. En ese instante, Gaudí comprende su propósito y recibe una verdadera llamada vocacional. Desde entonces, sus obras se llenan de cruces y simbolismo cristiano, y toda su vida queda orientada a glorificar a Dios, convirtiéndose a través del arte y la belleza en un auténtico apóstol.

Este fue el gran sueño de Gaudí: que el templo más alto del mundo culminara en una cruz, transmitiendo su experiencia de encuentro con Jesús mediante la belleza. Para él, la belleza refleja la verdad que guió su vida: no estamos solos, Dios ha vencido al mal, la felicidad está en entregarse a los demás y Dios tiene un plan para cada persona. Gaudí incluso quiso añadir un quinto brazo a la cruz, apuntando al cielo, para recordar que, siguiendo el camino de la cruz de Jesús, nuestro destino verdadero es el Cielo; elevar la mirada y comprender que no estamos hechos solo para la tierra, sino para lo divino.



LIFE TEEN

Leading Teens Closer to Christ
www.LifeTeen.com