

Caminando

CON LAUDATO SI'

GUÍA PARA PEREGRINAR CUIDANDO LA CREACIÓN



CEM

Conferencia del Episcopado Mexicano

Presentación

La presente guía, ***Caminando con Laudato Si'***, nace del deseo de que toda expresión de fe de nuestro pueblo se viva en profunda comunión con la creación de Dios. Inspirados en las enseñanzas del Papa Francisco en la encíclica *Laudato Si'*, queremos que cada peregrinación sea también un camino de conversión ecológica, donde el encuentro con Cristo y con María nos conduzca a cuidar la casa común.

En México, millones de fieles peregrinan cada año hacia los santuarios y lugares sagrados que marcan nuestra historia de fe. Esta guía busca acompañar esas experiencias, ayudando a **resignificar el sentido del camino**: reconocer que cada sendero, montaña, pueblo y ciudad son también **morada de Dios**, y que el respeto y cuidado hacia ellos son parte esencial de nuestra espiritualidad.

El documento ofrece una propuesta sencilla y práctica para que los peregrinos, los organizadores y las comunidades de acogida integren en sus preparativos y trayectos **acciones concretas de cuidado ecológico y solidaridad**. Desde evitar los desechables y promover el consumo local, hasta conservar los caminos y agradecer a Dios mediante gestos simbólicos, cada recomendación refleja la convicción de que **la fe y la vida no pueden separarse del compromiso con la creación**.

Con esta guía, la Iglesia en México sigue impulsando el llamado a vivir una ecología integral que abarque lo ambiental, lo social y lo espiritual. Que al acercarnos al acontecimiento guadalupano del 2031, **cada peregrinación sea signo de esperanza, de comunión y de amor por la vida**, testimoniando que “todo está conectado” (*Laudato Si'*, 91).



Mons. Juan Manuel González Sandoval

Obispo de Tarahumara

Responsable de la Dimensión Episcopal del Cuidado Integral de la Creación
Comisión Episcopal para la Pastoral Social

Pbro. Jonathan Arias
Secretario Ejecutivo
cuidadodelacreacion@ceps.org.mx
Teléfono: 452 529 8768



RESIGNIFICANDO LA MORADA DE DIOS

Los santuarios son lugares donde se venera una imagen o reliquia por tener una representatividad especial o bien, por tratarse de un espacio cuya interpretación de fe es fundamental en la religiosidad de la gente.

Es esta la razón que hace que cientos o miles de personas se pongan en movimiento, al menos una vez al año, a ciertos lugares considerados como santuarios donde se vive con especial fe la presencia de Dios, es una forma importante de mirar y experimentar la morada de Dios. Desde un punto de vista teológico, el santuario, que no pocas veces ha surgido de un movimiento de piedad popular, es un signo de la presencia activa, salvífica, del Señor en la historia y un refugio donde el pueblo de Dios, peregrino por los caminos del mundo hacia la Ciudad futura (cfr. Heb 13,14), restaura sus fuerzas para continuar la marcha.

Si los santuarios pueden representar la Casa de Dios, vale la pena reconsiderar que hay otros santuarios poco reconocidos, pero igualmente admirables y venerables. En estos santuarios está también la Creación de Dios pues en ellos hay una parte de Él, de su intención para crear una casa para todos nosotros y cuya creación siempre fue buena a sus ojos (Gn 1, 10).

Cada calle, montaña, camino, pueblo o barrio que los peregrinos andan está toda la Creación, sí, hay un santuario destino que nos mueve y nos alienta a emprender el camino, pero este otro santuario al que llamamos Casa Común se vuelve un lugar para seguir alabando a Dios en comunidad. Te invitamos a reconsiderar cada paso dado, porque el piso que vamos caminando es sagrado, ahí también está la Morada de Dios.



PEREGRINAR: RECONOCIENDO-CONSERVANDO- RECUPERANDO

“Es muy noble asumir el deber de cuidar la creación con pequeñas acciones cotidianas, y es maravilloso que la educación sea capaz de motivarlas hasta conformar un estilo de vida.” (LS, 211).

Hay diversos beneficios cuando comunidades organizadas van en camino de una experiencia de fe, caminar, ponerse en movimiento, es una acción que nos lanza al encuentro de Dios y sus promesas, que nos invita a construir en Reino desde la vida personal hasta la experiencia de comunidad, por esta razón, este peregrinar se convierte en un cúmulo de pequeñas acciones para adquirir estilos de vida transformadores.

Peregrinar ¿para qué?

- Para aprender las virtudes del sacrificio.
- Para compartir con los otros algo valioso.
- Para fortalecer la fe.
- Para superar nuestras adversidades.
- Para interceder por los otros.
- Para sostener las riquezas de nuestra cultura y tradiciones.

Proponemos que, sumado a lo anterior, incluir pequeñas acciones que nos ayuden a cuidar de la Casa Común en nuestro peregrinar, entonces:

Peregrinemos **RECONOCIENDO** que cada camino andado en Casa de Dios, es nuestra Casa Común.

Peregrinemos **CONSERVANDO** la flora y la fauna, los espacios públicos y comunitarios.

Peregrinemos **RECUPERANDO** lo que haya sido maltratado o degradado en el ambiente, en las relaciones con los compañeros de camino, con habitantes de los pueblos y ciudades donde vamos de paso o de destino.

RECOMENDACIONES PRÁCTICAS DE ECOLOGÍA INTEGRAL

1 Evitar desechables

El uso de desechables contribuye a la generación de residuos altamente contaminantes

En tus reuniones de preparación explica la importancia a todo el grupo de vincular la fe y la vida, para que su peregrinación sea cuidando la casa común.



Organízate con la comunidad para adquirir un plato, un vaso y cubiertos de manera colectiva para la peregrinación y futuros encuentros, de no ser posible, al menos asegurarse de que cada participante lleve los suyos.

De ser posible, evita usar cualquier derivado de los plásticos de un solo uso. Todos son muy contaminantes a la tierra y al ambiente. Debes reconocer que al usarlos los dejarás en el camino o cerca del Santuario a dónde vas.



2 MANEJO ADECUADO DE HECES FECALES

Para que estas no se conviertan en un problema sanitario y, al contrario, sean fuente de nutrientes para el suelo, hacer lo siguiente:

Cuando sientas la necesidad de evacuar, selecciona un lugar donde haya tierra, escoge una vara con la cual se puede hacer un hoyo sin romperse, con la vara haz el hoyo lo suficientemente grande para que quepa el excremento. La tierra no la avientes, colócala a un lado para que con ella tapes el agujero. Procura que esta caiga en el hoyo. Al terminar arroja el papel también. Tapa con la tierra el excremento y el papel, asegúrate que quede bien cubierto. Esta acción aporta material orgánico que alimenta a la tierra.

Cuando llegues al Santuario usa los sanitarios que se han dispuesto para ello, no tomes a la ligera evacuar en la calle, eso además de ser una fuente de contaminación ensucia el entorno del templo donde se encuentra la imagen de María a la que veneramos.



3 Conservación de caminos y áreas comunes

Es importante no dañar los caminos, ni lugares comunes o áreas verdes que se utilizan, de ser posible animar a peregrinos de otras comunidades a hacer lo mismo.

No extraer flores, plantas y rocas de su medio.



De existir un animal que pueda dañar a los peregrinos, procura capturarlo y liberarlo lejos del grupo.

Ocupa espacios para dormir procurando no dañar la flora y fauna.



4 Organización del peregrinaje

Considerando que se transita por caminos y carreteras, es importante que se mantenga un orden, ello minimiza el congestionamiento de automóviles y propicia una disminución de la emisión de contaminantes.

Antes de iniciar el peregrinaje será necesario que los peregrinos se identifiquen de alguna forma (mediante una playera o una gorra) para poder tener orden del mismo.



Mientras se realiza la peregrinación, se sugiere que de ser posible, se ocupe un carril del camino.

Respetá señales de tránsito, así como el cambio en semáforos.



5 Consumo local

Durante la peregrinación, cada alimento compartido puede ser también un acto de amor por la creación. Al preferir productos locales contribuimos a fortalecer la economía de las comunidades que nos acogen, reducimos la contaminación derivada del transporte y valoramos el trabajo de quienes cultivan y elaboran con sus propias manos los bienes que nos alimentan.

Consumir local es una forma concreta de vivir la fe desde la ecología integral: reconocer que detrás de cada fruto, pan o bebida hay una historia, una tierra y unas manos bendecidas por Dios. Invita a mirar con gratitud y a optar por lo sencillo, lo cercano y lo solidario.

Así, cada compra durante el camino puede ser una semilla de justicia y esperanza, un gesto que une el cuidado de la vida con el gozo de compartir en comunidad.



6 Separación y disposición final de los residuos sólidos

Es importante no solo depositar adecuadamente la basura en el cesto, además de ello te sugerimos la separación.

Llevar tres bolsas: una para la basura orgánica, una para plásticos y una para basura en general:

1. En la orgánica se depositarán todas las cáscaras de fruta, restos vegetales y comida sin carne, servilletas blancas, papel estraza sin tinta.
2. En la de plásticos, botellas de pet y bolsas de hule limpias.
3. En basura en general, se depositarán todos aquellos materiales que no entran en la clasificación anterior y todos aquellos materiales mezclados, como bolsas de plástico mezcladas con restos de comida, botellas de yogurt, etc.



Como gesto solidario, levantar un poco más de basura de la que se generó en los lugares donde se pernocta. Animar a otros peregrinos a realizar lo mismo.

Te invitamos a regresar a tu comunidad llevando contigo todos los residuos generados durante la peregrinación. Este gesto permitirá reflexionar juntos sobre la cantidad y el tipo de desechos que producimos. Asuman como comunidad el compromiso de reducir, en futuras peregrinaciones, la generación de basura no reutilizable. Si notas que la mayoría de tus residuos provienen de productos industrializados, propónganse como grupo evitar que esto se repita en la próxima ocasión.



7 Pirotecnia

El uso de cohetes y pirotecnia en general es fuente de contaminación del aire y auditiva

La pirotecnia se produce con una mezcla de químicos como sulfatos, cobre, litio o el bario, además del perclorato de sodio que da propulsión.

Ya en los aires, esa mezcla libera monóxido de carbono y partículas suspendidas que junto con las emisiones de autos y la industria son responsables de los gases de efecto invernadero y por ende de enfermedades respiratorias.

El perclorato de sodio daña a microorganismos y fauna acuática.



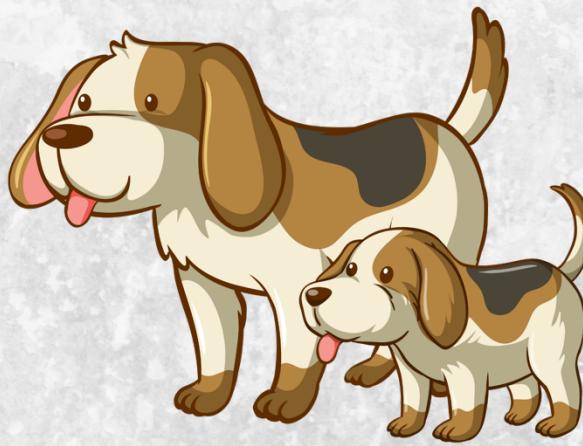
El oído está provisto en forma natural de un mecanismo protector que reduce la transmisión de los sonidos más intensos hacia el oído interno, pero actúa después de unos diez centésimos de segundo y este tiempo es ineficaz frente al ruido de los petardos. Las explosiones generan sonidos de hasta 160 decibeles y llegan casi inalterados al oído interno, sacudiendo violentamente las delicadas células ciliadas (las responsables directas e insustituibles de la percepción del sonido). A modo de comparación, una conversación normal se desarrolla en alrededor de 60 decibeles, por esta razón las explosiones son una forma de contaminación auditiva para los seres humanos y diversos tipos de animales.

8 Cuidemos a compañeros perros

El gobierno local de la Alcaldía Gustavo A. Madero reporta que cada año, después de la peregrinación del 11 y 12 de diciembre se detectan decenas de perros que quedan alrededor de la Basílica de Guadalupe abandonados. Su origen se entiende de dos formas:

1. Algunos perros caminan con o sin la autorización de los dueños y suelen quedar a la deriva en los tumultos de personas que van caminando.
2. Se detecta que dado que hay muchos alimentos alrededor de los peregrinos, se van sumando perros que ya estaban en condición de calle, pasada la peregrinación estos perros se quedan alrededor de la Basílica de la Guadalupe.

Hay organizaciones que buscan darlos en adopción, pero es deseable que evitemos que cada año se queden al olvido nuestros compañeros caninos.



9 Solidarízate con los peregrinos en la conservación de la casa común

Ofrecer alimento al peregrino es un hermoso gesto de fe y hospitalidad. En el camino, quienes sirven a los caminantes prolongan la ternura de Dios y la solidaridad de María. Pero también estamos llamados a hacerlo con sabiduría y responsabilidad, evitando el desperdicio y el uso de desechables.

Te invitamos a compartir porciones pequeñas, suficientes para reconfortar sin generar sobra ni basura. Utiliza utensilios reutilizables o rellena los recipientes que el peregrino ya lleva consigo. Así, cada alimento ofrecido será una bendición que nutre sin dañar.

Compartir con medida no significa dar menos, sino dar mejor: con amor, conciencia y respeto por la casa común. De este modo, el pan que ofrecemos en el camino se convierte en signo del Reino de Dios, donde nadie pasa hambre y donde todo se comparte con gratitud y cuidado.



10 DAR GRACIAS A DIOS



OREMOS

Señor, te damos gracias por la experiencia que nos permitiste tener, por caminar a tu encuentro y ayudarnos a fortalecer nuestra fe. María, Madre de Jesús, acompañante incansable de nuestra familia y comunidad, a ambos pedimos ayuda a ser claros en el discernimiento para entender que debemos sembrar lo que queremos cosechar, cuidar y proteger lo que queremos conservar sin excusa, pereza y orgullo, que con estas acciones logremos una mejor forma de vida para no ser destructores y desleales de la casa que nos has heredado Señor. Amén.

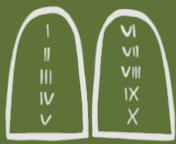
OFRENDA

Una buena manera de ofrecer este esfuerzo por el cuidado del territorio en el camino andado y de regresar lo que la tierra nos da, es hacer una composta con los residuos orgánicos generados en la peregrinación, procede de la siguiente manera si no sabes cómo hacerla:

- Ubicar un sitio en el campo, monte o área verde de tu comunidad que sea poco transitado donde se cavará un hoyo de tal forma que los residuos orgánicos queden enterrados en una capa de 5 a 10 cm de tierra.
- Cubrir con suficiente tierra para que esa materia y energía revitalice el área verde, campo o monte.

Si quieres recibir más información de otros materiales sobre la ecología integral comunícate a:

cuidadodelacreacion@ceps.org.mx



DECÁLOGO DEL BUEN PEREGRINO

- 1. Deposita la basura en los contenedores o bolsas.** Lleva contigo una bolsa para guardar tu basura. Sigue las instrucciones señaladas por el personal de la alcaldía y la autoridad de la Basílica respecto a la disposición adecuada de los residuos.
- 2. Toma sólo la comida necesaria.** A lo largo del camino tendrás oportunidad de recibir comida de muchas personas, toma solo lo necesario para no desperdiciar y para que otros también puedan tomar sus alimentos.
- 3. Viaja sin tus mascotas.** En la medida de lo posible, viaja sin tus mascotas, ellas te esperan felices cuando regreses a casa. En caso de que te acompañe, asegúrate de que regrese contigo. No dejes comida tirada; cuidemos juntos el espacio evitando atraer perros y favoreciendo un ambiente limpio y seguro.
- 4. Evita el uso de pirotecnia.** Toma en cuenta que además de ti habrá otras personas que estarán recorriendo el camino. El uso de pirotecnia puede ocasionar algún accidente, además de problemas de calidad en el aire y la salud. Puedes implementar cantos, porras o algunas otras expresiones.
- 5. Cuida las áreas verdes.** Es importante que en tu recorrido evites pisar o maltratar las plantas o arbustos, además de mantener en buen estado áreas verdes y camellones. Respetemos juntos nuestra Casa Común.
- 6. Ora con y por la creación.** Siguiendo el ejemplo de nuestra Madre, abramos el corazón en oración para agradecer a Dios por los dones de la naturaleza, que nos sustentan y nos recuerdan su amor infinito. Comprométamonos a cuidar y proteger este regalo divino.
- 7. Vive el silencio como una forma de oración.** Procura evitar ruidos innecesarios y mantener un ambiente de recogimiento que permita a todos los peregrinos encontrarse con Dios en paz y armonía.
- 8. Respeta los espacios sagrados.** Mantén una actitud de respeto y devoción dentro y fuera de la Basílica, evitando actividades que puedan distraer o incomodar a otros peregrinos.
- 9. Hidrátate y cuida tu salud.** Lleva suficiente agua para mantenerte hidratado y usa ropa cómoda y adecuada para el clima. Así podrás disfrutar plenamente de tu peregrinación.
- 10. Sé solidario con los demás peregrinos.** Ayuda a quienes lo necesiten durante el camino y respeta el ritmo y las necesidades de todos, fomentando un ambiente de fraternidad y unión.

GUÍA PARA PEREGRINAR CUIDANDO DE LA CASA COMÚN



No lleves
desechables

Evacúa solo en
baños públicos

Los residuos que generes,
sepáralos y regresa con ellos

REDUCE TUS
RESIDUOS

CONSUMO LOCAL

Lo que necesites comprar, hazlo en tiendas
locales y con productos de la región

AYUDA AL
PEREGRINO Y A LA
CASA COMÚN

Si tienes la hermosa
costumbre de dar
alimento, busca no
dar desechables y
asegúrate dar
alimentos en
pequeñas porciones
para evitar su
desperdicio

Cuida la flora y
fauna del lugar

Evita generar
tráfico

Evita la
pirotecnia

PROTEGE A LAS
MASCOTAS

Al final de cada peregrinación quedan
abandonadas varios perros, cuida los que te
pertenecen

Dimensión del Cuidado integral
de la creación

Pide la guía completa en:
cuidadodelacreacion@caritasmexicana.org



Peregrinemos

Reconociendo que cada camino andado es Casa de Dios, Casa
Común.

Conservando la flora y la fauna, los espacios públicos y
comunitarios.

Recuperando lo que haya sido maltratado o degradado en el
ambiente y en las relaciones con los compañeros de camino.

