

Adviento

el regalo de tus sueños



EL REGALO DE TUS SUEÑOS

(CUARTO DOMINGO DE ADVIENTO)

ME DISPONGO

Durante esta semana elige un momento de tu día para vivir esta ficha, ubícate en un espacio agradable y colócate en una posición corporal que te permita interiorizar el contenido.

Enciende la vela o veladora, si tienes corona de adviento puedes utilizarla para este momento y encender las cuatro velas.

Las velas permiten reflexionar sobre la oscuridad provocada por el pecado que ciega al hombre y lo aleja de la felicidad. Dios fue y sigue dando poco a poco una esperanza de salvación que iluminó todo el universo. Así como las tinieblas se disipan con una vela que encendemos, los siglos se van iluminando cada vez más con la cercana llegada de Cristo al mundo.

Contemplando la luz de las velas respira profundamente tres veces, haz silencio exterior e interior, relaja tu cuerpo, concentra la mente y abre el corazón. Toma conciencia de la presencia de Dios.

DESCUBRO



Nombre: María

Ocupación:
Madre de Jesús

Lugar de nacimiento:
Betsaida, suburbio de Jesusalén

Cualidades:
Pura, Devota, Humilde, Amorosa, Generosa,
Valiente.

La Santísima Virgen María es la figura más importante en la vivencia del Adviento. Quien mejor que ella, que llevó en su seno al Hijo de Dios, nos puede enseñar a vivir el Adviento como debe ser. Vemos que ella creyó en la Palabra del Señor, visitó a su prima Isabel para servirla y dio a luz en un humilde establo. Su camino estuvo marcado por la sencillez, el silencio y el servicio.

• *Al sexto mes el ángel Gabriel fue enviado por Dios a una ciudad de Galilea, llamada Nazaret, a una joven virgen que estaba comprometida en matrimonio con un hombre llamado José, de la familia de David. La virgen se llamaba María. Llegó el ángel hasta ella y le dijo: «Alégrate, llena de gracia, el Señor está contigo.», María quedó muy conmovida al oír estas palabras, y se preguntaba qué significaría tal saludo. Pero el ángel le dijo: «No temas, María, porque has encontrado el favor de Dios. Concebirás en tu seno y darás a luz un hijo, al que pondrás el nombre de Jesús. (Lc. 1 26-31)*

• *¡Bendita tú eres entre las mujeres y bendito el fruto de tu vientre!» (Lc 1, 42)*

• *“Dijo María: «Yo soy la servidora del Señor, hágase en mí tal como has dicho.» Después la dejó el ángel.” (Lc 1, 38)*



VIVO

María supo decir “Sí” a la presencia de Dios en su vida y creyó en su plan de salvación; su fe y obediencia fue el regalo que ella se dió, pues sabía que aceptando la voluntad de Dios encontraría la verdadera felicidad.

A la luz de la figura de María piensa en tu vida, tus planes, tus sueños y en las cosas que te provocan felicidad y reflexiona:

¿Qué regalo vas a darte a ti, a tu persona?

Toma un momento para meditar tu respuesta. ¿Qué cosas buenas, acciones, actitudes, cambios, aprendizajes, retos, etc., vas a regalarte esta próxima navidad? ¿Cuál es el regalo de tus sueños?

Escribe tu REGALO en una hoja o pedazo de papel y deposítalo en tu frasco, caja o bolsa de los regalos.

Quando recuperes o descubras algo que alimenta tu alma y te trae alegría, encárgate de quererte lo suficiente y hazle un espacio en tu vida

(Jean Shinoda Bolen)

HAGO ORACIÓN

Dirígete a la Virgen María, muéstrate ante ella tal cual eres, pon en sus manos todo tu ser y pídele su intercesión para saber avalorarte y descubrir el plan de Dios en tu vida.

Cierra este momento con la siguiente oración:

MARÍA DE LA ESPERANZA

María de Nazareth madre de nuestro Señor,
compañera de mis marchas,
ven a visitarme,
quédate conmigo.

María, virgen de la Esperanza.
Contágame tu fuerza,
acércame el Espíritu
que llena tu vida.

Ayúdame a vivir con alegría,
a pesar de las pruebas y las cruces
que encuentro día a día.

Que no pierda la utopía,
madre buena,
de creer que es posible otro mundo
y otra sociedad.

Que no baje los brazos
en la lucha por la justicia
y en la práctica de la solidaridad.
María, tú creíste y te jugaste la vida.

Y no te fue fácil.
María, ¡cómo cuesta decirle sí al Señor!
Cómo cuesta decir sí más allá de las palabras,
decir sí con los hechos, con actitudes, con gestos ¡con
la vida! Enséñame a esperar en el Señor,
a confiar en su palabra,
a dejarme guiar por su Espíritu,
a llénarme de su buen humor y alegría.
Enséñame a escuchar Su voz,
en la realidad de todos los días,
en el sufrimiento de tantos,
en las ansías de liberación y cambio,
en la sed de justicia de las mayorías. Enséñame a orar
para no perder la Esperanza
y para darle raíces sólidas.
Enséñame a orar
para discernir dónde poner los esfuerzos
y descubrir mi lugar y misión.
Llena mi corazón
de la esperanza que libera
para vivir el amor solidario.
Me confío en tus manos
para que me hagas fuerte en la fe
comprometido en la solidaridad
y firme, muy firme,
en la Esperanza del Reino.

AMÉN





2020

www.juventudesjesuitas.org.mx