

Semana por la paz, Mayo 2023 - Juntos por México-

Actividades para realizar en familia
Familia Unida Internacional

Autor: Ely Mana

Objetivo:

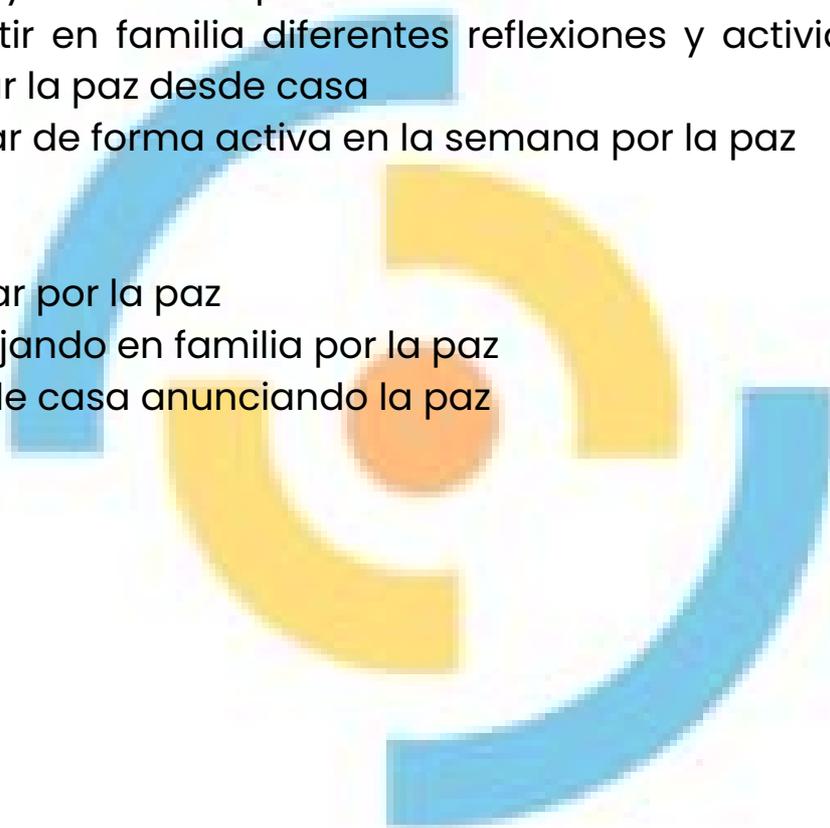
- 1.Reconocer el llamado que Dios hace a cada familia para trabajar y construir la paz.
- 2.Compartir en familia diferentes reflexiones y actividades para fomentar la paz desde casa
- 3.Participar de forma activa en la semana por la paz

Contenido:

Día 1: Un altar por la paz

Día 2: Trabajando en familia por la paz

Día 3: Salir de casa anunciando la paz



DÍA 1: UN ALTAR POR LA PAZ

Materiales:

1. Materiales para crear nuestro altar: mesa, mantel, velas, flores, Cruz, Imagen de la Santísima Virgen.
2. Cartulina, colores, cinta para hacer el cartel
3. La letra de la canción del final, computadora o celular y bocinas

Celebración

Guía/monitor: Siempre que el pueblo Dios quería orar o hablar con el Señor, hacía un altar y ofrecía sus oraciones y ofrendas en ese altar.

En esta semana, como familia queremos orar, dedicar tiempo y trabajar juntos para aprender a ser constructores de Paz y llevarla a todos lados.

Es por eso que el primer día haremos juntos un altar para el Señor y oraremos especialmente para que Él nos dé un corazón capaz de amar, perdonar, y crear ambientes de paz, entre nosotros y con todas las personas.

Oración: Señor, enséñanos a orar. Muéstranos qué es lo que quieres de nosotros. Haznos, Señor, dóciles a tu voz. Permítenos escuchar tu Palabra y sentir tu presencia. Permítenos llevar tu paz a todos los lugares donde vayamos. Tú sabes que te queremos; pero que también necesitamos de Ti. Ayúdanos de creer en Ti con más firmeza, con más confianza. Mira nuestra familia reunida, escucha nuestras necesidades y concédenos ser constructores de paz. Amén

Proclamación del Evangelio: Del santo Evangelio según san Juan 14, 27-31

En aquel tiempo, Jesús dijo a sus discípulos: "La paz les dejo, mi paz les doy. No se la doy como la da el mundo. No pierdan la paz ni se acobarden. Me han oído decir: 'Me voy, pero volveré a su lado'. Si me amaran, se alegrarían de que me vaya al Padre, porque el Padre es más que yo. Se lo he dicho ahora, antes de que suceda, para que cuando suceda, crean. Palabra del Señor.

Reflexión:

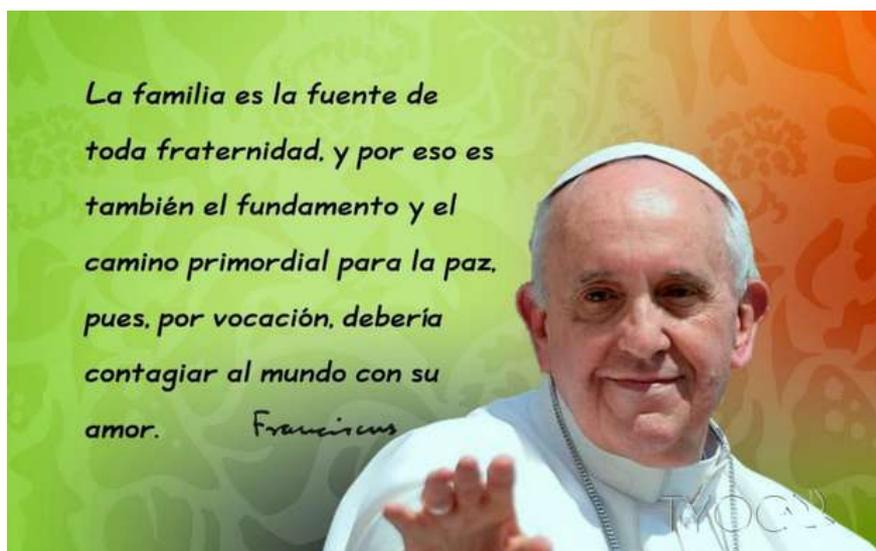
¿Qué personajes aparecen en el Evangelio?

¿Qué les dijo Jesús a sus discípulos? ¿Cuál era el regalo que les traía?

¿Qué significa esa palabra?

Para los niños: Dibujaremos un cartel donde pongamos qué significa la palabra

Para los adultos Mientras los niños preparan el cartel, los adultos reflexionan el siguiente texto del Papa pronunciado en la XLVII Jornada Mundial de la Paz 2014 ¿Cómo podemos vivir en familia esta frase? Escribimos tres palabras en el cartel que hicieron los niños.



Dinámica: Construcción de nuestro altar por la paz

Ponemos la mesita, el mantel, las flores y las velas, la cruz y el cuadro de María Santísima y entre todos pegamos al borde del mantel el cartel de paz que los niños realizaron. Cerramos esta celebración escuchando el canto "Hazme un instrumento de tu paz. Tener la letra para poder cantarla juntos.

<https://www.youtube.com/watch?v=Xa5yuAD1mOo> (versión niños)

<https://www.youtube.com/watch?v=DauosHqALCI> (voces de adultos)

Despedida:

Te damos gracias, Señor, por todos tus beneficios, a Ti que vives y reinas por los siglos de los siglos. Amén.

+En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

Lectura complementaria para los adultos de la casa

La plegaria familiar

59. La Iglesia ora por la familia cristiana y la educa para que viva en generosa coherencia con el don y el cometido sacerdotal recibidos de Cristo Sumo Sacerdote. En realidad, el sacerdocio bautismal de los fieles, vivido en el matrimonio-sacramento, constituye para los cónyuges y para la familia el fundamento de una vocación y de una misión sacerdotal, mediante la cual su misma existencia cotidiana se transforma en «sacrificio espiritual aceptable a Dios por Jesucristo». Esto sucede no sólo con la celebración de la Eucaristía y de los otros sacramentos o con la ofrenda de sí mismos para gloria de Dios, sino también con la vida de oración, con el diálogo suplicante dirigido al Padre por medio de Jesucristo en el Espíritu Santo.

La plegaria familiar tiene características propias. Es una oración hecha en común, marido y mujer juntos, padres e hijos juntos. La comunión en la plegaria es a la vez fruto y exigencia de esa comunión que deriva de los sacramentos del bautismo y del matrimonio. A los miembros de la familia cristiana pueden aplicarse de modo particular las palabras con las cuales el Señor Jesús promete su presencia: «Os digo en verdad que, si dos de vosotros conviniereis sobre la tierra en pedir cualquier cosa, os lo otorgará mi Padre que está en los cielos. Porque donde están dos o tres congregados en mi nombre, allí estoy yo en medio de ellos».

Esta plegaria tiene como contenido original la misma vida de familia que en las diversas circunstancias es interpretada como vocación de Dios y es actuada como respuesta filial a su llamada: alegrías y dolores, esperanzas y tristezas, nacimientos y cumpleaños, aniversarios de la boda de los padres, partidas, alejamientos y regresos, elecciones importantes y decisivas, muerte de personas queridas, etc., señalan la intervención del amor de Dios en la historia de la familia, como deben también señalar el momento favorable de acción de gracias, de imploración, de abandono confiado de la familia al Padre común que está en los cielos. Además, la dignidad y responsabilidades de la familia cristiana en cuanto Iglesia doméstica solamente pueden ser vividas con la ayuda incesante de Dios, que será concedida sin falta a cuantos la pidan con humildad y confianza en la oración.

(Extraído de la exhortación apostólica de San Juan Pablo II Familiaris Consortio)

https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/es/apost_exhortations/documents/hf_jp-ii_exh_19811122_familiaris-consortio.html

DIA 2: TRABAJANDO EN FAMILIA POR LA PAZ

Materiales:

1. Cojines o sillas alrededor del altar
2. Canastita o recipiente en el altar (para el cierre de la celebración)
3. Figuras recortadas para cada miembro de la familia (pensamiento, corazón, mano), plumas o lápiz

Guía/monitor. Al igual que nosotros, muchas familias en todo México están realizando estas actividades para fomentar la paz desde casa. Nuestra familia debe trabajar siempre para que la paz sea posible en México. No debemos esperar que otros comiencen a hacerlo, sino que nosotros nos vamos a comprometer a ser personas, familia de paz.

Oración: Señor, enséñanos a orar. Muéstranos qué es lo que quieres de nosotros. Haznos, Señor, dóciles a tu voz. Permítenos escuchar tu Palabra y sentir tu presencia. Permítenos llevar tu paz a todos los lugares donde vayamos. Tú sabes que te queremos; pero que también necesitamos de Ti. Ayúdanos de creer en Ti con más firmeza, con más confianza. Mira nuestra familia reunida, escucha nuestras necesidades y concédenos ser constructores de paz. Amén

Lectura Bíblica:

Opción 1

“El fruto del Espíritu Santo es amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fidelidad, mansedumbre, dominio propio; contra tales cosas no hay ley” (Gálatas 5:22-23)

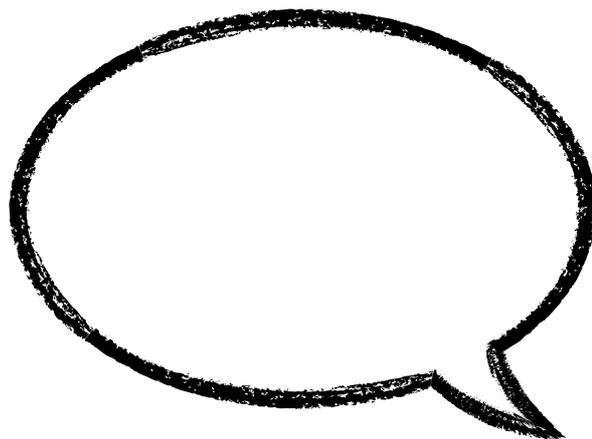
Opción 2

“Que vivan con toda humildad y mansedumbre, con paciencia, soportándose unos a otros en amor, esforzándose por preservar la unidad del Espíritu en el vínculo de la paz” (Efesios 4:2-3)

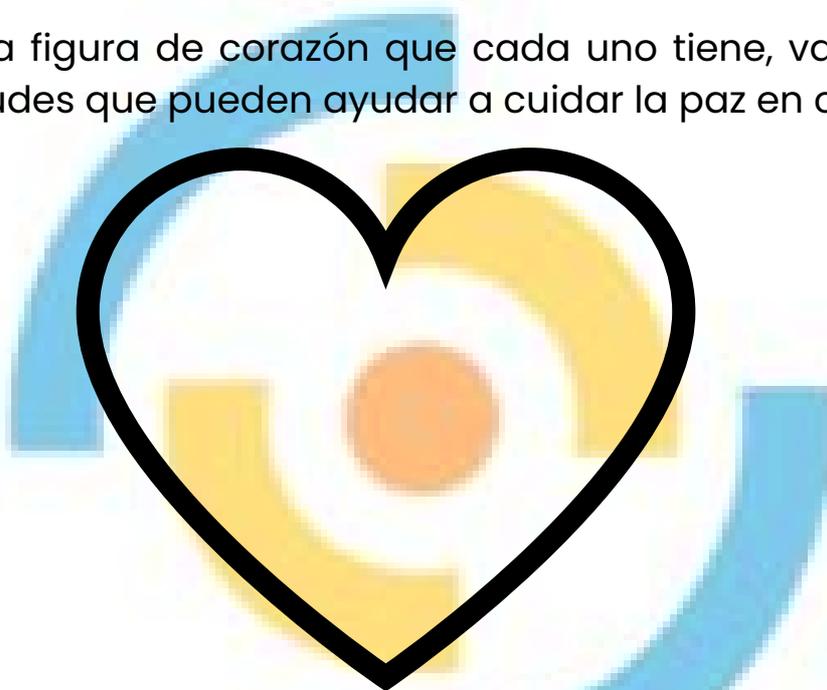
Actividad: Monitor: Los que amamos a Jesús, los que somos sus amigos, los que queremos cumplir sus enseñanzas estamos llamados a trabajar y construir la paz: en casa, con los vecinos, en la escuela, en el trabajo, en la parroquia.

¿Cómo podemos hacerlo?

a) Pensemos y escribamos en la figura aquellas cosas que no nos ayudan a ser personas de paz. (Los niños pueden escribir y también pueden ser ayudados por un adulto e la familia)



b) Ahora, en la figura de corazón que cada uno tiene, vamos a escribir aquellas actitudes que pueden ayudar a cuidar la paz en casa.



c) En la figura de la mano vamos a escribir una cosa con creta que podamos hacer en casa para cuidar la paz. Y otra cosa concreta que podamos hacer en la escuela o en el trabajo para cuidar la paz.



Cierre de la actividad:

Cada uno pondrá en el altar su pensamiento y su corazón en una canastita y llevara en su mochila o en la bolsa o cartera la figura de las manos con las actividades concretas que hará para trabajar por la paz. Mientras ponemos en el altar las figuras con nuestras reflexiones, escuchamos algunas de estas canciones para seguir reflexionando sobre la paz.

Hazme un instrumento de tu paz

<https://www.youtube.com/watch?v=DauosHqALCI>

(voces de adultos)

Que canten los niños

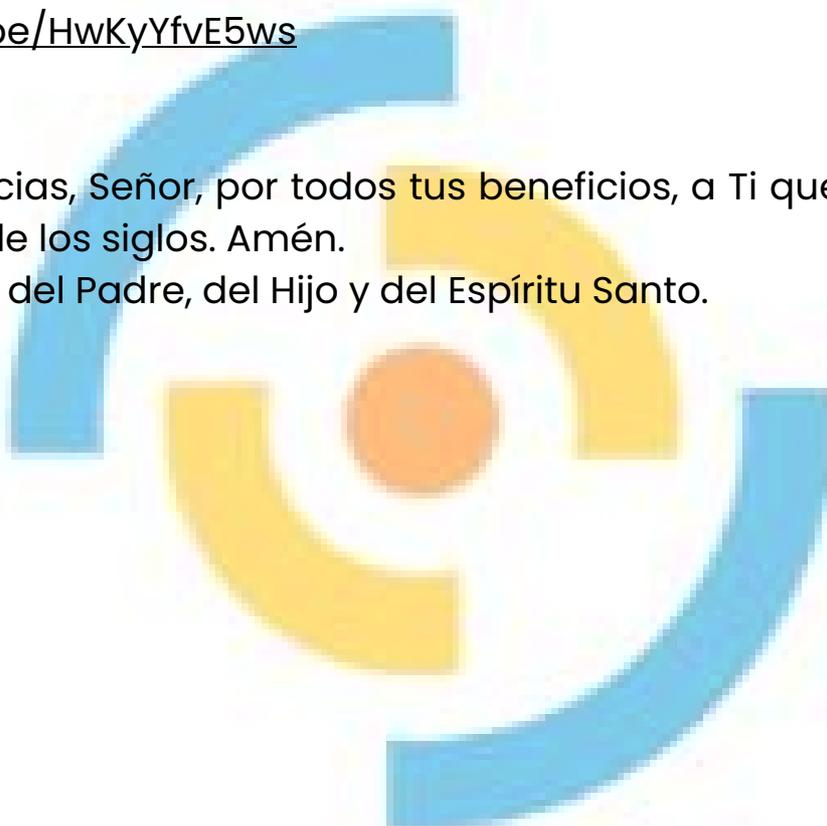
<https://youtu.be/HwKyYfvE5ws>

Despedida:

Te damos gracias, Señor, por todos tus beneficios, a Ti que vives y reinas por los siglos de los siglos. Amén.

+En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo.

Amén.



ANEXO Día 2

Lectura complementaria para los adultos de la casa

“Es urgente que busquemos y promovamos juntos los valores universales que trazan el camino de esta fraternidad humana. También hemos aprendido que la fe depositada en el progreso, la tecnología y los efectos de la globalización no sólo ha sido excesiva, sino que se ha convertido en una intoxicación individualista e idolátrica, comprometiendo la deseada garantía de justicia, armonía y paz. En nuestro acelerado mundo, muy a menudo los problemas generalizados de desequilibrio, injusticia, pobreza y marginación alimentan el malestar y los conflictos, y generan violencia e incluso guerras.

Si, por un lado, la pandemia sacó a relucir todo esto, por otro, hemos logrado hacer descubrimientos positivos: un beneficioso retorno a la humildad; una reducción de ciertas pretensiones consumistas; un renovado sentido de la solidaridad que nos anima a salir de nuestro egoísmo para abrirnos al sufrimiento de los demás y a sus necesidades; así como un compromiso, en algunos casos verdaderamente heroico, de tantas personas que no escatimaron esfuerzos para que todos pudieran superar mejor el drama de la emergencia.

De esta experiencia ha surgido una conciencia más fuerte que invita a todos, pueblos y naciones, a volver a poner la palabra “juntos” en el centro. En efecto, es juntos, en la fraternidad y la solidaridad, que podemos construir la paz, garantizar la justicia y superar los acontecimientos más dolorosos. De hecho, las respuestas más eficaces a la pandemia han sido aquellas en las que grupos sociales, instituciones públicas y privadas y organizaciones internacionales se unieron para hacer frente al desafío, dejando de lado intereses particulares. Sólo la paz que nace del amor fraterno y desinteresado puede ayudarnos a superar las crisis personales, sociales y mundiales.

(Extraído del mensaje del Papa por la 56 jornada mundial por la paz)

<https://www.vatican.va/content/francesco/es/messages/peace/documents/20221208-messaggio-56giornatamondiale-pace2023.html>

DIA 3: SALIR DE CASA ANUNCIANDO LA PAZ

Oración: Señor, enséñanos a orar. Muéstranos qué es lo que quieres de nosotros. Haznos, Señor, dóciles a tu voz. Permítenos escuchar tu Palabra y sentir tu presencia. Permítenos llevar tu paz a todos los lugares donde vayamos. Tú sabes que te queremos; pero que también necesitamos de Ti. Ayúdanos de creer en Ti con más firmeza, con más confianza. Mira nuestra familia reunida, escucha nuestras necesidades y concédenos ser constructores de paz. Amén

Guía/monitor: Estos días son días intensos y hermosos en familia, orando y reflexionando sobre la paz. Hemos decidido construirla y cuidarla, siempre y allí donde nos toque estar. Hemos escuchado la llamada de Jesús a ser constructores de paz y le hemos respondido: "Aquí estamos Señor, dispuestos como familia a construir y cuidar la paz todos los días".

Palabra de Dios:

Jesús envía a sus discípulos a anunciar la Paz. Lucas 10, 1-9

1- Después el Señor escogió a otros setenta y dos[a] discípulos y los envió de dos en dos delante de él a todas las ciudades y los lugares que tenía pensado visitar.

2- Y les dio las siguientes instrucciones: «La cosecha es grande, pero los obreros son pocos. Así que oren al Señor que está a cargo de la cosecha; pídanle que envíe más obreros a sus campos.

3- Ahora vayan, y recuerden que los envío como ovejas en medio de lobos.

4- No lleven con ustedes nada de dinero, ni bolso de viaje, ni un par de sandalias de repuesto; y no se detengan a saludar a nadie por el camino.

5- "Cuando entren en la casa de alguien, primero digan: "La paz de Dios sea sobre esta casa".

6- Si los que viven en la casa son gente de paz, la bendición permanecerá; si no lo son, la bendición regresará a ustedes. **7-** No cambien de una casa a otra. Quédense en un lugar, coman y beban lo que les den. No duden en aceptar la hospitalidad, porque los que trabajan merecen recibir su salario.

8- "Si entran en un pueblo donde los reciben bien, coman todo lo que les ofrezcan.

9- Sanen a los enfermos y díganles: "El reino de Dios ahora está cerca de ustedes".

Reflexión: ¿Cuáles son las características de un mensajero de la paz? ¿Qué palabras utiliza? ¿Cómo son sus acciones?

Actividad: Pensaremos en familia a quién llevaremos esta paz que pide Jesús. Puede ser hoy mismo, durante la semana, o el fin de semana.

Sugerencias:

- 1.Podemos cocinar juntos y llevar comida a alguien que necesite recibir un mensaje de paz
- 2.Podemos hacer una videollamada como familia para acercar ese mensaje de paz a alguien que lo esté necesitando
- 3.Podemos llevarle un detalle a algún vecino con quien no hayamos estado muy bien o muy cercanos estos días o bien piensen como familia en opciones que se puedan realizar

.....

.....

.....

.....

La idea es salir y llevar el mensaje de paz a otros, como lo hicieron los discípulos ante el llamado de Jesús. Una vez elegida la actividad se organizan, hacen la lista de materiales, fecha y hora y responsabilidades para cada uno. Para finalizar escuchamos juntos la canción "Mensajero de la paz" https://youtu.be/_Y7LvsJbs2I

Despedida:

Te damos gracias, Señor, por todos tus beneficios, a Ti que vives y reinas por los siglos de los siglos. Amén.

+En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

ANEXO Día 3

Lectura complementaria para los adultos de la casa.

Para poder “salir a anunciar la paz” es importante trabajar en casa los gestos y signos de paz. Ser los héroes que forman a seres humanos capaces de descubrir el verdadero sentido de las relaciones en esta sociedad e ir contracorriente.

5 pasos para educar en la amabilidad

El ejemplo es el mejor maestro. Aun así, además de ser amables y educados con nuestros propios hijos, Lovasik aporta cinco claves que ayudan a educar en la amabilidad.

1- Evita juzgar (y condenar) a los demás. A través del juego “ponerse las gafas del otro” se puede practicar la compasión y la empatía. Aunque juzgar las situaciones sea necesario, también lo es ser benévolo al hablar de terceros delante de los hijos.

2- Combate la avaricia y la envidia. La amabilidad se da la mano con el agradecimiento. Una práctica sencilla es, cada noche, dar gracias a Dios por tres cosas buenas que han ocurrido en el día, y agradecer alguna cualidad concreta de los demás.

3- Controla la ira. Nada menos amable que las explosiones de ira. Para incrementar el autocontrol en los momentos de enfado conviene saber retirarse, dejar espacio a los demás y a uno mismo, y reconocer y prevenir las situaciones que generan enfado y frustración... Además de recurrir a la ayuda divina, con la oración: “Jesús, manso y humilde de corazón, dame un corazón como el tuyo”.

4- Lleva con paciencia las ofensas. Demuestra con el ejemplo que perdonar es algo estupendo. Lo primero es no criticar a quien nos ha ofendido. El amor que todo lo perdona es la mayor “vitamina” para el alma. Y para recuperar la paz, piensa en ¡cuánto nos ha perdonado Dios a cada uno!

5- Piensa con amabilidad. “Descubre el poder transformador de tus pensamientos amables”, dice Lovasik, porque “tienen el poder de influir positivamente en los demás” (especialmente en los hijos), nos hacen capaces “de actuar con justicia”, e “incrementan nuestras obras de caridad”. “Los ojos amables distinguen los defectos, pero no se fijan en ellos”, concluye.

Artículo publicado en la edición número 64 de la revista Misión.

<https://www.revistamision.com/5-pasos-para-educar-en-la-amabilidad/>

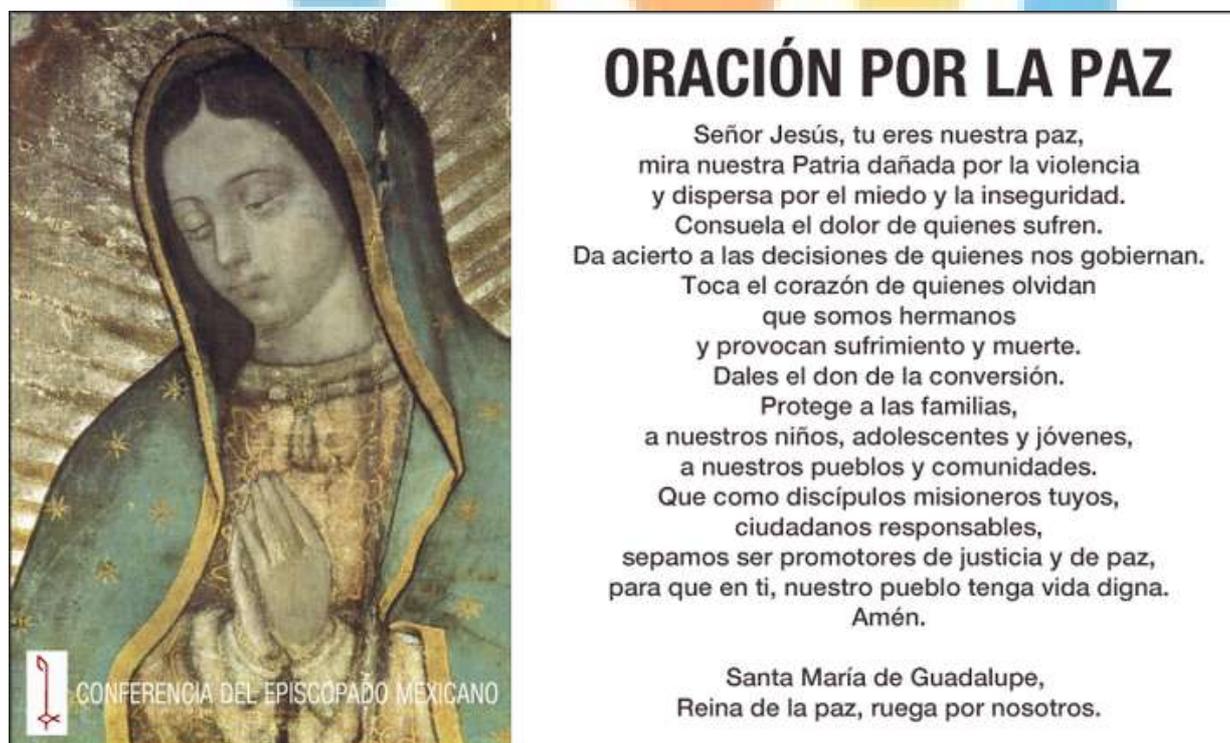
.

MATERIAL PARA PROFUNDIZAR

ORACIONES POR LA PAZ



(<https://www.aciprensa.com/Oracion/paz-familia.htm>)



(Episcopado Mexicano)

Oración por la paz en la familia

Señor quiero proclamarte a ti
Como Señor y Salvador de mi hogar,
quiero que seas el Rey de mi casa
y de mis seres queridos.
Entra en mi hogar
y toma posesión de él,
para que ningún mal se haga presente
en mí ni en mis seres queridos.
Protege mi hogar
de las personas violentas
y de todo lo que pueda alterar
la armonía familiar.
Que en mi casa no haya lugar
para la agresividad, la tristeza
la envidia, los celos, la venganza
la desconfianza, el egoísmo.
Que mi hogar
sea un espacio de verdadera paz,
una paz que se comunique, que se
contagie,
que debilite todo impulso negativo.
Y pongo en tus manos
a todos mis seres queridos.
Libéralos de toda ira desenfrenada,
dales un espíritu de fraternidad,
de diálogo, de comprensión,
de amabilidad,
para que sean siempre
instrumentos de paz,
para que venzan el mal con el bien.
Que a través de ellos
sea tu paz divina la que se transmita.
Tómalos, Señor, con tu amor
y derrama tu Gracia
a través de sus palabras y acciones.
Arranca de ellos
toda palabra irónica,
toda reacción que lastime a los demás,
toda actitud hiriente.
Dales fortaleza y paz
para resistir y enfrentar
cualquier dificultad sin alterarse.
Libéralos de toda violencia
con la serena acción de tu Espíritu.
Amén.

<https://es.aleteia.org/2015/11/19/oracion-por-la-paz-en-la-familia/>

LA FÓRMULA DE SANTA MÓNICA PARA NO PELEAR

- 1 Cuando alguien esté de mal genio, **esfuérzate por estar de buenas.**
- 2 Cuando alguien grite, **tú trata de hablar con toda tranquilidad.**
- 3 Cuando alguien quiera pelear, **evítalo.** Para pelear se necesitan dos.

Desde
la fe



PAZ

Es necesario realizar gestos
de humildad,
de fraternidad,
de perdón,
de reconciliación.

Estos gestos son premisa
y condición para una paz
auténtica, sólida y
duradera. *Tierra Santa*

TYOCN

Franciscus

Acciones sencillas para cuidar la paz

1. Agradece por las cosas grandes y pequeñas que la vida te ha regalado.
2. Aprende a decir la palabra PAZ en otros idiomas.
3. Lee cuentos temáticos sobre la paz con tus hijos.
4. Pasa tiempo en la naturaleza, respira profundamente y escucha el silencio a tu alrededor; el bienestar emocional es importante para ti y tu familia.
5. Enseña una canción de paz a tus hijos y, si puedes, acompáñala de gestos.
6. Toma una foto (por ejemplo: un retrato de tu familia o amigos) para celebrar un momento de paz.
7. Dibuja con tus hijos un mural sobre la paz en el mundo.
8. Fabricar un símbolo de la paz que los represente como familia.
9. Decora una mochila de la escuela con pegatinas de paz.
10. Pide un deseo para la paz; habla de ello con tus hijos, abre un debate sobre los temas que les interesan en todo el mundo.
11. ¿Quién es tu héroe o heroína de la paz? Comenta con otros cuáles son las cualidades que más valoras de esa persona.
12. Sonríe. La sonrisa es el único lenguaje universal.
13. Revisa tus cosas personales (ropa, juegos, etc) y dona lo que ya no uses.
14. ¡Da un paseo! Descubre un espacio agradable en la naturaleza o incluso en la calle.
15. Envía un mensaje positivo a la gente que quieres.
16. Comparte un momento con tus hijos: juega con ellos.
17. ¿Te molesta algo? Todos tenemos estrés o preocupaciones. Habla de ello y centrarse en lo positivo. Es importante hablar sobre estas preocupaciones con tus hijos.
18. Muestra afecto. Comparte tu empatía y amor.
19. Organiza un cine fórum en familia.
20. Escribe una nota o envía un *whatsapp* con un halago a alguien especial. Estos son detalles pequeños que crean momentos de paz y de alegría para nosotros y nuestros familiares, incluyendo a nuestros hijos.
21. Por último: haz, decora y enmarca tu propio diploma de paz, que muestre que estos gestos de paz te convierten en constructor de paz.

(Andre Diniz, septiembre 21, 2016)

Bibliografía:

1. <https://www.vatican.va/content/francesco/es/messages/peace/documents/20221208-messaggio-56giornatamondiale-pace2023.html>
2. CEM (Conferencia Episcopal Mexicana) <https://dialogosocialporlapaz.cem.org.mx/>
3. www.vatican.va 56 Jornada Mundial por la Paz <https://www.vatican.va/content/francesco/es/messages/peace/documents/20221208-messaggio-56giornatamondiale-pace2023.html>
1. Guías y recursos para promover la paz en familia. Guía infantil Psicología. <https://www.guiainfantil.com/educacion/valores/ideas-consejos-y-recursos-para-promover-la-paz-en-la-familia/>
1. Cuentos y actividades para trabajar la paz en casa <https://cuentosparacrecer.org/blog/educar-para-la-paz/>

