



Camino de Adviento CANÁ "¡La vida en familia vale la pena!"

"¡Grita de alegría, hija de Sión! ¡da voces de júbilo, oh Israel! ¡Alégrate, con todo tu corazón saltando de alegría, hija de Jerusalén!"

(Libro de Sofonías, capítulo 3, versículo 14)

Bienvenidos a la propuesta para el 3^{er} domingo del Camino de Adviento. Nuestro camino hacia la Navidad continúa. Después de preparar nuestros corazones para la venida de Jesús reconciliándonos, tomemos el tiempo hoy para regocijarnos.

Para este 3^{er} domingo "Alégrate", te ofrecemos un tiempo para convivir en familia con un testimonio en video y un desafío, luego un tiempo de intercambio en pareja siguiendo una guía.



Para vivir en familia

Vídeo testimonial



Reto familiar: "Encontrar gozo en la familia"

Hoy o durante la semana que comienza, organiza **una comida festiva en familia para alegraros juntos**: cada miembro de la familia participa en la cocina, la decoración de la mesa, la animación...

Para llevar alegría a la comida, busquemos tres cualidades de cada miembro de la familia.

No nos olvidemos de invitar a nuestra mesa a una persona que esté sola o en dificultades por la sola alegría de compartir...

Por la tarde, dediquemos tiempo a estar juntos, disfrutando de buenos momentos adaptados a cada grupo de edad y teniendo en cuenta los gustos y talentos de cada uno.: un paseo en familia, una llamada a los abuelos, padrinos, un juego o una actividad manual. Hablemos de aquello que tenemos en el corazón....

Oración: Reunámonos alrededor del pesebre y encendamos juntos la tercera vela de la corona de Adviento.

"Padre nuestro, concédenos acoger con alegría a Emmanuel, Dios con nosotros, que nuestros momentos familiares irradian con la alegría que viene de ti".



Para vivir en pareja

Para vivir este momento en pareja, te aconsejamos que desconectes el teléfono, te pongas cómodo y te asegures de que no te interrumpan.

Puedes coger un cuaderno para tomar notas.

Vídeo Enseñanza:



Compartir en pareja

Este domingo, te invitamos a tomarte un tiempo a solas en silencio para dar gracias por la alegría que te da la presencia de tu cónyuge en tu vida.

A continuación, puedes escribirle una carta o grabar un vídeo corto para darle las gracias por lo que te da alegría (gestos, palabras, actitudes...).

Luego juntaos de nuevo para compartir el fruto de ese momento anterior a solas.

¡Celebrad esta alegría de la vida matrimonial juntos! ¡Sed creativos!

Si lo deseáis, podéis orar juntos al Señor, agradecerle por el don de poner a vuestro cónyuge en vuestra vida y pedirle que venga y difunda su alegría en vuestros corazones.