

28 MANERAS DE PREPARARSE PARA LA

Navidad



NOV 28 **Dediquen tiempo a rezar.**

Comprométanse, ya sea individualmente o en familia, a dedicar un tiempo de oración cada día o cada semana. Consideren explorar una de las oraciones católicas tradicionales cada semana, como el Rosario, la Lectio Divina, la Oración del Examen o la Oración de la mañana o la noche.

DIC 1 ¡Elijan la vida!
Donen dinero o artículos a organizaciones que prestan servicios a mujeres embarazadas o a familias y niños. ¡Recen para que todos elijan la vida!

DIC 5 Vayan a confesarse.
Despejen el desorden de su corazón y mente sanando su relación con Dios a través del Sacramento de la Reconciliación.

DIC 9 No olviden a San José.
En honor a San José, Santo Patrono de los Trabajadores, asegúrense hoy de mostrar bondad a los trabajadores, especialmente a aquellos que trabajan en comercios, hospitales, seguridad pública y medicina.

DIC 14 Recen por los muertos.
Esta época del año puede ser especialmente difícil para aquellos que están de duelo. Envíen una tarjeta o carta a aquellos que por primera vez pasan la Navidad sin un ser querido. Recen por aquellos que murieron y por todos los que los aman.

DIC 2 Armen el pesebre.
Cuenten la historia del nacimiento de Jesús mientras juntos arman el pesebre. Para mayor diversión, mantengan al bebé Jesús fuera de su cuna y dejen que el miembro más pequeño de la familia lo coloque en el pesebre en la mañana de Navidad.

DIC 10 Hagan una lista de compras.
Mientras planifican el horneado o la comida de Navidad, añadan algunos artículos extra para donarlos a un banco de alimentos u organización que alimente a los necesitados.

DIC 15 ¡Canten villancicos!
Esparzan el regocijo de esta época del año cantando villancicos en un hogar de ancianos u otro centro asistencial o en su vecindario. ¿No pueden reunirse con otros? Inviten a sus amigos o familiares a grabar una canción y a intercambiar videos.

DIC 19 Miren una película.
Hagan palomitas de maíz y chocolate caliente y prepárense para ver una película navideña, como "La Navidad de Charlie Brown", "Qué Bello es Vivir" o "El Pesebre".

DIC 23 Reserven uno o dos regalos
para abrirlos en la Solemnidad de la Epifanía o Día de Los Reyes Magos, que celebra a los Reyes Magos rindiendo homenaje al Niño Jesús, ofreciendo regalos de oro, incienso y mirra.

NOV 29 **Comprométanse con la bondad.**

Esta época del año puede ser estresante y a menudo somos nuestros peores enemigos. Asuman el compromiso de ser amables con los desconocidos, con su familia y con ustedes mismos. Recuerden que ¡tanto amó Dios al mundo, que envió a su Hijo! ¡Difundan el amor!

DIC 6 ¡Celebren las festividades!
San Nicolás (6 de diciembre), San Juan Diego (9 de diciembre), Santa Lucía (13 de diciembre) y San Juan de la Cruz (14 de diciembre) tienen festividades durante el Adviento. Dediquen tiempo a aprender sobre estos héroes sagrados y a celebrarlos.

DIC 11 Sirvan a los demás.
Ayuden a un ser querido a decorar. Ofrézcanse para cuidar niños o para dar un descanso a los cuidadores. Envuelvan regalos o paleen nieve para un vecino. Sirvan café o comida a aquellos que tienen hambre. Hagan una donación a una organización de ayuda.

DIC 16 Celebren la novena de Navidad,
que comienza el 16 de diciembre y finaliza el 24 de diciembre. Busquen en Internet la tradicional novena de Navidad de San Andrés o infórmense sobre las celebraciones culturales como la de Las Posadas o la Simbang Gabi.

DIC 20 ¡Miren las estrellas!
Los pastores y los Reyes Magos experimentaron acontecimientos celestiales en la historia de la Natividad. Salgan y contemplen el cielo de la noche, dando gracias por el regalo de la creación.

DIC 24 ¡Dejen que el cielo y la naturaleza canten!
Busquen maneras sencillas de pasar unas vacaciones más eco-amigables. Utilicen papel de regalo que sea reutilizable o reciclable. Eviten los plásticos de un solo uso. Sean conscientes del uso de la energía y el agua. Agradézcan a Dios el regalo de la creación.

NOV 30 **Saquen la corona de Adviento y enciendan las velas.**

No se preocupen si no tienen velas nuevas o si son del color equivocado. Enciendan una vela cada noche y den gracias a Dios por la luz que vence las tinieblas.

DIC 3 Practiquen la gratitud.
Cada noche, durante la cena o antes de ir a la cama, hagan una lista de 1 a 3 cosas por las que estén agradecidos. Digan una oración de agradecimiento.

DIC 7 Quédense quietos.
Encuentren tiempo para estar quietos y en silencio, aunque sólo sean cinco minutos. Reflexionen sobre el gran amor que Dios tiene por ustedes.

DIC 12 ¡Vayan a caminar!
José y María viajaron hasta Belén. Los Reyes Magos viajaron para encontrar al Niño Jesús. Salgan y reflexionen sobre su propio camino hacia Dios.

DIC 17 ¡Oh Ven, oh Ven Emmanuel!
Las Antifonas de Adviento, utilizadas durante la oración de la noche, comienzan el 17 de diciembre. Cada noche de esta semana canten la estrofa correspondiente al canto de Adviento.

DIC 21 En la noche más larga,
acérquense a aquellos que experimentan depresión, ansiedad o que tienen dificultades durante esta época del año. Ofrezcan una oración para aquellos que necesitan consuelo y sanación.

DIC 25 ¡Regocijo para el mundo!
Pongan algo de música. Preparen un banquete. ¡Alégrense! ¡Dios está con nosotros! Vengan, vamos a adorarlo.

DIC 4 Hagan espacio.
Tómense tiempo para limpiar, ordenar y deshacerse de artículos que ya no necesitan en su casa. Donen artículos que ya no necesiten, pero que les sirvan a otros.

DIC 8 ¡Celebren a María!
Dediquen tiempo a honrar a María en la Solemnidad de la Inmaculada Concepción (8 de diciembre), el Día de Nuestra Señora de Loreto (11 de diciembre) o el Día de Nuestra Señora de Guadalupe (12 de diciembre).

DIC 13 ¡Recuerden que Jesús es la Luz del mundo!
Disfruten la cena a la luz de las velas. Den un paseo en coche para ver las luces navideñas. Recuerden que Jesús es la luz que vence las tinieblas.

DIC 18 Agradézcan a aquellos que ofrecen ayuda.
Dejen bocadillos o bebidas envasadas previamente para los carteros y repartidores.

DIC 22 Horneen galletas.
Consideren llevar golosinas a los refugios para personas sin hogar, a los bancos de alimentos o a otras organizaciones que sirvan a los pobres. (¡Primero infórmense sobre las políticas de donación de alimentos!).

