

A dramatic, expressive oil painting of a nativity scene. The Virgin Mary is shown in profile, cradling the infant Jesus in her arms. They are illuminated by a bright, golden light that fills the center of the composition, contrasting with the dark, swirling colors of the background. The brushstrokes are thick and visible, giving the painting a sense of movement and texture.

EL CORAZÓN DE LA FAMILIA

UNA SERIE DE LA INICIATIVA SAGRADA FAMILIA

GUÍA COMPLETA PARA LAS SESIONES



EL CORAZÓN DE LA FAMILIA

UNA SERIE DE LA INICIATIVA SAGRADA FAMILIA

Bienvenida

El Corazón de la Familia 4

Primera sesión

Esperando la bendición del Señor 5

Segunda sesión

Cuando todo cambia, el Señor permanece 8

Tercera sesión

Convertirnos en la familia fuerte y tierna de Jesús 12

Cuarta sesión

Lo que las Escrituras enseñan sobre las relaciones humanas 15

Quinta sesión

Entrelazados: Lo que la Iglesia enseña sobre las relaciones familiares 19

Sexta sesión

Familia de familias: La comunidad parroquial y la comunión de los santos 23

Séptima sesión

Lo que tus manos han aprendido y hecho: Una meditación familiar guiada 27

Lista de los presentadores 30

Agradecimientos y créditos 31

Bienvenida

Bienvenidos a *El Corazón de la Familia*, un proyecto del Instituto McGrath para la Vida de la Iglesia, patrocinado por una donación generosa de Lilly Endowment Inc. Este programa para familias que puede ser usado en el hogar, en la parroquia o en la escuela, les invita a vivir el llamado a ser iglesias domésticas donde el amor divino se haga palpable a través de las relaciones entre los miembros de la familia y donde la fe católica se viva y se transmita en lo cotidiano de la vida.

En las sesiones de este programa las familias aprenderán del ejemplo de la Sagrada Familia de Nazaret a transformar sus hogares en santuarios de amor y fe. Además, explorarán cómo su iglesia doméstica se fortalece a través de sus vínculos con su familia extendida, con la comunidad parroquial y con la comunión de los santos. La sesión final de este programa es una meditación familiar que servirá como una hermosa experiencia de amor familiar.

Una segunda ronda de videos que se lanzará a finales del otoño se enfocará en habilidades y herramientas prácticas para que los padres y los adultos en el hogar transmitan la fe a sus hijos y nietos.

¡Nunca es demasiado tarde para que su familia comience el camino hacia la santidad! Visite SerieSagradaFamilia.nd.edu para comenzar a ver este programa.

El Corazón de la Familia es un proyecto de la Iniciativa Sagrada Familia, un programa dedicado a apoyar al creciente número de familias católicas hispanas en los Estados Unidos en su labor de transmitir la fe a la siguiente generación.

Les mantendremos en oración para que este recurso resulte útil para su familia, y las familias de su comunidad parroquial y escolar.



Benito Medrano Calderon
Director de la Iniciativa Sagrada Familia



Katherine Angulo, M.A.
Directora de Programas de Enriquecimiento Pastoral

Primera sesión

Esperando la bendición del Señor

La primera sesión presenta el llamado que la iglesia hace a las familias: el de convertirse en una iglesia doméstica. Las historias de esta sesión, presentan a María y José cómo modelo para que las familias de hoy acepten las invitaciones de Dios con valentía y confianza.

Leamos las Escrituras

Vaya al sitio web de este programa, y vea los Videos Uno y Dos de la primera sesión. A continuación encontrará las lecturas que se leerán en el video Dos.

Del evangelio de San Lucas capítulo uno.

En aquel tiempo, el ángel Gabriel fue enviado por Dios a una ciudad de Galilea, llamada Nazaret, a una virgen desposada con un varón de la estirpe de David, llamado José. La virgen se llamaba María.

Entró el ángel a donde ella estaba y le dijo: “Alégrate, llena de gracia, el Señor está contigo”. Al oír estas palabras, ella se preocupó mucho y se preguntaba qué querría decir semejante saludo.

El ángel le dijo: “No temas, María, porque has hallado gracia ante Dios. Vas a concebir y a dar a luz un hijo y le pondrás por nombre Jesús. Él será grande y será llamado Hijo del Altísimo; el Señor Dios le dará el trono de David, su padre, y él reinará sobre la casa de Jacob por los siglos y su reinado no tendrá fin”.

María le dijo entonces al ángel: “¿Cómo podrá ser esto, puesto que yo permanezco virgen?” El ángel le contestó: “El Espíritu Santo descenderá sobre ti y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra. Por eso, el Santo, que va a nacer de ti, será llamado Hijo de Dios. Ahí tienes a tu parienta Isabel, que a pesar de su vejez, ha concebido un hijo y ya va en el sexto mes la que llamaban estéril, porque no hay nada imposible para Dios”. María contestó: “Yo soy la esclava del Señor; cúmplase en mí lo que me has dicho”.

Y el ángel se retiró de su presencia.

Del evangelio de San Lucas capítulo dos.

Por aquellos días, se promulgó un edicto de César Augusto, que ordenaba un censo de todo el imperio. Este primer censo se hizo cuando Quirino era gobernador de Siria. Todos iban a empadronarse, cada uno en su propia ciudad; así es que también José, perteneciente a la casa y familia de David, se dirigió desde la ciudad de Nazaret, en Galilea, a la ciudad de David, llamada Belén, para empadronarse, juntamente con María, su esposa, que estaba encinta. Mientras estaban ahí, le llegó a María el tiempo de dar a luz y tuvo a su hijo primogénito; lo envolvió en pañales y lo recostó en un pesebre, porque no hubo lugar para ellos en la posada.

Reflexionemos

Después de ver el Video Dos, lea y tome un breve momento para pensar en sus respuestas a las siguientes preguntas de reflexión. Cuando los miembros de su familia estén listos, compartan sus respuestas. Escuchen con cariño y respeto las palabras, pensamientos y experiencias de los demás.

- María y José aceptaron el plan de Dios y crecieron en amor y cuidado mutuo. ¿Qué acción pueden realizar esta semana para demostrar más amor y cuidado a los miembros de su familia?
- Piensen en su vida, la cual incluye su trabajo, sus estudios, sus responsabilidades y sus decisiones: ¿De qué manera pueden empezar a experimentar más confianza en nuestro Señor, como la tuvo José, o más valentía, como la tuvo María?

Oremos

Después de compartir sus respuestas, vean el Video Tres de esta sesión y oren en familia. Para esta oración, el padre leerá las primeras líneas e invitará a su familia a leer juntos el texto en negrita.

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

Santísima Virgen María, tú que dijiste sí al plan de Dios para ti, **ayúdanos a escuchar el llamado de Dios y a responder con generosidad y confianza.**

Dichoso San José, tú que cuidaste y protegiste a madre e hijo, **ayuda a nuestra familia a entregarse a los demás mediante actos de amor y misericordia.**

Santísimo Niño Jesús, tú que con tu nacimiento trajiste esperanza, paz y amor a María, a José, y al mundo, **concédele a nuestra familia la gracia de experimentar los frutos de tu presencia y de tu salvación en la rutina diaria.**

Sagrada Familia de Nazaret,
Rueguen por nosotros.

Actuemos

Construyan un altarcito en casa. Una iglesia doméstica santifica el tiempo y los lugares donde se reúne la familia. Usen este altarcito en su hogar como un espacio de oración y como un punto de encuentro para la oración familiar.

- Encuentren un espacio en casa para su altar. La sala es una buena opción, ya que será accesible para todos.
- Usen un mantel. A lo largo del año, pueden cambiarlo para que combine con los colores del calendario litúrgico, por ejemplo, usen un mantel morado durante la cuaresma y el adviento, blanco para pascua, verde para el tiempo ordinario.
- Pongan un crucifijo en el centro. Jesús es el centro de la fe. Que Él también esté en el corazón de su familia.
- Usen una imagen o estatua de María. Pueden usar cualquier imagen o estatua mariana, por ejemplo de Nuestra Señora de Guadalupe, Nuestra Señora de la Caridad, Nuestra Señora de Aparecida, Nuestra Señora de Lourdes, o Nuestra Señora de Chiquinquirá.
- Pongan una biblia para leer en familia. Puede ser una biblia para niños para que los adultos puedan leer historias bíblicas a sus hijos o nietos en casa.
- Añadan una vela. Pueden usar una vela de verdad si es seguro, o una vela que opere con baterías.
- Con el tiempo, agreguen decoraciones adicionales como flores de su jardín, imágenes de otros santos a los que su familia tenga devoción o un libro de oraciones.

Compartan una historia familiar. Esta sesión comenzo invitandolos a recordar momentos significativos en la vida de su familia. Esos momentos viven en los álbumes de fotos familiares y en muchos objetos que se guardan en casa como recuerdos. Para esta sesión, revisen su álbum de fotos o encuentren un objeto en su hogar que les recuerde sobre un hermoso momento compartido en familia. Quizás sea algo que hicieron hace mucho, o quizás sea algo que pasó recientemente. Cuando lo encuentren, reúnanse y compartan esa historia. Mientras la cuentan, pasen la foto u objeto para que todos lo vean.

Segunda sesión

Cuando todo cambia, el Señor permanece

¿Cómo debe responder una familia a los cambios drásticos de la vida? En esta sesión, al continuar leyendo las Escrituras, María y José le enseñarán a su familia que, cuando ocurra lo inesperado, el Señor provee y permanece fielmente a su lado, siempre.

Leamos las Escrituras

Vaya al sitio web de este programa, y vea los Videos Uno y Dos de la segunda sesión. A continuación encontrará las lecturas del evangelio de Mateo que se leerán en el Video Dos.

Jesús nació en Belén de Judá, en tiempos del rey Herodes. Unos magos de oriente llegaron entonces a Jerusalén y preguntaron: "¿Dónde está el rey de los judíos que acaba de nacer? Porque vimos surgir su estrella y hemos venido a adorarlo".

Al enterarse de esto, el rey Herodes se sobresaltó y toda Jerusalén con él. Convocó entonces a los sumos sacerdotes y a los escribas del pueblo y les preguntó dónde tenía que nacer el Mesías. Ellos le contestaron: "En Belén de Judá, porque así lo ha escrito el profeta: Y tú, Belén, tierra de Judá, no eres en manera alguna la menor entre las ciudades ilustres de Judá, pues de ti saldrá un jefe, que será el pastor de mi pueblo, Israel"

Entonces Herodes llamó en secreto a los magos, para que le precisaran el tiempo en que se les había aparecido la estrella y los mandó a Belén, diciéndoles: "Vayan a averiguar cuidadosamente qué hay de ese niño y, cuando lo encuentren, avísenme para que yo también vaya a adorarlo".

Después de oír al rey, los magos se pusieron en camino, y de pronto la estrella que habían visto surgir, comenzó a guiarlos, hasta que se detuvo encima de donde estaba el niño. Al ver de nuevo la estrella, se llenaron de inmensa alegría.

Entraron en la casa y vieron al niño con María, su madre, y postrándose, lo adoraron. Después, abriendo sus cofres, le ofrecieron regalos: oro, incienso y mirra. Advertidos durante el sueño de que no volvieran a Herodes, regresaron a su tierra por otro camino.

Después de que los magos partieron de Belén, el ángel del Señor se le apareció en sueños a José y le dijo: "Levántate, toma al niño y a su madre y huye a Egipto. Quédate allí hasta que yo te avise, porque Herodes va a buscar al niño para matarlo".

José se levantó y esa misma noche tomó al niño y a su madre y partió para Egipto, donde permaneció hasta

la muerte de Herodes...Cuando Herodes se dio cuenta de que los magos lo habían engañado, se puso furioso y mandó matar, en Belén y sus alrededores, a todos los niños menores de dos años, conforme a la fecha que los magos le habían indicado...

Después que murió Herodes, un ángel del Señor se apareció en sueños a José en Egipto y le dijo: «Levántate, toma al niño y a su madre, y vete a la tierra de Israel, pues ya murieron los que amenazaban con quitarle la vida al niño».

Así que se levantó José, tomó al niño y a su madre, y regresó a la tierra de Israel. Pero al oír que Arquelao reinaba en Judea en lugar de su padre Herodes, tuvo miedo de ir allá. Advertido por Dios en sueños, se retiró al distrito de Galilea y fue a vivir en un pueblo llamado Nazaret. Con esto se cumplió lo dicho por los profetas: «Lo llamarán Nazareno».

Reflexionemos

Después de ver el Video Dos, lea y tome un breve momento para pensar en sus respuestas a las siguientes preguntas de reflexión. Cuando los miembros de su familia estén listos, compartan sus respuestas. Escuchen con cariño y respeto las palabras, pensamientos y experiencias de los demás.

- Pase lo que pase en nuestra vida, el Señor permanece con nosotros. Piensen en un momento difícil que hayan vivido o estén viviendo en la escuela, el trabajo o en casa, y compartan con su familia: ¿de qué maneras ve a Dios caminar junto a usted en medio de esta dificultad?
- Los Reyes Magos llegaron ante la Sagrada Familia con preciosos regalos para el niño Jesús. ¿Qué regalos tiene que le gustaría ofrecer a su familia? Piensen incluso en pequeños detalles y gestos que vayan desde una sonrisa o un abrazo, hasta en quehaceres que puedan hacer en vez de ellos.

Oremos

Después de compartir sus respuestas, vean el Video Tres de esta sesión y oren en familia. Si es seguro, enciendan una vela y pídanle a su familia que la rodee. Esta vela es símbolo de la estrella que iluminó el camino de los Reyes Magos hacia Cristo, el corazón de la familia. El padre comenzará cada línea, mientras su familia repite en voz alta las palabras en negrita.

Dios nuestro,

Como los santos esposos, María y José en su camino a Egipto, peregrinamos por el mundo buscando refugio de todo aquello que pueda dañar a quienes amamos. Ayúdanos Señor a encontrar lo que buscamos en tu hijo Jesucristo.

Cuando comencemos un nuevo viaje...**sé nuestro compañero.**

Cuando no estemos seguros del siguiente paso que debemos dar...**sé nuestro guía.**

Cuando estemos cansados o sintamos que ya no podemos seguir...**sé nuestra fuerza.**

Cuando nos sintamos solos o no amados...**sé nuestro refugio.**

Cuando nos cueste amarnos los unos a los otros...**sé nuestro ejemplo.**

Que en cada día y cada noche, en cada momento y en cada estación...**que seas tu a quien amamos, el centro de nuestra historia familiar.**

Sagrada Familia de Nazaret,

Rueguen por nosotros.

Actuemos

Compartan una historia familiar. Al igual que en la primera sesión, busquen en su álbum de fotos o por la casa, una foto del regalo favorito que hayan recibido. Para los adultos: pueden hablar de un regalo que recibieron en su infancia, y aunque no tenga una foto u objeto para compartir, simplemente cuenten la historia de su regalo favorito con tantos detalles como puedan. Cuando todos hayan encontrado una foto, un objeto o tal vez solo tengan presente el recuerdo, reúnanse y compartan la historia.

Oren a su ángel de la guarda. Las historias bíblicas de esta sesión hablan sobre cómo los ángeles acudieron a María y José para comunicarles el plan que Dios tenía para ellos. Como católicos, creemos que Dios ha enviado un ángel para que cuide e interceda por nosotros en cada momento de nuestra vida. Como familia, hagan un esfuerzo por memorizar estas breves oraciones que pueden hacer en su altarcito.

Oración a tu ángel de la guarda

Ángel de mi guarda,
mi dulce compañía,
no me desampares
ni de noche ni de día,
no me dejes solo,
que me perdería.

Amén.

Oración a San Miguel Arcángel

San Miguel Arcángel, defiéndenos en la batalla.
Sé nuestro amparo contra las perversidad y asechanzas del demonio.
Reprímale Dios, pedimos suplicantes,
y tú, príncipe de la milicia celestial,
arroja al infierno con el divino poder
a Satanás y a los otros espíritus malignos
que andan dispersos por el mundo
para la perdición de las almas.

Amén.

Tercera sesión

Convertirnos en la familia fuerte y tierna de Jesús

La parábola del hijo pródigo muestra que al igual que el padre de esta historia, una iglesia doméstica debe ser lo suficientemente fuerte como para levantar al otro, y lo suficientemente tierna como para sanar a los demás miembros de su familia. En esta sesión con la Sagrada Familia, se invita a los padres a reflexionar sobre el legado de fe para sus hijos.

Leamos las Escrituras

Vaya al sitio web de este programa, y vea los Videos Uno y Dos de la tercera sesión. A continuación encontrará la lectura del evangelio de Lucas capítulo quince que se leerá en el video dos.

Jesús les dijo entonces esta parábola: “Un hombre tenía dos hijos, y el menor de ellos le dijo a su padre: ‘Padre, dame la parte de la herencia que me toca.’ Y él les repartió los bienes.

No muchos días después, el hijo menor, juntando todo lo suyo, se fue a un país lejano y allá derrochó su fortuna, viviendo de una manera disoluta. Después de malgastarlo todo, sobrevino en aquella región una gran hambre y él empezó a padecer necesidad. Entonces fue a pedirle trabajo a un habitante de aquel país, el cual lo mandó a sus campos a cuidar cerdos. Tenía ganas de hartarse con las bellotas que comían los cerdos, pero no lo dejaban que se las comiera.

Se puso entonces a reflexionar y se dijo: ‘¡Cuántos trabajadores en casa de mi padre tienen pan de sobra, y yo, aquí, me estoy muriendo de hambre! Me levantaré, volveré a mi padre y le diré: Padre, he pecado contra el cielo y contra ti; ya no merezco llamarme hijo tuyo. Recíbeme como a uno de tus trabajadores.’

Enseguida se puso en camino hacia la casa de su padre. Estaba todavía lejos, cuando su padre lo vio y se enterneció profundamente. Corrió hacia él, y echándole los brazos al cuello, lo cubrió de besos. El muchacho le dijo: ‘Padre, he pecado contra el cielo y contra ti; ya no merezco llamarme hijo tuyo.’

Pero el padre les dijo a sus criados: ‘¡Pronto!, traigan la túnica más rica y vístansela; pónganle un anillo en el dedo y sandalias en los pies; traigan el becerro gordo y mátenlo. Comamos y hagamos una fiesta, porque este hijo mío estaba muerto y ha vuelto a la vida, estaba perdido y lo hemos encontrado.’ Y empezó el banquete.

Reflexionemos

Después de ver el Video Dos, lea y tome un breve momento para pensar en sus respuestas a las siguientes preguntas de reflexión. Cuando los miembros de su familia estén listos, compartan sus respuestas. Escuchen con cariño y respeto las palabras, pensamientos y experiencias de los demás.

- Recordemos nuestra reflexión sobre la parábola del hijo pródigo: ¿Qué significa para ti que el amor familiar deba de ser tierno y a la vez fuerte? ¿Cómo crees que se manifiesta ese amor en la forma en que nos tratamos?
- Cuando llegue el momento de que sus hijos formen su propia familia, ¿qué ideas quieren que hereden de ustedes sobre lo que significa ser una familia y sobre lo que significa creer en nuestro Dios?

Oremos

Después de compartir sus respuestas, vean el Video Tres de esta sesión y oren en familia. Esta oración ofrecerá primero una oración por los padres de familia y su responsabilidad de transmitir la fe a la siguiente generación, y luego por los hijos, quienes reciben el don de la fe. Padres e hijos, oren en voz alta la parte en negrita que les corresponde.

Padre Celestial, dador de todo bien, te damos gracias por el don de ser padres, a quienes llamas a ser los primeros catequistas de sus hijos y los primeros testigos de tu amor divino.

***Padres:* Te pedimos que nos des la gracia de vivir nuestra fe con un ardor intenso. Concédenos la fortaleza y la ternura de San José y de la Santísima Virgen María. Ayúdanos a mantenerte, oh Dios, en el corazón de nuestra familia, para que cada palabra que pronunciamos y cada decisión que tomemos acerquen a nuestros hijos a tu Hijo, Jesucristo.**

Señor Jesucristo, Hijo del Padre, quien nos reveló que el Reino de los Cielos pertenece a los que son como niños.

***Hijos:* Ayúdanos a seguir tu voz cuando nos llares. Abre nuestros corazones para recibir el don de la fe que nuestros padres comparten con nosotros a través de sus palabras y obras.**

Bendice, Señor, a estas familias para que aprendan a amarte sobre todas las cosas y hagan de su hogar un santuario de tu presencia.

Sagrada Familia de Nazaret,
Rueguen por nosotros.

Actuemos

Compartan una historia familiar. En esta ocasión, busquen una foto o un objeto que les recuerde a sus padres. Cuando la tengan, compartan con su familia su respuesta a esta pregunta: Comparte una cosa que hayan aprendido de sus padres. Puede ser una lección de vida importante, o simplemente un gesto o una frase que hayan aprendido de ellos. Para esta actividad, también pueden incluir a sus abuelos: ¿hay algo que hayan aprendido de ellos?

Dibujen un retrato familiar

1. En una hoja de papel, dibujen a todos los miembros de su familia asegurándose de que nadie más vea el dibujo de los demás.
2. Mientras dibujan a cada uno de los miembros de su familia, piensen en esta pregunta: ¿qué aprecian o admiran de cada uno de ellos?
3. Cuando todos hayan terminado de dibujar, tomen turnos para mostrar su dibujo al resto de su familia y compartan con ellos lo que aprecian o admiran de cada uno de ellos.

Cuarta sesión

Lo que las Escrituras enseñan sobre las relaciones humanas

Esta y futuras sesiones amplían la visión sobre la iglesia doméstica y su rol en el mundo.

Como lo dice el libro del Génesis, cada ser humano fue creado a imagen y semejanza de Dios, lo cual implica el ser creado para vivir en relaciones: en una relación cercana y amorosa con Dios, y a través de este amor divino, a vivir en relación con los demás, comenzando con los miembros de su familia y extendiendo ese amor a los demás

Leamos las Escrituras

Vaya al sitio web de este programa, y vea los Videos Uno y Dos de la cuarta sesión. A continuación encontrará la lectura de Génesis capítulo dos que se leerá en el video dos.

Este es el origen del cielo y de la tierra cuando fueron creados, el día en que el Señor hizo la tierra y los cielos... Entonces Dios formó al hombre con polvo de la tierra; luego sopló en sus narices un aliento de vida, y existió el hombre con aliento y vida...Dios tomó al hombre y lo puso en el jardín del Edén para que lo cultivara y lo cuidara. Y Dios le dio al hombre un mandamiento; le dijo: “Puedes comer todo lo que quieras de los árboles del jardín, pero no comerás del árbol de la Ciencia del bien y del mal. El día que comas de él, ten la seguridad de que morirás”.

“No es bueno que el hombre esté solo”, dijo Dios. “Voy a hacerle a alguien como él, para que lo ayude”. Entonces Dios formó de la tierra todas las bestias del campo y todos los pájaros del cielo y los llevó ante Adán para que les pusiera nombre y así todo ser viviente tuviera el nombre puesto por Adán.

Así, pues, Adán les puso nombre a todos los animales domésticos, a los pájaros del cielo y a las bestias del campo; pero no hubo ningún ser semejante a Adán para ayudarlo. Entonces Dios hizo caer al hombre en un profundo sueño, y mientras dormía, le sacó una costilla y cerró la carne sobre el lugar vacío. Y de la costilla que le había sacado al hombre, Dios formó una mujer. Se la llevó al hombre y éste exclamó:

“...Ésta será llamada mujer, porque ha sido formada del hombre”. Por eso el hombre abandonará a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer y serán los dos una sola cosa.

Reflexionemos

Después de ver el Video Dos, lea y tome un breve momento para pensar en sus respuestas a las siguientes preguntas de reflexión. Cuando los miembros de su familia estén listos, compartan sus respuestas. Escuchen con cariño y respeto las palabras, pensamientos y experiencias de los demás.

- De todas las relaciones que tienen ahora, ¿cuál es la más positiva y sana, y qué es lo que la hace tan especial
- Jesucristo es quien restaura las relaciones y la comunión con Dios y con los demás que el pecado fractura y destruye. ¿Qué es una cosa sobre Cristo que cada uno de ustedes sabe, y qué es una cosa de la que les gustaría aprender más sobre Jesús?

Oremos

Después de compartir sus respuestas, vean el Video Tres de esta sesión y oren en familia. Para esta oración, repitan el texto en negrita. Después, pausen el video cuando se les indique para que compartan sus respuestas a las siguientes preguntas.

Dios Todopoderoso, tú formaste a Adán del polvo y le soplaste tu aliento de vida.

Que nuestros corazones se acerquen a ti, que confiemos en ti y que te busquemos hoy y siempre.

Pause el video y comparta lo siguiente. Después de compartir, continúe el video.

Familias, por favor compartan una cosa que cada uno de ustedes pueda hacer para mejorar su relación con Dios.

Padre Celestial, tú declaraste que “no es bueno que el hombre esté solo”,

Y nos creaste con igual dignidad para que seamos hermanos y hermanas con todos.

Pause el video y comparta lo siguiente. Después de compartir, continúe el video.

Por favor, compartan nombres de personas por las que desean orar.

Dios Creador, nos ordenaste “cultivar y cuidar” el regalo de tu creación.

Ayúdanos a proteger este mundo y a apreciar la belleza de tu trabajo.

Pause el video y comparta lo siguiente. Después de compartir, continúe el video.

Familias, compartan lo que más les gusta del mundo natural.

En Cristo, Señor nuestro, tú has reconciliado todas las cosas contigo. Continúa alimentando en nuestras vidas el amor eterno con el que nos llamas a ti.

Sagrada Familia de Nazaret,

Rueguen por nosotros.

Actuemos

Aprendiendo a amar a otros. La primera actividad de esta sesión se basa en la idea de que cuando orientamos nuestro ser hacia a los demás, aprendemos a amarlos, no como nosotros queremos amarlos, sino como en realidad necesitan ser amados.

1. Tomen una hoja de papel y dibujen una tabla como la de abajo con cuadros o cajas lo suficientemente grandes.
2. Escriban los nombres de los miembros de su familia en la primera columna. Un nombre por cuadro o por cajita.
3. En la columna de en medio, al lado del nombre, escriban en secreto cómo creen que a esta persona le gusta ser amada. Por ejemplo, junto al nombre de su mamá, podrían escribir que tú crees que le gusta sentirse amada cuando le regalan flores. No le muestres esta columna a nadie todavía.
4. Cuando todos hayan terminado de llenar la primera y la segunda columna, compartan sus respuestas con los demás. Después de compartir, escuchen atentamente a cada persona decir cómo es que en realidad le gusta ser amada. En la última columna, pueden escribir lo que cada persona diga y pueden comprometerse personalmente a amar a su familia como cada uno de ellos lo necesite.

Miembro de la familia	Cómo <i>yo creo</i> que les gusta ser amados.	Cómo <i>en realidad</i> les gusta ser amados.

Día de confesión familiar. El sacramento de la confesión ofrece la misericordia y el amor de Dios que restaura las relaciones que el pecado ha roto. Asignen a alguien de su familia para que investigue los horarios de confesión en su parroquia y acuerden asistir juntos para recibir este sacramento algún día durante el próximo mes.

¿Quién investigará los días y horarios de confesión en su parroquia?:

Después de investigar y ponerse de acuerdo, escriban el día y la hora en que su familia puede asistir a la confesión:

1. Antes de confesarse: Reflexionen sobre sus acciones, pensamientos y palabras desde su última confesión. ¿Les faltó amar más a Dios y a quienes los rodean?
2. Al confesarse: Al comenzar, hagan la señal de la cruz, y con un corazón humilde deseando la misericordia de Dios, confiesen todos sus pecados al sacerdote. El sacerdote quizá ofrezca algún consejo y les asignará un acto de penitencia, es decir, una oración o una acción.
3. Cuando se les indique, recen el Acto de Contrición. Puede que su parroquia tenga esta oración impresa en el confesionario, o pueden usar la siguiente oración:

Señor mío

Jesucristo, Dios y Hombre verdadero,
me pesa de todo corazón haberte ofendido;
propongo firmemente nunca más pecar,
apartarme de todas las ocasiones de pecado,
confesarme y cumplir la penitencia.
Te ofrezco, Señor, mi vida,
obras y trabajos en satisfacción de todos mis pecados.

Amén.

4. Para concluir, el sacerdote pronunciará las palabras de la absolución, a las que responderán con un "Amén".

Quinta sesión

Entrelazados: Lo que la Iglesia enseña sobre las relaciones familiares

El amor divino, y el amor de una iglesia doméstica, se experimenta en la entrega mutua. Esta entrega de amor comienza en la pareja y se extiende a los hijos, fruto del amor entre los esposos. En muchas familias, estas relaciones amorosas se extienden también a los abuelos, tías, tíos y primos. Esta sesión abordará estas relaciones únicas.

Leamos las Escrituras

Vaya al sitio web de este programa, y vea los Videos Uno y Dos de la quinta sesión. A continuación encontrará la lectura de Génesis capítulo cuatro que se leerá en el Video Dos.

Al cabo de algún tiempo Caín ofreció al Señor frutos del campo; y Abel, por su parte, los primogénitos y la grasa de su ganado. El Señor miró complacido a Abel y su ofrenda, pero no a Caín y la suya. Por esto Caín se irritó en gran manera y andaba cabizbajo. Entonces dijo el Señor a Caín: —¿Por qué estás irritado? ¿Por qué andas cabizbajo? ¿No llevarías el rostro alto si obraras bien? Pero si no obras bien, el pecado acecha a la puerta; no obstante, tú podrás dominarlo.

Caín dijo a su hermano Abel: —Vamos al campo. Y cuando estaban en el campo, Caín se alzó contra su hermano Abel, y lo mató.

Entonces el Señor dijo a Caín: —¿Dónde está tu hermano Abel?

Él respondió: —No lo sé. ¿Acaso soy yo el guardián de mi hermano?

Reflexionemos

Después de ver el Video Dos, lea y tome un breve momento para pensar en sus respuestas a las siguientes preguntas de reflexión. Cuando los miembros de su familia estén listos, compartan sus respuestas. Escuchen con cariño y respeto las palabras, pensamientos y experiencias de los demás.

- Esta sesión menciona que la presencia y las historias de los abuelos son un tesoro para toda la familia. ¿Qué pregunta o preguntas han querido hacerle a sus abuelos acerca de su vida? Si sus abuelos están con ustedes, pueden preguntárselo ahora, o pueden planear una llamada telefónica o una bonita visita a la casa de ellos.
- Piensen en todos los miembros de su familia extendida como tíos, tías y primos, o incluso en las personas que han adoptado como miembros de su propia familia: ¿de qué maneras han sido ellos una bendición para su familia? O si no existe una relación muy cercana con su familia extendida: ¿a quién les gustaría conocer mejor?

Oremos

Después de compartir sus respuestas, vean el Video Tres de esta sesión y oren en familia. El padre ofrecerá una oración por cada uno de ustedes: esposos, padres, hijos, hermanos y demás familiares; cuando sea indicado, pausen brevemente el video para que todos puedan compartir una razón por la que se sientan agradecidos con esa persona.

Padre Celestial,

Tú creaste a nuestra familia como un hermoso tapiz, entretejiendo nuestras vidas. Te pedimos la gracia de amar a los demás con el mismo amor que nos tienes. Hoy te damos las gracias por cada uno de los miembros de nuestra familia.

Le damos gracias por el regalo de un esposo o una esposa.

*Esposos, tomen un momento para expresar aquello por lo que están más agradecidos de su esposo o esposa.
Pause el video y comparta. Luego, continúe.*

Agradecemos el regalo de los hijos e hijas.

*Padres, tómense un momento para expresar por qué están más agradecidos de cada uno de sus hijos.
Pause el video y comparta. Luego, continúe.*

Agradecemos el regalo de nuestros padres.

Hijos, tomen ahora ustedes un momento para decir una razón por la que están muy agradecidos a Dios por su mamá y a su papá.

Pause el video y comparta. Luego, continúe.

Agradecemos el regalo de tener hermanos.

Hijos, tómense un momento para que cada uno de ustedes exprese por qué están más agradecidos de a cada uno de sus hermanos.

Pause el video y comparta. Luego, continúe.

Y te damos gracias, Señor, por nuestros abuelos y por todos nuestros familiares.

Si hay otro miembro de la familia en casa contigo, exprésale aquello por lo que estás agradecido.

Pause el video y comparta. Luego, continúe.

Te bendecimos y te amamos, Señor, porque nos has puesto en esta familia para experimentar tu amor y misericordia cada día. Que cada uno de nosotros crezca en paciencia, amor, y que, al ejemplo de María, José, y Jesús sigamos creciendo en santidad.

Sagrada Familia de Nazaret,

Rueguen por nosotros.

Actuemos

Conviértanse en un agente secreto de amor en acción.

1. Escriban los nombres de su familia en un pedacito de papel y coloquen los papelitos doblados en un recipiente.
2. Cada persona tome un nombre, el cual guardará en secreto.
3. Durante la semana completa, serán un "agente secreto" que realizará actos de amor y servicio por esa persona. El objetivo es que nadie descubra quién es su agente secreto, así que pueden realizar actos de amor a otros miembros de tu familia para despistarlos.

4. Después de una semana, reúnanse en su altarcito familiar para revelar la verdad. Mientras lo hacen, reflexionen y compartan con su familia: ¿cómo se han sentido al realizar esta actividad, haciendo acciones de amor hacia otra persona, pero también recibiendo en secreto acciones de amor de otros?

Bendigan a sus hijos. Los padres de familia son la cabeza del hogar y están llamados a santificarlo. Elijan un momento por la mañana, por la noche o antes de que sus hijos salgan para la escuela o el trabajo y reúnanse en su altarcito familiar. Haciendo la señal de la cruz sobre ellos, use una de las frases siguientes. Si los abuelitos viven en la misma casa, también ellos pueden dar a sus nietos una bendición. Por ejemplo, "ve con Dios"; "que Dios te bendiga y te guarde"; o "que Dios te bendiga en el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo".

Sexta sesión

Familia de familias: La comunidad parroquial y la comunión de los santos

Su familia no camina sola hacia la santidad. Más bien, está llamada a unirse a una comunidad parroquial donde puedan reunirse con otras familias para adorar a Dios, crecer como iglesia doméstica y servir al mundo. Además, existe una comunidad más grande en el cielo y en la tierra, la comunión de los santos, que intercede por su familia. En esta última sesión de *El Corazón de la Familia*, escucharán cómo es que su iglesia doméstica es parte de una familia de familias en camino hacia Cristo.

Leamos las Escrituras

Vaya al sitio web de este programa, y vea los Videos Uno y Dos de la sexta sesión. A continuación encontrará la lectura del evangelio de Juan capítulo seis que se leerá en el Video Dos.

Después de esto, Jesús atravesó el mar de Galilea, llamado Tiberíades. Lo seguía una gran multitud, al ver los signos que hacía curando a los enfermos. Jesús subió a la montaña y se sentó allí con sus discípulos. Se acercaba la Pascua, la fiesta de los judíos. Al levantar los ojos, Jesús vio que una gran multitud acudía a él y dijo a Felipe: “¿Dónde compraremos pan para darles de comer?”. Él decía esto para ponerlo a prueba, porque sabía bien lo que iba a hacer. Felipe le respondió: “Doscientos denarios no bastarían para que cada uno pudiera comer un pedazo de pan”.

Uno de sus discípulos, Andrés, el hermano de Simón Pedro, le dijo: “Aquí hay un niño que tiene cinco panes de cebada y dos pescados, pero ¿qué es esto para tanta gente?”. Jesús le respondió: “Háganlos sentar”. Había mucho pasto en ese lugar. Todos se sentaron y eran unos cinco mil hombres.

Jesús tomó los panes, dio gracias y los distribuyó a los que estaban sentados. Lo mismo hizo con los pescados, dándoles todo lo que quisieron. Cuando todos quedaron satisfechos, Jesús dijo a sus discípulos: “Recojan los pedazos que sobran, para que no se pierda nada”. Los recogieron y llenaron doce canastas con los pedazos que sobraron de los cinco panes de cebada. Al ver el signo que Jesús acababa de hacer, la gente decía: “Este es, verdaderamente, el profeta que debe venir al mundo”. Jesús, sabiendo que querían apoderarse de él para hacerlo rey, se retiró otra vez solo a la montaña.

Reflexionemos

Después de ver el segundo video, que cada miembro de su familia tome un momento para pensar en sus respuestas a estas preguntas de reflexión. Cuando todos estén listos, compartan sus respuestas.

- Esta sesión menciona la conexión que existe entre la “mesa del altar” y la “mesa de nuestro hogar”. Por turnos, respondan: ¿Qué es una cosa que puedan hacer en casa para prepararse para la Misa? Cuando todos hayan compartido una idea, elijan la que les gustaría comenzar a practicar en familia este próximo domingo y luego pueden tomar turnos con las demás ideas.
- En la parábola de los panes y los peces, Jesús pregunta a sus discípulos “¿Qué pueden ofrecer?”. Así que, piensen un momento: ¿Qué talento tienen, por más pequeño que parezca, que puedan ofrecer para ayudar a su familia, a su parroquia o a alguien que lo necesite?

Oremos

Después de compartir sus respuestas, vean el Video Tres de esta sesión y oren en familia. Confiando en la sabiduría de los santos, oren juntos la Oración de San Francisco de Asís; como de costumbre, repitan el texto en negrita. Para concluir esta oración, se invita a los padres de familia a que bendigan a sus hijos como se mostró en la sesión anterior.

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

Oración de San Francisco de Asís

Oh, Señor, hazme un instrumento de Tu Paz.

Donde hay odio, **que lleve yo el Amor.**

Donde haya ofensa, **que lleve yo el Perdón.**

Donde haya discordia, **que lleve yo la Unión.**

Donde haya duda, **que lleve yo la Fe.**

Donde haya error, **que lleve yo la Verdad.**

Donde haya desesperación, **que lleve yo la Alegría.**

Donde haya tinieblas, **que lleve yo la Luz.**

O Maestro,

que yo no busque tanto ser consolado, **sino consolar;**

ser comprendido, **sino comprender;**

ser amado, **sino amar.**

**Porque es dando, que se recibe;
Perdonando, que se es perdonado;
Muriendo, que se resucita a la Vida Eterna.**

Sagrada Familia de Nazaret,
Rueguen por nosotros.

Padres, bendigan a sus hijos.

Actuemos

Inventario de nuestros dones familiares.

1. Dibujen una tabla como la que se muestra a continuación y sigan las siguientes instrucciones para cada columna
2. En la primera columna, escriban los nombres de cada miembro de su familia.
3. Para llenar la segunda columna, elijan una persona a la vez y todos irán compartiendo todos sus hermosos dones y talentos que ven en esa persona.
4. La próxima vez que vayan a misa, tomen el boletín parroquial y, mirando los ministerios y actividades que se avecinan, respondan las siguientes preguntas:
 - ¿Hay algún ministerio o actividad que le interese a algún miembro de su familia o a toda su familia? ¿Hay algún ministerio o evento al que les gustaría asistir? ¿Hay alguno en el que les gustaría ser voluntario? No dude en llamar a su parroquia y pedir más información sobre esos ministerios y actividades.

Miembro de la familia	¿Cuáles son los dones y talentos que ven en esta persona?

Bendiciones del altar a nuestra mesa. Cada vez que vayan a misa, piensa en algo que su familia necesite hoy. Y cuando lo tengas en mente, asegúrense de ofrecer esa intención durante la misa y de pedir la gracia de llevar esa bendición a su hogar. Aunque esta acción es muy simple, puede influir profundamente en cómo participamos en la misa y en lo que Dios puede hacer en nuestras familias. Al llegar a misa o durante la comunión, puedes rezar algo similar a esto: "Señor, en esta misa, quiero pedirte de manera especial por [mencionen la intención para su familia]".

Séptima sesión

Lo que tus manos han aprendido y hecho: Una meditación familiar guiada

1. Antes de empezar

Esta es una sesión diferente a las demás. Para prepararse para esta meditación, primero asegúrese de tener todos los materiales necesarios que se enumeran a continuación. Cuando los tenga, su familia estará lista para continuar.

- Tiras de tela de algún color claro de 1-2 pulgadas de ancho (2,5 a 5 cm) y de 3-4 pies de largo (90 a 120 cm). También puedes cortar vendas de ese tamaño de largo. Si le es difícil conseguir tela, considere cortar tiras de papel con las medidas que se menciona arriba pegandolas con cinta adhesiva o pegamento según las dimensiones mencionadas
- Marcadores que pueden escribir sobre tela.
- Un crucifijo que puede colocar en la mesa de centro de la sala o en su altarcito.

2. Vean los Videos Uno y Dos

El Video Uno ayudará a su familia a prepararse para esta reflexión. El Video Dos los guiará a través de una oración inicial, una reflexión y una breve actividad donde escribirán en las tiras de tela. Al final del video, compartirán con su familia cualquiera de las siguientes preguntas:

- ¿Qué notaron o pensaron mientras meditaban sobre sus manos? ¿Cómo fue expresar sus necesidades ante Dios? ¿Cómo fue escribirlas en esta tela?

3. Vean el Video Tres

Cuando su familia haya compartido sobre las preguntas anteriores, vea el Video Tres. Este video invitará a cada miembro de su familia a “vendar” la mano de otro miembro de su familia usando el trozo de tela que les pertenece a cada uno. Escuche las instrucciones durante el video.

Al final del tercer video, compartirán con tu familia estas preguntas:

- ¿Cuál fue su experiencia al ser vendados y al vendarle la mano a alguien más? ¿Qué fue difícil o agradable de la experiencia? ¿Qué sentimientos o pensamientos surgieron?

4. Vean el Video Cuatro

Cuando su familia haya compartido sus ideas sobre las preguntas anteriores, vean el Video Cuatro. Este video mencionará un Botiquín de Primeros Auxilios, el cual puede encontrar a continuación. El video también cerrará este momento con una oración. Cuando llegue ese momento, sigan las instrucciones al final del video.

"La Iglesia es un don que brota de las heridas de Cristo crucificado para acercarnos a la sanación y la unidad entre nosotros y con Cristo. Ahora, aten sus penas y oraciones a Cristo para que puedan unirse a algo más: al amor sanador, la misericordia y la esperanza de Cristo".

BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS

HERIDAS EMOCIONALES Y ESPIRITUALES

Salmo 147:3: El Señor sana los corazones quebrantados y venda sus heridas.

Seis pasos para el cuidado de heridas

1. Respire.
2. Reconozca su sentir y diga “estoy sufriendo”.
3. Pídale a Dios: “Ayúdame a recibir tu tierno amor y cuidado”.
4. Recuerde que ningún dolor es demasiado abrumador para Dios.
5. Comparta su dolor con otra persona: un amigo, un sacerdote, un ser querido o un consejero.
6. Adopte hábitos saludables como: salir al aire libre y hacer ejercicio.

Comuníquese con las oficinas de su diócesis o con las oficinas de Caridades Católicas y pregunte por los recursos de asesoramiento que puedan tener disponibles.

Síntomas: Señales de que está sufriendo

Tanto para niños como para adultos, los síntomas podrían incluir cualquiera de los siguientes:

En niños

- Aumento del miedo, la ansiedad, la ira y la tristeza
- Regreso a viejos comportamientos: chuparse el dedo o mojar la cama
- Aumento de la irritabilidad y agresividad
- Dificultad para concentrarse en la escuela
- Aumento del llanto
- Pesadillas
- Aumento de dolores de cabeza, dolores de estómago, mareos y dificultad para respirar

En adultos:

- Además de los ya mencionados acerca de los niños:
- Revivir recuerdos de una experiencia traumática del pasado
- Latidos cardíacos irregulares; sensación de pánico
- Parálisis emocional o negación de las emociones
- Aislamiento
- Hipervigilancia
- Consumo de alcohol y drogas
- Aumento de conductas de riesgo, violentas y agresivas
- Histeria, pánico

Presentadores

Extendemos nuestro agradecimiento a los graduados y estudiantes de posgrado de la Universidad de Notre Dame que participaron en *El Corazón de la Familia*.



Juan Miguel Alvarez, M.Div.
Director de Programa Haciendo Caminos,
Universidad de Notre Dame



Marlyn Batista, M.Div.
Rectora de Cavanaugh Hall,
Universidad de Notre Dame



P. Felipe Campos, C.S.C, M.Div.
Pastor Asociado de la Iglesia de los
Santos Adalberto y Casimiro,
South Bend



Austin Cruz
Candidato a doctorado en
Teología Dogmática,
Universidad de Notre Dame



Beth Hlabse, M.S., LMHCA
Directora del Programa Fiat,
On Faith and Mental Health,
Instituto McGrath para la Vida de la Iglesia,
Universidad de Notre Dame



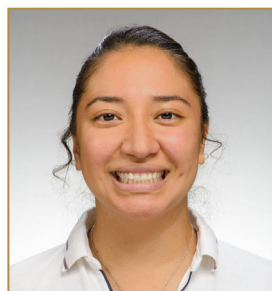
Julia King, M.Div.
Directora Asociada del programa
Notre Dame Vision,
Instituto McGrath para la
Vida de la Iglesia,
Universidad de Notre Dame



Benito Medrano Calderon
Director de la Iniciativa Sagrada Familia,
Instituto McGrath para la
Vida de la Iglesia,
Universidad de Notre Dame



Colleen Moore, M.Div.
Directora Asociada,
Instituto McGrath para la
Vida de la Iglesia,
Universidad de Notre Dame



Diana Salgado Huicochea, M.A.
Directora Asociada, Echo,
Instituto McGrath para la
Vida de la Iglesia,
Universidad de Notre Dame



Esther Terry, M.T.S.
Directora de Programa,
Oficina del Ministerio Hispano,
Diócesis de Fort Wayne-South Bend



Edith Torres Monzón, M.A.
Directora del programa
Thriving in Ministry,
Instituto McGrath para la
Vida de la Iglesia,
Universidad de Notre Dame

Agradecimientos y créditos

Algunas de estas sesiones fueron escritas y presentadas por primera vez en reuniones familiares piloto en parroquias de la Arquidiócesis de San Antonio, TX; la Diócesis de Raleigh, NC; la Diócesis de Fort Wayne-South Bend, IN; y la Diócesis de San José, CA.

Las sesiones uno a tres fueron escritas por Leonard De Lorenzo, Ph.D., Profesor de Práctica, Teología. La sesión 4 fue escrita por Joshua McManaway, Ph.D., Profesor Asistente de Práctica, Teología. La sesión siete fue escrita por Katherine Angulo, M.A., Directora de Programas de Enriquecimiento Pastoral; Colleen Moore, M.Div., Directora Asociada, Instituto McGrath para la Vida de la Iglesia; y Beth Hlabse, M.S., LMHCA, Directora del Programa *Fiat, On Faith and Mental Health*. Todos del Instituto McGrath para la Vida de la Iglesia de la Universidad de Notre Dame.

Estas sesiones fueron modificadas y adaptadas para este formato de vídeo.

Productores Ejecutivos: Katherine Angulo, M.A., Benito Medrano Calderón

Servicios de producción: Nicholas Clemens, Keys y Cross Media

Con agradecimiento especial a los miembros del Instituto McGrath para la Vida de la Iglesia por proporcionar recursos y apoyo logístico:

Patricia Bellm, M.Div., M.Sc.

Brian Dean, M.S.

Este programa fue posible gracias a Lilly Endowment Inc., una fundación filantrópica privada.



The McGrath Institute for Church Life partners with Catholic dioceses, parishes, and schools to address pastoral challenges with theological depth and rigor. By connecting the Catholic intellectual life to the life of the Church, we form faithful Catholic leaders for service to the Church and the world.



mcgrath.nd.edu