

FICHA DE ORACION: PADECER PARA AMAR, ES EL SACRIFICIO MÁS GRANDE *(Diciembre 2019)*

El amor es el centro de la vida. Sin amor, nos ahogamos. Sin amor, no hay verdadera alegría.

Por el amor, podemos dar todo. Dios pide que se le ame de todo nuestro corazón: « amaras al Señor tu Dios, de todo tu corazón, de toda tu alma, de todo tu pensamiento y de toda tu fuerza » (Mc 12, 30). Este amor de Dios se concretiza en el amor al prójimo. Si amo auténticamente a Dios, debería amar a los demás. « Si alguien dice: 'amo a Dios', y que odia a su hermano, es un mentiroso; pues el que no ama a su hermano que ve, ¿cómo puede amar a Dios que no ve? » (1Jn 4, 20). Pero, a pesar de nuestra buena voluntad, nuestro amor hacia los demás, a menudo no es a imagen del amor de Dios. Tenemos dificultades para amar, de las dificultades para amar, hay resistencias para amar.

El amor es práctico. No está sobre todo en los sentimientos o en las palabras, porque sería muy limitado. He aquí algunas características del amor : « El amor es benigno, el amor es servicial, no es envidioso, el amor no se jacta, no se hincha, no hace nada inapropiado, no busca su interés, no se irrita, no toma en cuenta el mal, no se regocija por la injusticia, pero pone su alegría en la verdad. Excusa todo, cree todo, espera todo, soporta todo» (cf. 1Cor 13). «No amemos solo en palabras y lengua, sino en obra y en verdad » (1Jn 3:18). ¿Qué haces de práctico para amar? « Demuestra tu fe sin las obras, yo sacaré obras de la prueba de mi fe» (Sant 2, 18). Es como si dijera: "Demuéstrame tu amor por Dios sin aspectos prácticos, extraeré de mi amor práctico por mis hermanos y hermanas, la prueba de mi amor por Dios". Mi identidad como cristiano es el amor por mis hermanos (Jn 13: 34-35). Desafortunadamente, los cristianos en muchos casos ya no aman lo suficiente. Incluso en nuestros grupos, nos cuesta mucho amar. ¡Qué odio, calumnias, celos, engaños, mentiras, ira, arrepentimientos! ¡Si pudiéramos volver a encontrar el amor en nuestras familias y nuestras comunidades cristianas! Se decía de la primera comunidad cristiana: "¡Mirad cómo se aman"!

En la práctica, se trata quizás de contestar al teléfono con más amor y alegría, de no olvidar una comisión solicitada, de considerar la queja de su pareja, poner en orden el guardarropa de algún miembro de su familia, de dar un objeto a alguien con suavidad y paciencia, trabajar con gozo, de sacrificarse para levantarse y pasar un objeto a alguien, de aceptar acompañar a su pareja en alguna parte, de dejar que el otro mire su programa de televisión cuando quisieras ver el tuyo, de visitar, de ayudar a un niño en sus estudios, de trabajar bien en casa, de ofrecer algo que ya no se usa mucho a alguien, de ofrecer un poco de comida, de dar un pequeño regalo, de dar por lo menos agua a su anfitrión, de pagar el retiro a alguien, de ser paciente mientras una situación te molesta, de ser dulce, de ser tierno con tu pareja, de poner su teléfono en la carga. Para las personas sin pareja, se trata de considerar a Jesús verdaderamente como su amante, de recitar la Palabra de amor que toca vivir en el día, de rezar mucho, de confiar en Jesús en su vida, y así, de cantar canciones de alegría. El Papa Francisco nos invitó, con motivo del Día Mundial de los Pobres del 17 de noviembre, a tener un amor especial por los pobres. « No hay amor más grande que dar la vida por los que se ama » (Jn 15, 13). ¿Podemos hacer feliz a un pobre durante el tiempo de Navidad? Si pudiéramos durante todo este mes, ¡llenar nuestra canasta con pequeños actos de amor por Jesús! ¡Qué hermosa preparación de Navidad!

Henri Bayemi

(Diciembre 2019)

1. **Domingo: Mt 24,37-44 : Primer Domingo de Adviento : Orar la intención del papa:** *Para que cada país tome los medios necesarios para que el futuro de los niños sea una prioridad, especialmente aquellos que están sufriendo.* Orar esta intención varias veces al día. Inicio de la novena por las dificultades de los miembros de los grupos *Palabra de Dios*. **Leer un extracto del Catecismo de la Iglesia Católica (CIC) N° 2401.**
2. **Lunes: Mt 8, 5-11 :** Orar por aquellos que tienen problemas de salud. Y para nutrir su fe, releer un extracto de su cuaderno de oración. **Leer CIC N° 2402.**
3. **Martes: Is 11, 1-10:** Hablar poco y pedir a Dios en su oración un espíritu de discernimiento y sabiduría. Rezar la Letanía de la Palabra de Dios 1ª Parte. **Leer CIC N° 2403.**
4. **Miércoles: Mt 15, 29-37:** hacer una lista de personas que se planea ayudar en este tiempo de Adviento, aunque fuera con pequeñas donaciones; orar para que el Señor les haga felices por medio de vosotros. **Leer CIC N° 2404.**
5. **Jueves: Is 26, 1-6:** Tratar a un desamparado con respeto y consideración. Buscar la paz. **Leer CIC N° 2405.**
6. **Viernes: Mt 9, 27-31 :** Ofrecer un donativo a un pobre (planificarlo) o rezar por los ciegos físicos y espirituales. **Leer CIC N° 2406.**
7. **Sábado: Is 30, 19- :** Repetir regularmente en el día: "A la llamada de tu clamor, el Señor te escuchara" y pedir a Dios lo que se necesite **21.23-26 Leer CIC N° 2407.**
8. **Domingo: Mt 3, 1-12 :** Poner orden en su vida tomando resoluciones de conversión profunda para preparar los caminos del Señor. **Leer CIC N° 2408.**
9. **Lunes: Lc 1, 26-38: Inmaculada Concepción.** Orando un rosario o '10 Ave María', presentar sus planes a Dios y suplicarle para que le ayude a hacer su voluntad. **Leer CIC N° 2409.**
10. **Martes: Mt 18,12-14:** Orar por los pecadores y tener cuidado para no hacer el mal. **Leer CIC N° 2410.**
11. **Miércoles: Mt 11, 28-30:** Ser dulce en su actitud y también ofrecerle a Jesús sus debilidades y sus sufrimientos. **Leer CIC N° 2411.**
12. **Jueves: Is 41, 13-20:** Repetir regularmente: "**No tengas miedo, vengo a tu rescate**" y ofrecer a Dios todos sus miedos, sus necesidades, sus dificultades. **Leer CIC N° 2412.**
13. **Viernes: Mt 11, 16-19:** No quejarse y dale todo a Dios. rezar la Letanía de la Palabra de Dios 1ª Parte. **Leer CIC N° 2413.**
14. **Sábado: Mt 17, 10-13:** Acoger a la gente con amor y hablarles con amabilidad. **Leer CIC N° 2414.**
15. **Domingo: Mt 11, 2-11:** Tener un acto de humildad haciendo una tarea en casa o en otro lugar que habitualmente no se hace. Hablar con humildad a los demás. **Leer CIC N° 2415.**
16. **Lunes: Mt 21,23-27 :** Intentar no hacer daño a alguien ni siquiera hacerle trampas para ridiculizarle. **Leer CIC N° 2416.**
17. **Martes: Mt 1, 1-17:** Orar por sus antepasados, por la conversión y la unidad de su familia natural. **Leer CIC N° 2417.**
18. **Miércoles: Mt 1, 18-24:** Obedecer con prontitud a la Palabra de Dios y procurar complacerle en el día. **Leer CIC N° 2418.**
19. **Jueves: Jue 13, 2-7.24- 25a:** Rezar diez Ave María o un rosario y si es posible confortar a una mujer que no ha dado a luz. O bien, hacer el bien a una pobre mujer. Para las personas sin pareja, prepararse para el Retiro. **Leer CIC N° 2419.**
20. **Viernes: Lc 1, 26-38:** Dar alegría y hacer feliz a un niño, aunque fuera por una conversación telefónica. **Leer CIC N° 2420.**
21. **Sábado: Ct 2, 8-14 :** Decir palabras llenas de amabilidad y bondad destacando a alguien sus puntos positivos para mostrarle el amor de Dios. Para los casados, preparar el retiro de las parejas. **Leer CIC N° 2421.**
22. **Domingo: Mt 1, 18-24 :** No hables mal de alguien, incluso si crees que tienes razón. Orar por todos los chicos. **Leer CIC N° 2422.**
23. **Lunes: Lc 1, 57-66 :** Poner orden y limpiar su hogar, su oficina, y cantar canciones para preparar la fiesta de Navidad o escucharlos. **Leer CIC N° 2423.**
24. **Martes: Lc 1, 67-79:** Haz los preparativos con alegría y haga al menos 10 pequeños actos de amor: cuéntalos. **Leer CIC N°**
25. **Miércoles: Jn 1, 1-18: Navidad :** Ser puntual en la misa. Saludar sonriendo al salir de misa al máximo de personas posible para compartir esta gran alegría. Tener pequeños actos prácticos de amor. **Leer CIC N° 2425.**
26. **Jueves: Mt 10, 17-22:** Por un acto especial, testimoniar que amemos a Dios. **Leer CIC N° 2426.**
27. **Viernes: Jn 20, 2-8:** ponte en contacto a alguien que nos has podido contactar antes de Navidad y comparte con él tu fe y la alegría de la Navidad. **Leer CIC N° 2427**
28. **Sábado: Mt 2, 13-18: Los santos inocentes, mártires.** Rezar un rosario para que el Señor proteja a tus hijos y a los que te rodean de los celos y toda forma de maldad. **Leer CIC N° 2428.**
29. **Domingo: Mt 2, 13-15. 19-23:** Orar a Dios para que te proteja a ti y a tu familia. Tomar un momento de oración ante el Santísimo Sacramento, aunque sea solo unos segundos, aunque fuera pasando delante de una iglesia consagrada. **Leer CIC N° 2429.**
30. **Lunes: Lc 2, 36-40:** Orar con fe para que un chico para que crezca en sabiduría y obediencia. **Leer CIC N° 2430.**
31. **Martes: Jn 1, 1-18: Noche vieja.** Pasar un buen momento de oración en familia, en comunidad o con amigos; Agradecer al Señor por todas sus bendiciones este año y orar por el nuevo año. Poner mucha alegría a su alrededor viviendo la Palabra de Dios. **Leer CIC N° 2431.**

I. PARTICIPAR EN EL FIN DE SEMANA DE PAREJAS ALEMANAS

*RelaxaHotel****, An der Peesel 1, 31162 Bad Salzdetfurth (Alemania) del 5 al 8 de Diciembre de 2019*

(Contactar : benjamine.nche@yahoo.de; nche.denis@yahoo.de)

II. PARTICIPAR EN EL FIN DE SEMANA DE PAREJAS KRIBI

HOTEL ATLANTIQUE ; HOTEL PILOTIS ;HOTEL LE PARADIS ;HOTEL FRAMOTEL;

Tel: YAUNDE (677756673; 675991077), DUALA (699525689), BAFUSAM (677539576), BAMENDA (677852352) ; NGAUNDERE (699494350, 657570358), BERTOUA (675456487), OBALA (653120677)

1. Jueves 9 a las 17h al Domingo 12 de enero 2020 a las 10h.2. Jueves 16 al Domingo 19 de enero de 2020.

III. PARTICIPAR EN EL FIN DE SEMANA DE PERSONASS 'SINGLES' (sin pareja) KRIBI

(Centro Deo Gratias-Afrique future-Village Emmanuel) Jueves 16 al Domingo 19 de enero de 2020.

Tel : Yaunde : 699 55 86 85 55; 699234236 ; Duala 677 75 04 98 et 699 94 52 55; Bafusam 677 53 95 76)

Site Web du Mouvement : www.incarnationpd.org; Email : incarnationpd@hotmail.com