

# TENGO EL CORAZÓN DE ADVIENTO

## CATEQUESIS

### Primera parte: ¿cómo tengo el corazón?

Para empezar, puede ponerse el video de la campaña. Puede descargarse en <http://www.jovenesdehonianos.org/CorazondeAdviento.htm>

También se encuentra en las redes sociales de Jóvenes Dehonianos (FB, Twitter, Instagram) Tras este momento inicial, se les invita a profundizar en el sentido de las palabras que han visto en el video: despierto, dispuesto, contento, abierto. Se reparten, en grupo, los cuatro evangelios de cada domingo<sup>1</sup>. No importa que varios tengan el mismo evangelio, pues se va a trabajar de manera individual primero. Se les pide que lean el texto propuesto y, a continuación, traten de contestar a las preguntas que tienen en la parte de abajo. Se pretende que, con los textos, puedan, en primer lugar, extraer algunos temas que nacen de la Palabra de Dios y luego "aterrizarlos" en la propia vida, haciéndoles ver que la Palabra de Dios no es algo estático, sino que puede estar presente en nuestra realidad:

1a semana	2ª semana	3ª semana	4ª semana
Estar atento, abrir los ojos y el corazón, estar preparado	Disponibilidad, nuevos retos y planes, futuro, acogida de Dios en mi vida, vocación y llamada	Alegría, Dios está cerca de nosotros y viene a salvarnos y ayudarnos, nuestra cercanía, compromiso	Apertura a Dios, nuestros planes y los de Dios, confianza en Él

Cuando terminen, se hacen "grupos de expertos" con aquellos que tengan el mismo texto, lo ponen en común, completan sus respuestas. A continuación, se les pide que hagan grupos de cuatro, uno por domingo, y pongan en común lo que han sacado en conclusión. Si el grupo es reducido, se puede hacer una puesta en común entre todos.

<sup>1</sup> Textos de los evangelios tomados de <https://www.dominicos.org/predicacion/historico/>

## PRIMERA SEMANA

### Evangelio del día / Lectura del santo Evangelio según san Mateo 24, 37-44

En aquel tiempo, dijo Jesús a sus discípulos:

«Cuando venga el Hijo del hombre, pasará como en tiempo de Noé.

En los días antes del diluvio, la gente comía y bebía, se casaban los hombres y las mujeres tomaban esposo, hasta el día en que Noé entró en el arca; y cuando menos lo esperaban llegó el diluvio y se los llevó a todos; lo mismo sucederá cuando venga el Hijo del hombre: dos hombres estarán en el campo, a uno se lo llevarán y a otro lo dejarán; dos mujeres estarán moliendo, a una se la llevarán y a otra la dejarán.

Por tanto, estad en vela, porque no sabéis qué día vendrá vuestro Señor.

Comprended que si supiera el dueño de casa a qué hora de la noche viene el ladrón, estaría en vela y no dejaría que abrieran un boquete en su casa.

Por eso, estad también vosotros preparados, porque a la hora que menos penséis viene el Hijo del hombre».

#### ¿TENGO EL CORAZÓN DESPIERTO?

*¿Dónde aparece en el texto? ¿Qué quiere decir?*

*Aterrizando a mi vida y mi corazón (¿cómo se puede reflejar ese aspecto en mi día a día, en cosas concretas?)*

## SEGUNDA SEMANA

### Evangelio del día / Lectura del santo evangelio según san Lucas 1, 26-38

En aquel tiempo, el ángel Gabriel fue enviado por Dios a una ciudad de Galilea llamada Nazaret, a una virgen desposada con un hombre llamado José, de la casa de David; el nombre de la virgen era María.

El ángel, entrando en su presencia, dijo:

«Alégrate, llena de gracia, el Señor está contigo».

Ella se turbó grandemente ante estas palabras y se preguntaba qué saludo era aquel.

El ángel le dijo:

«No temas, María, porque has encontrado gracia ante Dios. Concebirás en tu vientre y darás a luz un hijo, y le pondrás por nombre Jesús. Será grande, se llamará Hijo del Altísimo, el Señor Dios le dará el trono de David, su padre; reinará sobre la casa de Jacob para siempre, y su reino no tendrá fin».

Y María dijo al ángel:

«Cómo será eso, pues no conozco varón?».

El ángel le contestó:

«El Espíritu Santo vendrá sobre ti, y la fuerza del Altísimo te cubrirá con su sombra; por eso el Santo que va a nacer será llamado Hijo de Dios. También tu pariente Isabel ha concebido un hijo en su vejez, y ya está de seis meses la que llamaban estéril, "porque para Dios nada hay imposible"».

María contestó:

«He aquí la esclava del Señor; hágase en mí según tu palabra».

Y el ángel se retiró.

#### ¿TENGO EL CORAZÓN DISPUESTO?

*¿Dónde aparece en el texto? ¿Qué quiere decir?*

*Aterrizando a mi vida y mi corazón (¿cómo se puede reflejar ese aspecto en mi día a día, en cosas concretas?)*

## TERCERA SEMANA

### Evangelio del día / Lectura del santo evangelio según san Mateo 11, 2-11

En aquel tiempo, Juan, que había oído en la cárcel las obras del Mesías, mandó a sus discípulos a preguntarle:

«¿Eres tú el que ha de venir o tenemos que esperar a otro?».

Jesús les respondió:

«Id a anunciar a Juan lo que estáis viendo y oyendo:

los ciegos ven, y los cojos andan;

los leprosos quedan limpios y los sordos oyen;

los muertos resucitan

y los pobres son evangelizados.

¡Y bienaventurado el que no se escandalice de mí!».

Al irse ellos, Jesús se puso a hablar a la gente sobre Juan:

«¿Qué salisteis a contemplar en el desierto, una caña sacudida por el viento? ¿O qué salisteis a ver, un hombre vestido con lujo? Mirad, los que visten con lujo habitan en los palacios.

Entonces, ¿a qué salisteis?, ¿a ver a un profeta?

Sí, os digo, y más que profeta. Este es de quien está escrito:

“Yo envío mi mensajero delante de ti,

el cual preparará tu camino ante ti”.

En verdad os digo que no ha nacido de mujer uno más grande que Juan el Bautista; aunque el más pequeño en el reino de los cielos es más grande que él».

#### ¿TENGO EL CORAZÓN CONTENTO?

*¿Dónde aparece en el texto? ¿Qué quiere decir?*

*Aterrizando a mi vida y mi corazón (¿cómo se puede reflejar ese aspecto en mi día a día, en cosas concretas?)*

## CUARTA SEMANA

### Evangelio del día / Lectura del santo evangelio según san Mateo 1, 18-24

La generación de Jesucristo fue de esta manera:

María, su madre, estaba desposada con José y, antes de vivir juntos, resultó que ella esperaba un hijo por obra del Espíritu Santo.

José, su esposo, como era justo y no quería difamarla, decidió repudiarla en privado. Pero, apenas había tomado esta resolución, se le apareció en sueños un ángel del Señor que le dijo: «José, hijo de David, no temas acoger a María, tu mujer, porque la criatura que hay en ella viene del Espíritu Santo. Dará a luz un hijo y tú le pondrás por nombre Jesús, porque él salvará a su pueblo de los pecados».

Todo esto sucedió para que se cumpliese lo que habla dicho el Señor por medio del profeta: «Mirad: la virgen concebirá y dará a luz un hijo y le pondrán por nombre Emmanuel, que significa "Dios-con-nosotros"».

Cuando José se despertó, hizo lo que le había mandado el ángel del Señor y acogió a su mujer.

#### ¿TENGO EL CORAZÓN DESPIERTO?

*¿Dónde aparece en el texto? ¿Qué quiere decir?*

*Aterrizando a mi vida y mi corazón (¿cómo se puede reflejar ese aspecto en mi día a día, en cosas concretas?)*

## Segunda parte / OPCIÓN A: CREANDO UNA ORACIÓN A DIOS

Se pone la canción de "Tengo el corazón contento". Si se la saben, incluso se puede cantar, invitarles a moverse y bailarla. Que sea un momento de distensión y fiesta.

Opción Karaoke (sólo música de fondo y letra):

<https://www.youtube.com/watch?v=fPEytlBLvm4>

Versión OT: <https://www.youtube.com/watch?v=BdquX6EvzPo>

Letra:

---

Tú eres lo más lindo de mi vida.

Aunque yo no te lo diga,

aunque yo no te lo diga.

Si tú no estás yo no tengo alegría.

Yo te extraño de noche,

yo te extraño de día.

Yo quisiera que sepas

que nunca quise así,

que mi vida comienza

cuando te conocí.

Tú eres como el sol de la mañana

que entra por mi ventana,

que entra por mi ventana.

Tú eres de mi vida la alegría.

Eres sueño en la noche.

Eres luz de mis días.

**Tengo el corazón contento,**

**el corazón contento,**

**lleno de alegría.**

**Tengo el corazón contento**

**desde aquél momento**

**en que llegaste a mí.**

**Y doy gracias a la vida**

**y le pido a Dios que no me faltes nunca.**

**Yo quisiera que sepas**

**que nunca quise así,**

**que mi vida comienza**

**cuando te conocí.**

Tú eres como el sol de la mañana

que entra por mi ventana,

que entra por mi ventana.

---

Se les pide que, a continuación, elijan dos frases de la canción que pueda ser una oración a Dios, palabras que hablen de cómo Dios entra en nuestra vida, de lo que supone para los creyentes.

Se ponen en común y se elabora, con todas las frases elegidas, una oración a Dios que puede escribirse en una cartulina grande, o, si se desea, se pueden hacer pequeños "marcapáginas" con la oración realizada por todos a partir de la letra de la canción.

Para terminar, si se desea (y ¡si tenéis espíritu creativo!) podéis lanzaros a reescribir la letra de la canción introduciendo en ella las palabras propuestas para este adviento (despierto, dispuesto, contento, abierto), el lema "tengo el corazón de Adviento" y algunas ideas de las que han surgido en el momento de compartir. Grabaos, súbelo a las redes, adjúntanos con el **#AdvientoDehonianos** y disfruta del momento, un tanto friki, pero seguramente inolvidable.

## Segunda parte / OPCIÓN B: el Adviento es tiempo para hacer latir nuestro corazón (tiempo de silencio y reflexión)

Se les invita a escuchar, en silencio, la canción de "Tengo el corazón contento" y a seleccionar, en su mente, una frase que identifique cómo se encuentran, o lo que supone para ellos encontrarse con Dios.

Versión OT: <https://www.youtube.com/watch?v=BdquX6EvzPo>

Letra:

Tú eres lo más lindo de mi vida.  
Aunque yo no te lo diga,  
aunque yo no te lo diga.  
Si tú no estás yo no tengo alegría.  
Yo te extraño de noche,  
yo te extraño de día.

Yo quisiera que sepas  
que nunca quise así,  
que mi vida comienza  
cuando te conocí.

Tú eres como el sol de la mañana  
que entra por mi ventana,  
que entra por mi ventana.  
Tú eres de mi vida la alegría.  
Eres sueño en la noche.  
Eres luz de mis días.

**Tengo el corazón contento,  
el corazón contento,  
lleno de alegría.  
Tengo el corazón contento  
desde aquél momento  
en que llegaste a mí.  
Y doy gracias a la vida  
y le pido a Dios que no me faltes nunca.  
Yo quisiera que sepas  
que nunca quise así,  
que mi vida comienza  
cuando te conocí.**

Tú eres como el sol de la mañana  
que entra por mi ventana,  
que entra por mi ventana.

## Momento de reflexión y texto:

Se les invita a, en un momento de silencio, releer la canción y tratar de verla como una oración a Dios...

- **¿Qué cambia en la letra? ¿Qué dice de ti? ¿Te has sentido o sientes así en algún momento cuando hablas de Dios? Si no... ¿qué tendría que cambiar en ti para sentirte así?**
- **Dios viene a anunciar la alegría para siempre, el Corazón que nos enseñará a amar con Él... ¿cómo recibes esa noticia en tu vida?**

A continuación se propone un texto para la reflexión, del Papa Francisco a los jóvenes en su exhortación apostólica "Christus vivit!":

Texto tomado de

[http://www.vatican.va/content/francesco/es/apost\\_exhortations/documents/papa-francesco\\_esortazione-ap\\_20190325\\_christus-vivit.html](http://www.vatican.va/content/francesco/es/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20190325_christus-vivit.html)

1. Vive Cristo, esperanza nuestra, y Él es la más hermosa juventud de este mundo. Todo lo que Él toca se vuelve joven, se hace nuevo, se llena de vida. Entonces, las primeras palabras que quiero dirigir a cada uno de los jóvenes cristianos son: ¡Él vive y te quiere vivo!

2. Él está en ti, Él está contigo y nunca se va. Por más que te alejes, allí está el Resucitado, llamándote y esperándote para volver a empezar. Cuando te sientas avejentado por la tristeza, los rencores, los miedos, las dudas o los fracasos, Él estará allí para devolverte la fuerza y la esperanza.

112. Ante todo quiero decirle a cada uno la primera verdad: "Dios te ama". Si ya lo escuchaste no importa, te lo quiero recordar: Dios te ama. Nunca lo dudes, más allá de lo que te suceda en la vida. En cualquier circunstancia, eres infinitamente amado.

113. Quizás la experiencia de paternidad que has tenido no sea la mejor, tu padre de la tierra quizás fue lejano y ausente o, por el contrario, dominante y absorbente. O sencillamente no fue el padre que necesitabas. No lo sé. Pero lo que puedo decirte con seguridad es que puedes arrojarte seguro en los brazos de tu Padre divino, de ese Dios que te dio la vida y que te la da a cada momento. Él te sostendrá con firmeza, y al mismo tiempo sentirás que Él respeta hasta el fondo tu libertad.

114. En su Palabra encontramos muchas expresiones de su amor. Es como si Él hubiera buscado distintas maneras de manifestarlo para ver si con alguna de esas palabras podía llegar a tu corazón. Por ejemplo, a veces se presenta como



esos padres afectuosos que juegan con sus niños: «*Con cuerdas humanas los atraía, con lazos de amor, y era para ellos como los que alzan a un niño contra su mejilla*» (Os 11,4).

A veces se presenta cargado del amor de esas madres que quieren sinceramente a sus hijos, con un amor entrañable que es incapaz de olvidar o de abandonar: «*¿Acaso olvida una mujer a su niño de pecho, sin enternecerse con el hijo de sus entrañas? Pues, aunque ella se olvidara, yo no te olvidaré*» (Is 49,15).

Hasta se muestra como un enamorado que llega a tatuarse a la persona amada en la palma de su mano para poder tener su rostro siempre cerca: «*Míralo, te llevo tatuado en la palma de mis manos*» (Is 49,16).

Otras veces destaca la fuerza y la firmeza de su amor, que no se deja vencer: «*Los montes se correrán y las colinas se moverán, pero mi amor no se apartará de tu lado, mi alianza de paz no vacilará*» (Is 54,10).

O nos dice que hemos sido esperados desde siempre, porque no aparecimos en este mundo por casualidad. Desde antes que existiéramos éramos un proyecto de su amor: «*Yo te amé con un amor eterno; por eso he guardado fidelidad para ti*» (Jr 31,3).

O nos hace notar que Él sabe ver nuestra belleza, esa que nadie más puede reconocer: «*Eres precioso a mis ojos, eres estimado y yo te amo*» (Is 43,4).

O nos lleva a descubrir que su amor no es triste, sino pura alegría que se renueva cuando nos dejamos amar por Él: «*Tu Dios está en medio de ti, un poderoso salvador. Él grita de alegría por ti, te renueva con su amor, y baila por ti con gritos de júbilo*» (So 3,17).

115. Para Él realmente eres valioso, no eres insignificante, le importas, porque eres obra de sus manos. Por eso te presta atención y te recuerda con cariño. Tienes que confiar en el «recuerdo de Dios: su memoria no es un "disco duro" que registra y almacena todos nuestros datos, su memoria es un corazón tierno de compasión, que se regocija eliminando definitivamente cualquier vestigio del mal»[\[63\]](#). No quiere llevar la cuenta de tus errores y, en todo caso, te ayudará a aprender algo también de tus caídas. Porque te ama. Intenta quedarte un momento en silencio dejándote amar por Él. Intenta acallar todas las voces y gritos interiores y quédate un instante en sus brazos de amor.

116. Es un amor «que no aplasta, es un amor que no margina, que no se calla, un amor que no humilla ni avasalla. Es el amor del Señor, un amor de todos los

días, discreto y respetuoso, amor de libertad y para la libertad, amor que cura y que levanta. Es el amor del Señor que sabe más de levantadas que de caídas, de reconciliación que de prohibición, de dar nueva oportunidad que de condenar, de futuro que de pasado»[64].

117. Cuando te pide algo o cuando sencillamente permite esos desafíos que te presenta la vida, espera que le des un espacio para poder sacarte adelante, para promoverte, para madurarte. No le molesta que le expreses tus cuestionamientos, lo que le preocupa es que no le hables, que no te abras con sinceridad al diálogo con Él. Cuenta la Biblia que Jacob tuvo una pelea con Dios (cf. Gn 32,25-31), y eso no lo apartó del camino del Señor. En realidad, es Él mismo quien nos exhorta: «Vengan y discutamos» (Is 1,18). Su amor es tan real, tan verdadero, tan concreto, que nos ofrece una relación llena de diálogo sincero y fecundo. ¡Finalmente, busca el abrazo de tu Padre del cielo en el rostro amoroso de sus valientes testigos en la tierra!

### ***Cristo te salva***

118. La segunda verdad es que Cristo, por amor, se entregó hasta el final para salvarte. Sus brazos abiertos en la Cruz son el signo más precioso de un amigo capaz de llegar hasta el extremo:

*«Él, que amó a los suyos que estaban en el mundo, los amó hasta el fin» (Jn 13,1).*

San Pablo decía que él vivía confiado en ese amor que lo entregó todo:

*«Vivo de la fe en el Hijo de Dios, que me amó y se entregó a sí mismo por mí» (Ga 2,20).*

119. Ese Cristo que nos salvó en la Cruz de nuestros pecados, con ese mismo poder de su entrega total sigue salvándonos y rescatándonos hoy. Mira su Cruz, aférrate a Él, déjate salvar, porque «quienes se dejan salvar por Él son liberados del pecado, de la tristeza, del vacío interior, del aislamiento»[65]. Y si pecas y te alejas, Él vuelve a levantarte con el poder de su Cruz. Nunca olvides que «Él perdona setenta veces siete. Nos vuelve a cargar sobre sus hombros una y otra vez. Nadie podrá quitarnos la dignidad que nos otorga este amor infinito e inquebrantable. Él nos permite levantar la cabeza y volver a empezar, con una ternura que nunca nos desilusiona y que siempre puede devolvernos la alegría»[66].

120. Nosotros «somos salvados por Jesús, porque nos ama y no puede con su genio. Podemos hacerle las mil y una, pero nos ama, y nos salva. Porque sólo lo que se ama puede ser salvado. Solamente lo que se abraza puede ser

transformado. El amor del Señor es más grande que todas nuestras contradicciones, que todas nuestras fragilidades y que todas nuestras pequeñeces. Pero es precisamente a través de nuestras contradicciones, fragilidades y pequeñeces como Él quiere escribir esta historia de amor. Abrazó al hijo pródigo, abrazó a Pedro después de las negaciones y nos abraza siempre, siempre, siempre después de nuestras caídas ayudándonos a levantarnos y ponernos de pie. Porque la verdadera caída –atención a esto– *la verdadera caída, la que es capaz de arruinar nos la vida es la de permanecer en el piso y no dejarse ayudar*»[67].

121. Su perdón y su salvación no son algo que hemos comprado, o que tengamos que adquirir con nuestras obras o con nuestros esfuerzos. Él nos perdona y nos libera gratis. Su entrega en la Cruz es algo tan grande que nosotros no podemos ni debemos pagarlo, sólo tenemos que recibirlo con inmensa gratitud y con la alegría de ser tan amados antes de que pudiéramos imaginarlo: «Él nos amó primero» (1 Jn 4,19).

122. Jóvenes amados por el Señor, ¡cuánto valen ustedes si han sido redimidos por la sangre preciosa de Cristo! Jóvenes queridos, ustedes «¡no tienen precio! ¡No son piezas de subasta! Por favor, no se dejen comprar, no se dejen seducir, no se dejen esclavizar por las colonizaciones ideológicas que nos meten ideas en la cabeza y al final nos volvemos esclavos, dependientes, fracasados en la vida. Ustedes no tienen precio: deben repetirlo siempre: no estoy en una subasta, no tengo precio. ¡Soy libre, soy libre! Enamórense de esta libertad, que es la que ofrece Jesús»[68].

123. Mira los brazos abiertos de Cristo crucificado, déjate salvar una y otra vez. Y cuando te acerques a confesar tus pecados, cree firmemente en su misericordia que te libera de la culpa. Contempla su sangre derramada con tanto cariño y déjate purificar por ella. Así podrás renacer, una y otra vez.

**¡Él vive!**

124. Pero hay una tercera verdad, que es inseparable de la anterior: ¡Él vive! Hay que volver a recordarlo con frecuencia, porque corremos el riesgo de tomar a Jesucristo sólo como un buen ejemplo del pasado, como un recuerdo, como alguien que nos salvó hace dos mil años. Eso no nos serviría de nada, nos dejaría iguales, eso no nos liberaría. El que nos llena con su gracia, el que nos libera, el que nos transforma, el que nos sana y nos consuela es alguien que vive. Es Cristo resucitado, lleno de vitalidad sobrenatural, vestido de infinita luz. Por eso decía san Pablo: «Si Cristo no resucitó vana es la fe de ustedes» (1 Co 15,17).

125. Si Él vive, entonces sí podrá estar presente en tu vida, en cada momento, para llenarlo de luz. Así no habrá nunca más soledad ni abandono. Aunque todos se vayan Él estará, tal como lo prometió: «Yo estoy con ustedes todos los días, hasta el fin del mundo» (Mt 28,20). Él lo llena todo con su presencia invisible, y donde vayas te estará esperando. Porque Él no sólo vino, sino que viene y seguirá viniendo cada día para invitarte a caminar hacia un horizonte siempre nuevo.

126. Contempla a Jesús feliz, desbordante de gozo. Alégrate con tu Amigo que triunfó. Mataron al santo, al justo, al inocente, pero Él venció. El mal no tiene la última palabra. En tu vida el mal tampoco tendrá la última palabra, porque tu Amigo que te ama quiere triunfar en ti. Tu salvador vive.

127. Si Él vive eso es una garantía de que el bien puede hacerse camino en nuestra vida, y de que nuestros cansancios servirán para algo. Entonces podemos abandonar los lamentos y mirar para adelante, porque con Él siempre se puede. Esa es la seguridad que tenemos. Jesús es el eterno viviente. Aferrados a Él viviremos y atravesaremos todas las formas de muerte y de violencia que acechan en el camino.

128. Cualquier otra solución será débil y pasajera. Quizás servirá para algo durante un tiempo, y de nuevo nos encontraremos desprotegidos, abandonados, a la intemperie. Con Él, en cambio, el corazón está arraigado en una seguridad básica, que permanece más allá de todo. San Pablo dice que él quiere estar unido a Cristo para «conocer el poder de su resurrección» (Flp 3,10). Es el poder que se manifestará una y otra vez también en tu existencia, porque Él vino para darte vida, «y vida en abundancia» (Jn 10,10).

129. Si alcanzas a valorar con el corazón la belleza de este anuncio y te dejas encontrar por el Señor; si te dejas amar y salvar por Él; si entras en amistad con Él y empiezas a conversar con Cristo vivo sobre las cosas concretas de tu vida, esa será la gran experiencia, esa será la experiencia fundamental que sostendrá tu vida cristiana. Esa es también la experiencia que podrás comunicar a otros jóvenes. Porque «no se comienza a ser cristiano por una decisión ética o una gran idea, sino por el encuentro con un acontecimiento, con una Persona, que da un nuevo horizonte a la vida y, con ello, una orientación decisiva»[69].

---

## Tiempo para compartir:

Os dejamos algunas preguntas para el momento de compartir. Puede ser interesante que subáis algunas de las conclusiones a las redes sociales con el

**#AdvientoDehonianos** y así ser, también, testigos y misioneros en medio del mundo digital.

**¿Qué significa que Dios viene a traernos alegría?**

**¿Cómo quieres llevar a tu vida el tiempo de Adviento?**

**¿Qué significa poner “el corazón de Adviento”?**

**Elije una frase o palabras del texto propuesto para la reflexión que hablen de ti o de tu situación. Compártelas en grupo.**