

## **Pistas para VIVIR LA ALEGRÍA (Adviento 2020)**

- 1.- Vivir los gozos de la vida cotidiana, desde abajo, desde la tierra;
  - los pequeños gozos de las tareas, del ocio, en la naturaleza. En la relación con los seres queridos, los amigos, los hermanos...
  - los grandes gozos, a los que hay que dar lugar conscientemente: la asombrosa, para nosotros, alegría con la que saben vivir los pobres, los discapacitados, los que viven una enfermedad o han recibido un golpe en la vida. Alegría muy relacionada con el agradecimiento; la gratitud a Dios, a la vida, a las personas
- 2.- Luchar contra todo lo que atenta contra la alegría; Nuestros pensamientos y sentimientos negativos nos turban, nos rompen. Practicar prácticas y hábitos trabajando el corazón, no fachadas optimistas.
- 3.- Recordar mi pasado. Como Dios acompañó a su pueblo en la Biblia, en el AT y NT, a mí también, Dios me ha ido acompañando
- 4.- Desde la fe pedir la alegría del corazón, que es gracia y fruto del Espíritu de Dios. Ejercitarse en integrar en el gozo de vivir la experiencia del peso de la vida; sus contrariedades, heridas, tensiones, agobios, fragilidad. Prisioneros de campos de concentración han expresado gozo de corazón y hoy Dios está dando esa gracia en los Campos de Refugiados...
- 5.- Gratitud a Dios, por Dios mismo. Reconocer que Dios, su existencia, es siempre buena noticia, independiente de como sea yo o el mundo. El gozo que nos viene de Ti, de la vida, de las personas, de tu palabra. El gozo que eres Tú y tu vida que celebramos, en Navidad, el Viernes Santo, el domingo de resurrección, de maneras diferentes.
- 6.- En los momentos profundamente difíciles y oscuros, con impotencia, fragilidad, inseguridad, desánimos. Alegría alimentada y estimulada en la Palabra, en la oración, en el testimonio de personas que la viven en condiciones humanas difíciles
- 7.- Con paciencia y esperanza en Dios y en Jesucristo. Fortaleza y resistencia, no resignación pasiva. Alegría capaz de aguantar en la oscuridad y tiniebla de este mundo, de mirar al mundo con esperanza. Capaz de asumir la realidad tal cual es, ver en todo a Dios y trabajarla como nos pide.