

Una pausa en el camino a Belén

Una pausa en el camino a Belén

ESCRITORA

Christy Lang Hearlson

EDITORIA

Marissa Galván Valle

Acerca de la escritora

KATHLEEN LONG BOSTROM es ministra ordenada de la Iglesia Presbiteriana (EE. UU.) y escritora de tiempo completo. Junto con su esposo, Greg Bostrom, sirvió durante más de tres décadas en el ministerio pastoral, incluidos veintidós años como copastora de Wildwood Presbyterian Church, cerca de Chicago, Illinois. Es autora de casi sesenta libros, la mayoría dirigidos a la niñez, varios de ellos traducidos a numerosos idiomas. Actualmente reside en Carlsbad, California, donde continúa escribiendo para lectores de todas las edades. Más información en kathleenlongbostrom.com.

OBJETIVOS: EBR

Estudios bíblicos reformados es un recurso de estudio que las iglesias y las personas pueden utilizar para:

- **Encontrarse con la Palabra**, a fin de adquirir el conocimiento y la formación necesarios para vivir una fe activa y comprometida;
- **Estudiar la Palabra**, de manera que esta información les desafíe mediante un aprendizaje vivencial, desarrollado a través de todos los sentidos que Dios ha dado a cada persona;
- **Ejercitar la Palabra**, para que las personas conecten lo que han recibido con sus propias vivencias, con la cultura que las rodea y con las creencias teológicas de la tradición reformada, de modo que sus vidas sean transformadas en acción y testimonio.

MATERIALES

Cada encuentro de *Estudios bíblicos reformados* incluye dos recursos: una «Hoja para el grupo» y una «Guía para líderes», diseñada para apoyar a quienes facilitan las conversaciones y ayudar a relacionar los aprendizajes con la vida cristiana cotidiana.

Estudios bíblicos reformados es una serie de estudios de Cultivemos Fe, ministerio de Corporación Presbiteriana de Publicaciones, Louisville, Kentucky. A menos que se indique lo contrario, las citas bíblicas han sido tomadas de la *Biblia Reina-Valera Actualizada*, © 2015 por Editorial Mundo Hispano. Usada con permiso.

Este material puede reproducirse gratuitamente para uso de iglesias y grupos de estudio.

Este estudio fue publicado originalmente en inglés con el título *Pausing on the Road to Bethlehem: A Spiritual Journey through Advent* Copyright © 2006 The Thoughtful Christian.

Se ha procurado identificar correctamente los derechos de autor de todos los materiales citados. Cualquier omisión será corregida en futuras ediciones. © 2026 Cultivemos Fe. Todos los derechos reservados.

GUÍA PARA LÍDERES 1

Una pausa en el camino a Belén

UN VISTAZO AL ENCUENTRO EDUCATIVO

Encuentro

1. Crear un ambiente de recogimiento
2. Oración de apertura
3. Oración
4. Introducción al estudio
5. Transición

Estudio

6. Interacción con el arte
7. Lectura bíblica y debate
8. Compartir en pequeños grupos

Ejercicio

9. Nuestra identidad cristiana
10. Reflexión silenciosa

Oración

11. Himno
12. Oración
13. Preparación para el próximo encuentro

RECURSOS NECESARIOS

- Piedras lisas para cada persona
- Ramas pequeñas de un arbusto o de un árbol, o varias ramitas grandes
- Trozos de franela u otra tela suave
- Un recipiente de cerámica
- Vasitos con agua para cada persona

CONTEXTO DEL PASAJE BÍBLICO

Isaías 40

LECTURAS BÍBLICAS

Isaías 40,1-3

UN VERSÍCULO PARA REFLEXIONAR

Una voz proclama: «¡En el desierto preparen el camino del Señor; enderecen calzada en la soledad para nuestro Dios!»

—*Isaías 40,3*

PUNTOS IMPORTANTES

Este encuentro educativo invita a las personas a:

- 1) hacer una pausa en el camino hacia Belén y reconocer la presencia de Dios en medio de la vida cotidiana;
- 2) escuchar la Palabra de Dios con atención mediante la práctica de la lectio divina;
- 3) incorporar la oración de respiración como una práctica habitual para profundizar su relación con Dios.

PREPÁRESE PARA FACILITAR EL ENCUENTRO EDUCATIVO

La persona que es líder de grupo no solo guía al grupo a través de una variedad de prácticas espirituales, sino que también participa activamente en ellas. Para desempeñar adecuadamente ambos roles —como guía y como participante—, es fundamental que practique los ejercicios espirituales durante la semana previa a cada encuentro.

Además de los ejercicios espirituales, cada encuentro incluye una experiencia de oración. Estas experiencias de oración están profundamente arraigadas en la tradición cristiana, y muchas de ellas han formado parte de la vida de la iglesia desde sus inicios.

Las instrucciones para cada ejercicio espiritual y cada experiencia de oración se incluyen en la Hoja para el grupo. Se recomienda que la persona que dirige practique con anticipación tanto los ejercicios como las oraciones, a fin de experimentar plenamente sus beneficios y poder acompañar con confianza al grupo durante el encuentro.

Piense en ello como una tarea para la casa que, más que una obligación, es un verdadero privilegio. La práctica de estos ejercicios le brindará, como líder, espacios adicionales de descanso espiritual a lo largo de la semana. Llegará a cada encuentro con mayor serenidad, equilibrio y preparación

para guiar al grupo, pero los beneficios irán mucho más allá del encuentro y enriquecerán también su propia vida espiritual.

Dedique tiempo a conocer mejor los distintos tipos de oración y las demás prácticas espirituales que se presentan en este recurso. Existen excelentes materiales de consulta; algunos de ellos se mencionan en la bibliografía. Reserve tiempo para buscarlos en la biblioteca de su comunidad, en una librería, en la Internet o en el centro de recursos de su iglesia.

Una recomendación final: disfrute este tiempo devocional. Ha sido concebido para enriquecer la vida espiritual de quienes participan en el estudio, y eso incluye también a la persona líder.

Mientras recorre el camino hacia Belén durante este Adviento, haga pausas frecuentes. Al hacerlo, descubrirá que su propio corazón ha preparado un lugar para recibir a Cristo.

Comience respirando lenta y profundamente durante unos momentos. Luego, eleve una oración y pida la bendición de Dios tanto para su tiempo de preparación como para el momento en que dirija el encuentro. Si lo desea, ponga música suave de fondo mientras lee esta Guía para líderes. Revise la lista de materiales necesarios y reúna con anticipación todo lo que utilizará. Si alguno de los materiales no está fácilmente disponible, identifíquelo con tiempo y reserve un momento durante la semana para conseguirlo. Durante el encuentro, usted guiará al grupo en el encendido de la vela de Cristo y de la primera vela de Adviento. La actividad principal de esta semana se centra en la lectura de las Escrituras mediante el método de la *lectio divina*; lea la explicación correspondiente y practique esta forma de oración en su vida devocional cotidiana antes de presentarla al grupo. Para concluir el encuentro, se ofrece una oración para decir al unísono. Asimismo, encontrará sugerencias para animar a las personas a incorporar los ejercicios y las prácticas de oración de este encuentro en su vida diaria.

Para cada encuentro necesitará los siguientes materiales:

- Un paño azul para cubrir el centro de la mesa (lo suficientemente grande como para colocar la vela de Cristo y las cuatro velas de Adviento).
- Cinco velas: cuatro del tamaño y la forma que prefiera, y una vela blanca más alta que las demás (la vela de Cristo).
- Un reproductor de CD y discos compactos, una computadora o teléfono con música instrumental suave (por ejemplo, himnos apropiados para el tiempo de Adviento o música clásica).

Disponga las mesas de manera que las personas queden sentadas en círculo o formando un rectángulo, en lugar de hacerlo en filas. Prepare con anticipación la mesa principal colocando el paño azul en el centro y, sobre este, la vela blanca grande (la vela de Cristo). Distribuya las demás velas formando un círculo alrededor de la vela de Cristo. Coloque los demás elementos (las piedras, las ramas y los demás materiales) alrededor del arreglo central, de modo que todas las

personas puedan alcanzarlos con facilidad. Estos materiales se utilizarán durante la actividad de apertura.



ENCUENTRO

Esta sección de la primera semana es más extensa que la de los encuentros posteriores. Como esta es la primera vez que el grupo se reúne, es importante dedicar tiempo para que las personas comiencen a conocerse y se sientan cómodas unas con otras. Además, en este encuentro usted distribuirá las «Hojas para el grupo 1» y las revisará brevemente con el grupo, a fin de familiarizar a las personas con los temas que se abordarán a lo largo del estudio.

1. Crear un ambiente de recogimiento

Mientras las personas van llegando, ponga música suave de fondo. Cuando todas hayan llegado, dé la bienvenida al grupo con el saludo: «La paz de Jesucristo sea con ustedes», a lo que el grupo responderá: «Y también contigo».

Encienda la vela de Cristo mientras dice: «Ven, luz del mundo. Brilla en medio de la oscuridad». Luego encienda la primera vela de Adviento (una de las velas más pequeñas) y diga: «La oscuridad nunca vencerá a la luz».

2. Oración de apertura

Invite al grupo a orar al unísono:

Espíritu del Dios viviente, desciende una vez más sobre cada una de las personas aquí reunidas. Desciende como la lluvia suave que cae sobre la tierra reseca. Desciende como el aliento de una brisa apacible en un día de calma. Desciende nuevamente sobre nuestras vidas, para que tu Palabra hable a nuestro corazón. Oramos en el nombre de nuestro Salvador viviente, Jesucristo. Amén.

Al concluir la oración, apague la música y distribuya las Hojas para el grupo.

3. Poema

Lea en voz alta el siguiente poema e invite a las personas a seguir la lectura en silencio utilizando la «Hoja para el grupo 1».

*En cada corazón hay un Belén,
una posada donde, tarde o temprano, debemos responder
si hay lugar o no.
Cuando emprendemos el camino hacia Belén,
ya no podemos mirar hacia otro lado,
haciendo como si no viéramos las estrellas
ni escucháramos las voces de los ángeles.
Ya no podemos justificarnos
ocupándonos afanosamente de nuestros rebaños
o de nuestros propios reinos.
En este Adviento, vayamos a Belén
y contemplemos esto que el Señor nos ha dado a conocer.*

*En medio de las compras de la temporada,
guardemos en el corazón el Don de todos los dones.
Más allá del oropel,
busquemos el oro de la estrella de Navidad.
En medio del entusiasmo y la confusión,
en medio del alegre bullicio,
escuchemos el roce de las alas de los ángeles.
En este Adviento, vayamos a Belén
y encontremos el lugar donde arrodillarnos.*

—Ann Weems, «*In Search of Our Kneeling Places*»¹ (Traducción).

4. Introducción al estudio

Utilice el material de la «Hoja para el grupo 1 para explicar el formato de este devocional de cinco semanas. El enfoque del estudio consiste en hacer una pausa en el camino hacia Belén, dedicando tiempo a permitir que las lecturas bíblicas calen profundamente en nuestro corazón mientras recorremos en conjunto el camino del Adviento.

Anime a todas las personas a compartir sus reflexiones. Sin embargo, si en algún momento alguien prefiere no intervenir durante los momentos de diálogo, puede simplemente decir: «Paso».

5. Presentación de la mesa

Invite al grupo a observar los elementos colocados en el centro de la mesa.

El paño azul representa el tiempo de Adviento. En la actualidad, muchas iglesias utilizan el azul como color litúrgico para este tiempo, aunque algunas continúan usando el morado.

La vela grande es la vela de Cristo. La encenderemos al comienzo de cada encuentro para invitar a Cristo a ocupar el centro de nuestra vida y de nuestro tiempo de reunión.

Las velas más pequeñas representan las semanas de Adviento. Cada semana encenderemos las velas correspondientes: una en la primera semana, dos en la segunda, y así sucesivamente.

Señale los distintos objetos colocados alrededor de las velas: las piedras, las ramas, la tela, el recipiente de cerámica y los vasitos con agua.

Dedique unos cinco minutos a pasar estos objetos entre las personas. Pida a cada una que contemple el objeto que tiene en sus manos y escriba una breve descripción en el espacio correspondiente de la «Hoja para el grupo 1».

Cuando todas las personas hayan tenido la oportunidad de examinar cada objeto, inicie el momento de compartir.

Comience presentándose por su nombre. Luego tome uno de los objetos y comparta brevemente cómo lo describió. Después, coloque el objeto

nuevamente en la mesa e invite a la siguiente persona a decir su nombre y compartir una breve descripción de uno de los objetos.

Cuando todas las personas hayan participado, invite al grupo a reflexionar sobre las descripciones que se hicieron. ¿Qué observaron? ¿Describieron los objetos por su textura, su forma o su color? ¿Con qué frecuencia los describieron por el uso que podrían tener o por su función? ¿Alguien hizo referencia a su olor?

Este ejercicio busca ayudarnos a tomar mayor conciencia de nuestro entorno y a utilizar todos nuestros sentidos para experimentar con mayor plenitud el mundo que nos rodea.



ESTUDIO

Lea la explicación sobre la lectio divina que se incluye en la «Hoja para el grupo 1». Si lo desea, puede profundizar en esta práctica consultando otros recursos o investigando por su cuenta. Durante esta semana, practique el método de la lectio divina como parte de su tiempo personal de lectura de las Escrituras. Procure reservar el tiempo necesario para realizar este ejercicio con calma, sin prisas.

6. Presentación de la lectio divina

Utilizando Isaías 40,1-3, el grupo realizará una lectio divina de este pasaje bíblico. Explique al grupo las distintas etapas de esta práctica e invite a tres personas diferentes a leer el texto en voz alta. Después de cada lectura, deje transcurrir entre dos y tres minutos de silencio para la reflexión. Las personas pueden escribir sus respuestas en el espacio correspondiente de la «Hoja para el grupo 1».

Primera lectura

La primera persona lee Isaías 40,1-3 en voz alta, despacio y con claridad. Luego vuelve a leer el mismo pasaje.

Invite al grupo a prestar atención a cualquier palabra o frase que parezca destacar del texto o que tenga un significado especial para cada persona.

Permita un tiempo de silencio de dos a tres minutos para la meditación. Como líder, usted será responsable de cuidar el tiempo.

Luego invite a las personas a compartir únicamente la palabra o frase que llamó su atención. No es necesario ofrecer explicaciones adicionales.

Recuerde al grupo que, en cualquier momento, una persona puede optar por decir «paso» y no compartir su reflexión. Esa decisión debe ser respetada plenamente.

Segunda lectura

Antes de la segunda lectura de Isaías 40,1-3, invite al grupo a reflexionar sobre la manera en que este pasaje les habla hoy.

La segunda persona lee el pasaje en voz alta. Después, tomen nuevamente un tiempo de silencio de dos a tres minutos para la meditación.

A continuación, invite a las personas a compartir con el grupo lo que hayan escrito en su «Hoja para el grupo 1».

Tercera lectura

Antes de la tercera lectura, pida al grupo que reflexione sobre aquello a lo que Dios les está llamando por medio de este pasaje de las Escrituras.

La tercera persona lee Isaías 40,1-3 en voz alta.

Concluida la lectura, deje nuevamente entre dos y tres minutos de silencio para la meditación. Después, quienes lo deseen pueden compartir sus respuestas.

Cuando todas las personas hayan tenido la oportunidad de responder a las preguntas de reflexión, invite al grupo a comentar la experiencia de utilizar el método de la lectio divina para leer las Escrituras. ¿Les parece una manera útil de acercarse personalmente al texto bíblico? ¿Cómo creen que podría incorporarse esta práctica en un servicio de adoración?



EJERCICIO

7. Demostración de la oración de respiración

A partir de la próxima semana, el grupo comenzará cada encuentro con la oración de respiración que aparece en la hoja para el grupo. La oración de respiración es una forma de oración que nos permite conectarnos con Dios sin importar dónde estemos o qué estemos haciendo. En este tipo de oración, oramos siguiendo el ritmo de nuestra propia respiración, la cual desaceleramos de manera intencional. La oración de respiración puede ser una oración completa en sí misma o servir como introducción a un tiempo de oración más amplio. Al practicarla con regularidad, incorporamos una «pausa espiritual» que llega a ser tan natural como el acto de respirar.

Guíe al grupo en una oración de respiración dando las siguientes instrucciones: «Cierren los ojos. Inhalen lentamente; luego exhalen lentamente. Repitan esto varias veces».

Diga la primera línea de la oración (recordando al grupo que inhale). Luego, mientras les indica que exhalen lentamente, diga la segunda línea de la oración. Repita la oración varias veces y, después, deje un momento de silencio.

Concluya este tiempo de oración con la respiración utilizando la oración incluida en la sección «Conclusión» de esta guía, diciendo: «Y ahora, oremos como grupo».

Puede utilizar una de las siguientes oraciones de respiración o crear una

propia a partir de un verso de un himno, un poema, otro pasaje bíblico, u otro recurso similar.

Oraciones de respiración.

*Santo Espíritu de Dios,
ven sobre mí.
Estén quietos
y sepan que yo soy Dios.*

*Crea en mí,
oh Dios, un corazón limpio.*

*Este es el día
que hizo el Señor.*



ORACIÓN

11. Oración de clausura

Invite al grupo a unirse en la siguiente oración:

Dios de gracia, Dios de los comienzos, de los finales y de todo lo que acontece entre ambos, acompáñanos en este camino mientras peregrinamos hacia Belén. Permanece en medio de nuestro ajetreo de la jornada y también en los momentos de quietud en los que nos detenemos a reflexionar. Concédenos tu shalom, para que podamos alegrarnos de verdad por la buena noticia que hemos recibido: la buena noticia de Jesucristo. Amén.

12. Llévelo a casa

Anime al grupo a practicar la oración de respiración en casa. Al comienzo del encuentro de la próxima semana, dedicaremos unos minutos a compartir nuestras experiencias y reflexionar sobre la práctica de este tipo de oración.

GUÍA PARA LÍDERES 2

Una pausa en el camino a Belén

UN VISTAZO AL ENCUENTRO EDUCATIVO

Encuentro

1. Crear el ambiente
2. Oración de apertura
3. La importancia de los nombres

Estudio

4. Los himnos de Adviento
5. Antífonas de la O

Ejercicio

6. Oración centrante

Oración

7. Himno
8. Llévelo a casa

RECURSOS NECESARIOS

- Consiga alguna versión digital del himno «Oh ven, oh ven, Emanuel»
- Libro o página de internet de nombres de bebés
- Biblias de diferentes versiones
- Tarjetas, cada una con una de las siguientes expresiones escritas: Sabiduría (Sapientia); Señor de Israel (Adonai); Flor (o raíz) de Isaí (Radix); Llave de David (Clavis); Aurora naciente (Oriens); Rey de las naciones (Rex); Emanuel
- Tarjetas blancas, cortadas por la mitad a lo largo (suficientes para que cada persona tenga al menos cinco)
- Hojas de papel en

CONTEXTO DEL PASAJE BÍBLICO

Isaías 7; Mateo 1

LECTURAS BÍBLICAS

Isaías 7,13-14; Mateo 1,18-23

UN VERSÍCULO PARA REFLEXIONAR

Por tanto, el mismo Señor les dará la señal: He aquí que la virgen concebirá y dará a luz un hijo, y llamará su nombre Emanuel.

—*Isaías 7,14*

PUNTOS IMPORTANTES

Este encuentro educativo invita a las personas a:

- 1) explorar los nombres de Cristo y profundizar en el significado de Emanuel, «Dios con nosotros»;
- 2) conocer la espiritualidad del Adviento mediante el himno «Oh ven, oh ven, Emanuel» y las Antífonas de la O;
- 3) practicar la oración centrante, utilizando un nombre de Cristo para aquietarse y reconocer la presencia de Dios.

PREPÁRESE PARA FACILITAR EL ENCUENTRO EDUCATIVO

Comience respirando lenta y tranquilamente. Ore, pidiendo la bendición de Dios tanto mientras se prepara como cuando dirija el encuentro. Elija música relajante para escuchar mientras lee esta «Guía para líderes 2». Revise la lista de materiales que necesitará y reúna todo lo necesario. Si hay materiales que no están fácilmente disponibles, téngalo en cuenta con anticipación y dese tiempo durante la semana para conseguirlos. Usted guiará al grupo en el encendido de la vela de Cristo y las velas de Adviento, seguido de una oración de respiración y una conversación inicial sobre el significado de los nombres. La actividad de hoy se centra en la música, específicamente en el himno de Adviento «Oh ven, oh ven, Emanuel». Escuche el himno durante la semana y estudie su letra. Lea el material sobre las Antífonas de la O para familiarizarse con el concepto y la terminología. Lea también el material sobre la oración centrante y practique este tipo de oración en su vida diaria. Se incluye una oración al unísono, así como sugerencias para que las personas participantes incorporen los ejercicios y las oraciones de esta semana en su vida cotidiana.

Nota adicional: Al presentar el himno «Oh ven, oh ven, Emanuel», aclare que la referencia a «Israel» corresponde al Israel bíblico que aparece en

- blanco de 8½" × 11" (pueden ser rayadas)
- Bolígrafos, lápices o lápices de colores
- Pizarra de tiza, pizarra de borrado en seco o papel de rotafolio
- Tiza, marcadores de borrado en seco o rotuladores

las Escrituras y en la tradición de Adviento. No se refiere al Estado moderno de Israel, establecido en 1948. En el contexto del himno, «Israel» evoca al pueblo bíblico que espera la liberación y el cumplimiento de las promesas de Dios. Esta distinción es importante para comprender el lenguaje histórico y teológico del himno sin trasladarlo directamente a las realidades políticas contemporáneas.



ENCUENTRO

1. Crear el ambiente

Ponga música mientras llegan las personas.

Una vez que se hayan reunido las personas, dé la bienvenida a todas diciendo: «La paz de Jesucristo sea con ustedes». A lo que todas responden: «Y también contigo».

Encienda la vela de Cristo, diciendo: «Ven, oh luz del mundo. Brilla en medio de la oscuridad».

Encienda la primera vela de Adviento, diciendo: «La oscuridad jamás vencerá a la luz».

Luego, encienda la segunda vela de Adviento, diciendo: «Vienen días en que Dios hará surgir un retoño justo».

Distribuya la «Hoja para el grupo 2» a quienes necesiten una.

2. Oración de apertura

Guíe al grupo en la siguiente oración de respiración:

*(Inhalen) Oh, Raíz de Isaí,
(Exhalen) tú eres mi fortaleza.*

3. La importancia de los nombres

Apague la música y lea en voz alta Isaías 7,13-14. Luego, pida a una persona que lea en voz alta Mateo 1,18-23.

Guíe al grupo en una conversación sobre el significado de los nombres. Utilice las preguntas de la «Hoja para el grupo 2». Si conoce de antemano los nombres de todas las personas de su grupo, puede investigar su significado en un libro de nombres o en Internet. Tenga esta información disponible para compartirla con el grupo.

A medida que el grupo mencione los diferentes nombres que se utilizan para referirse a Cristo, escríbalos en el papel de rotafolio (o en la pizarra de tiza o de borrado en seco, según lo que tenga disponible).

Conversen sobre el significado del nombre Emanuel. ¿Qué le dice este nombre? Durante este encuentro, utilizaremos el nombre Emanuel como punto de partida para hacer una pausa en nuestro camino de Adviento.

Entregue a cada persona cinco de las tarjetas cortadas por la mitad. Pídale que escriban el nombre «Emanuel» en cada tarjeta. Indique al grupo que coloque las tarjetas en lugares donde puedan verlas durante la semana (por ejemplo, en el automóvil, pegadas al espejo del baño, en un cajón, en un bolsillo o en la billetera), de modo que les recuerden hacer una oración centrante.



ESTUDIO

4. Los himnos de Adviento

Antes del encuentro, revise el himnario de su iglesia y haga una lista de los himnos de Adviento que contiene. Compare la cantidad de himnos de Adviento con la cantidad de himnos de Navidad.

Pregunte al grupo: «¿Qué himnos de Adviento pueden mencionar?». Escriba las respuestas en el papel de rotafolio. Luego, muestre el recuento que hizo utilizando el himnario. Conversen sobre cuán conocidos, o desconocidos, son los himnos de Adviento, utilizando las preguntas de la «Hoja para el grupo 2».

Ponga el himno «Oh ven, oh ven, Emanuel».

Guíe al grupo en una lectura responsiva de la letra del himno (vea la «Hoja para el grupo 2»). Lean la letra sin acompañamiento musical. Pida al grupo que preste especial atención a las palabras o frases que les resulten particularmente significativas.

5. Antífonas de la O

Coloque las tarjetas que preparó de antemano de manera que formen el acróstico. Comience con el último nombre, Emanuel, para que las letras iniciales de los nombres en latín aparezcan en este orden: Emmanuel (E), Rex (R), Oriens (O), Clavis (C), Radix (R), Adonai (A), Sapientia (S) = ERO CRAS.

Compare estos nombres de Cristo con los que se escribieron en el papel de rotafolio durante el ejercicio inicial. Añada los nombres de las Antífonas de la O si todavía no aparecen en la lista.

Formen parejas o grupos pequeños. Cada pareja o grupo tomará una de las Antífonas de la O y escribirá una oración que refleje el significado de ese nombre de Jesús. Pida a cada pareja o grupo que escriba su título en la parte superior de una hoja de papel en blanco. Por ejemplo, un grupo puede trabajar con el nombre Sabiduría, otro con Señor de Israel, y así sucesivamente. Debe haber siete parejas o grupos. Si el grupo es demasiado pequeño para dividirlo en tantas parejas o grupos, trabajen en conjunto como un solo equipo.

Al finalizar esta actividad, el grupo habrá creado una oración que utiliza todos los nombres de las Antífonas de la O. Dedique aproximadamente diez minutos a esta actividad.

Cuando todo el mundo haya terminado, creen su propia Antífona de la O.

Sugerencia

En lugar de escribir las oraciones en parejas o grupos, cada persona puede escoger uno de los títulos de Jesús de la lista creada durante la actividad inicial y componer una nueva Antífona de la O utilizando ese título. Luego, una por una, las personas pueden compartir su oración con la clase.

Lea en voz alta las Antífonas de la O originales (incluidas en la «Hoja para el grupo 2»), haciendo una pausa para que cada grupo añada su oración. Después de que cada grupo lea su oración, pida a todo el grupo que responda: «¡Alégrense!».



EJERCICIO

6. Oración centrante

Converse con el grupo sobre el método de la oración centrante que se encuentra en la «Hoja para el grupo 2». Cada persona escogerá un nombre de Cristo para utilizarlo en su oración en silencio. No es necesario compartir con el resto del grupo el nombre que haya escogido.

Pida a las personas que cierren los ojos y respiren lentamente, inhalando y exhalando. Comience la oración recitando las palabras del Salmo 46,10: «Estén quietos y reconozcan que yo soy Dios». Repita estas palabras tres veces.

Deje unos minutos de silencio. Durante este tiempo, las personas centrarán su atención en el nombre de Cristo que hayan escogido, repitiéndolo en su mente y en su corazón, sin pronunciarlo en voz alta.

Después de unos tres minutos, concluya la oración diciendo sencillamente: «Amén».



ORACIÓN

7. Oración de clausura

Ponga música suave de fondo. Invite al grupo a dedicar unos momentos a la reflexión en silencio, utilizando el nombre Emanuel como centro de su meditación. Luego, oren en conjunto:

Oh ven, oh ven, Emanuel, Rey de todas las naciones, Aurora naciente, Llave de David, Flor y Raíz de Jesé, Sabiduría de los siglos: cualquiera que sea el nombre con que te llamemos, tú eres Dios con tu pueblo, la Palabra hecha carne, la luz del mundo. Tú nos llamas a cada cual por nuestro nombre y nos pides que te sirvamos con todo nuestro corazón, nuestra mente, nuestra alma y nuestras fuerzas.

Te pedimos que habites en nuestro medio. Que tu nombre permanezca siempre en nuestro corazón. Guíanos con ternura a lo largo de esta semana, mientras hacemos una pausa para respirar tu Espíritu. Oramos en el nombre salvador de Emanuel. Amén.

8. Llévelo a casa

Recuerde a las personas que utilicen durante esta semana sus tarjetas con el nombre «Emanuel» y anímelas a leer la «Hoja para el grupo 3» antes de asistir al encuentro.

GUÍA PARA LÍDERES 3

Una pausa en el camino a Belén

UN VISTAZO AL ENCUENTRO EDUCATIVO

Encuentro

1. Crear el ambiente
2. Oración de apertura

Estudio

3. Lectura dramatizada
4. Meditación guiada

Ejercicio

5. La oración de las horas

Oración

6. Oración de clausura
7. Llévelo a casa

RECURSOS NECESARIOS

- Biblias de diferentes versiones
- Titulares de periódicos o revistas recortados y colocados sobre la mesa central
- Relojes o imágenes de relojes para colocar alrededor de las velas.
- Copias de la «Hoja para el grupo 3»
- Copias de la «Hoja para el grupo 4»

CONTEXTO DEL PASAJE BÍBLICO

Lucas 1

LECTURAS BÍBLICAS

Lucas 1,26-38

UN VERSÍCULO PARA REFLEXIONAR

En el sexto mes, 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.

—*Lucas 1,26-27*

PUNTOS IMPORTANTES

Este encuentro educativo invita a las personas a:

- 1) experimentar el relato de la anunciación desde una nueva perspectiva mediante la lectura dramatizada y la meditación guiada;
- 2) reflexionar sobre la respuesta de María al llamado de Dios y reconocer sus propios sentimientos ante lo inesperado;
- 3) incorporar la oración de las horas como una práctica cotidiana para hacer una pausa y encontrarse con Dios.

PREPÁRESE PARA FACILITAR EL ENCUENTRO EDUCATIVO

Comience respirando lenta y tranquilamente. Haga una oración, pidiendo la bendición de Dios tanto mientras se prepara como cuando dirija el encuentro. Elija música relajante para escuchar mientras lee la «Guía para líderes 3».

Además de la tela azul y las velas, necesitará titulares de periódicos o revistas, recortados y colocados sobre la mesa central, así como relojes o imágenes de relojes para colocar alrededor de las velas.

Esta semana hay dos actividades: una lectura dramatizada y una meditación guiada. Familiarícese con estas técnicas leyendo el material de la «Hoja para el grupo 3». Practique la lectura dramatizada del pasaje bíblico y la meditación guiada leyéndolas en voz alta varias veces. Permita que su propia imaginación se conecte con las lecturas, de manera que usted mismo o misma pueda experimentar lo que enseñará al resto del grupo a hacer.



ENCUENTRO

1. Crear el ambiente

Ponga música de Adviento suavemente mientras llegan las personas.

Una vez que se hayan reunido las personas, dé la bienvenida a todas diciendo: «La paz de Jesucristo sea con ustedes», a lo que todas responden: «Y también contigo».

Encienda la vela de Cristo, diciendo: «Ven, oh luz del mundo. Brilla en medio de la oscuridad».

Encienda la primera vela de Adviento, diciendo: «La oscuridad jamás vencerá a la luz».

Encienda la segunda vela de Adviento, diciendo: «Vienen días en que Dios hará surgir un retoño justo».

Encienda la tercera vela de Adviento, diciendo: «Habrá un cielo nuevo y una tierra nueva».

2. Oración de apertura

Guíe al grupo en la siguiente oración de respiración:

*(Inhalen) Dios eterno,
(Exhalen) habita en medio nuestro.*

Apague la música y distribuya la «Hoja para el grupo 3» a quienes necesiten una copia.

Pida a las personas que completen la encuesta que aparece en su hoja. Dedique solo unos minutos a este ejercicio. Haga un recuento de las respuestas para descubrir cuáles son los medios que más utilizan para informarse y en cuáles confían más.

Pregunte: «¿Alguien desea compartir su respuesta a la pregunta 3 de la encuesta?».



ESTUDIO

3. Lectura dramatizada

El pasaje bíblico central se leerá de una manera diferente a la habitual.

Utilizando el «guion» que aparece en la «Hoja para el grupo 3», las personas del grupo leerán en voz alta Lucas 1,26-38.

Pida personas voluntarias para leer las partes de la narración, el ángel y María. Otra opción es pedir que todas las personas, excepto a quien hace la narración y a quien representa al ángel que lean al unísono la parte de María.

Prepare al grupo pidiendo a cada persona que reflexione sobre el papel que va a leer. Anime a todas a imaginar que están escuchando este pasaje bíblico por

primera vez y que, de hecho, están viviendo la historia a medida que sucede. El relato nos resulta tan familiar que podemos perder de vista sus detalles y su impacto. La lectura dramatizada ayuda a dar vida al texto bíblico.

Quienes estén escuchando la lectura pueden anotar los pensamientos, las imágenes y las emociones que esta les provoque. Si el grupo disfruta de esta actividad, pueden intercambiar los papeles, probar diferentes maneras de representar la escena y dramatizarla. Quizás quieran turnarse para representar al ángel. Puede resultar sorprendente descubrir las distintas maneras en que las personas interpretan la voz y el carácter de un ser celestial. ¡Usen su creatividad y diviértanse!

Después de la lectura, conversen sobre la experiencia utilizando las preguntas de la «Hoja para el grupo 3». Dé tiempo para que las personas anoten sus reflexiones en sus hojas.

4. Meditación guiada

Explique que una meditación guiada es una lectura (en este caso, del pasaje bíblico central) en la que la persona que guía utiliza pensamientos, preguntas e imágenes para ayudar a descubrir los detalles de un pasaje en particular. Por medio de la meditación guiada, quien escucha entra en el texto, procurando no solo ver y escuchar la historia que se narra, sino también experimentarla en el momento presente.

Ponga música suave de fondo. Guíe al grupo durante unos minutos de respiración lenta y profunda. Si algunas personas prefieren cerrar los ojos, pueden hacerlo. Una vez que un ambiente de calma envuelva al grupo, comience a leer la meditación. Lea con voz tranquila y a un ritmo pausado, haciendo una pausa de diez a quince segundos en cada lugar marcado con un asterisco (*).

Una joven está de pie en un jardín.*

¿O estará sentada dentro de la casa, esperando que se hornee el pan?*

¿O quizás acaba de despertar después de una noche de sueño reparador,* soñando con el día que pronto llegará: el día de su boda?*

¿Qué estará pensando o haciendo María cuando, de repente, aparece aquel ángel?*

¿Sabe ella que es un ángel? ¿Está vestido con largas túnicas blancas, lleva ropa común o está envuelto en una luz tan resplandeciente que María no puede verle el rostro?*

¿Cómo luce un ángel?*

Y no cualquier ángel, sino este ángel: Gabriel, el ángel de los ángeles.*

¿Es tranquilizadora la voz del ángel? ¿O es breve y directa? ¿O fuerte y firme?*

«¡Saludos, favorecida!», le dice el ángel a María. ¿Qué clase de saludo es este?*

María no está segura. Está asombrada. ¿Se acelera el ritmo de su corazón? ¿Da un paso atrás, baja la mirada o mira directamente el rostro del ángel?*

Antes de que tenga tiempo de hablar, el ángel continúa: «Concebirás... hijo... Jesús... Hijo del Altísimo... su reino no tendrá fin».*

Las palabras producen ondas en su espíritu, como piedras arrojadas a un lago. Pero lo único que ella quiere saber es: «¿Cómo?». ¿Cómo?*

Sus primeras palabras al ángel son estas: «¿Cómo puede ser esto, puesto que soy... virgen?».

Imagínese diciéndole esto a un ángel, ¡a Gabriel! «¿Cómo puede ser esto?», pregunta. Apenas puede imaginarse estando con José, y ahora esto... ¡esto! Este anuncio imposible.

Pero nada es imposible. No para Dios.

¿Qué estará pasando ahora por la mente de María?*

Entonces el ángel le habla de Elisabet, una noticia que María desconocía. ¡Elisabet, la mujer anciana, está embarazada! ¡Y ella se está enterando por medio de un ángel! ¿Puede volverse el mundo aún más insólito que esto? ¿Qué vendrá después?*

Ahora le toca hablar a María. Si usted fuera María, ¿qué diría? ¿Es tan fácil decir: «Aquí estoy. Que así sea»?*

En lo profundo de su ser, ¿querría realmente decir «¡No!»? ¡No! ¡Esto no puede ser! ¡Esto no es lo que había planeado para mi vida!

¿O está su espíritu en paz?

Paz... paz... o miedo... o asombro... o...*

Y entonces, sin decir una palabra más, el ángel se va.

Se ha ido.

Y María se queda con las palabras del ángel, con la Palabra que se posa en su alma, echa raíces y cobra vida.

Por un momento, hay silencio.*

Entonces María piensa: «Elisabet. Tengo que ir a ver a Elisabet».

Y sin decirle nada a nadie, la joven sale apresuradamente.*

Haga que esta última pausa sea más larga que las anteriores. Luego, poco a poco, vuelva a dirigir la atención de todas las personas hacia la clase, bajando lentamente el volumen de la música hasta que haya silencio. Diga: «Volvamos al momento presente. Tómense unos instantes para hacerlo. Inhalen lentamente; luego, exhalen lentamente».



EJERCICIO

5. La oración de las horas

Los relojes (o las imágenes de relojes) colocados alrededor de las velas tienen el propósito de destacar la experiencia de oración de esta semana: la oración de las horas. Lea la sección «La oración de las horas» en la «Hoja para el grupo 3».

Para enriquecer la lectura y complementar los materiales del encuentro, busque en Internet libros y otros recursos disponibles para quienes deseen incorporar a su vida la práctica de orar a horas establecidas. Más adelante se recomienda un excelente recurso.

Si su denominación utiliza un libro de oración común, tenga un ejemplar disponible para que las personas del grupo puedan consultarlo. También puede distribuir algunos ejemplos de oraciones para horas establecidas.



ORACIÓN

6. Oración de clausura

Esta semana no utilice música durante la oración de clausura. Permita que el silencio cree el ambiente. Utilice la oración de respiración del comienzo del encuentro. Una vez establecido el ritmo de la respiración y la oración, dediquen unos minutos a orar en silencio. Concluya diciendo: «Y que todo el pueblo de Dios diga: Amén».

7. Llévelo a casa

Si las personas del grupo desean participar esta semana en la práctica de la oración de las horas, sugiera tres momentos diferentes del día; por ejemplo, a las 7:00 a. m., al mediodía y a las 9:00 p. m. Todas se comprometerán a tratar de hacer una breve pausa en lo que estén haciendo a esas horas para orar el Padre Nuestro.

Invítelas a reflexionar en lo significativo que puede ser saber que todas las personas del grupo están haciendo la misma oración al mismo tiempo. Imaginen lo que podría suceder en el mundo si cada persona hiciera esto todos los días.

Distribuya copias de la «Hoja para el grupo 4» y anime a las personas a leerla antes del encuentro.

PARA MÁS INFORMACIÓN

The Community of Jesus, *The Little Book of Hours: Praying with the Community of Jesus* (Brewster, MA: Paraclete Press, 2003).

Para un recurso similar disponible en español, véase *Oración diaria para todos los tiempos* (Church Publishing), una adaptación de la práctica de la oración diaria a horas establecidas.

GUÍA PARA LÍDERES 4

Una pausa en el camino a Belén

UN VISTAZO AL ENCUENTRO EDUCATIVO

Encuentro

1. Crear el ambiente
2. Oración de apertura

Estudio

3. Mapa del camino de la fe

Ejercicio

4. Ore con los salmos

Oración

5. La piedra de oración
6. Llévelo a casa

RECURSOS NECESARIOS

- Copias de la «Hoja para el grupo 4»
- Biblias de diferentes versiones
- Hojas grandes de papel blanco
- Lápices de colores
- Marcadores o crayones
- Mapas de carreteras
- Una piedra lisa del tamaño de la palma de una mano
- Reproductor de música con música instrumental
- Copias de la «Hojas para el grupo» 5

CONTEXTO DEL PASAJE BÍBLICO

Lucas 1

LECTURAS BÍBLICAS

Lucas 1,39-45

UN VERSÍCULO PARA REFLEXIONAR

En esos días se levantó María y fue de prisa a una ciudad en la región montañosa de Judá.

—*Lucas 1,39*

PUNTOS IMPORTANTES

Este encuentro educativo invita a las personas a:

- 1) trazar un mapa de su camino de fe para reconocer las personas y experiencias que han formado su vida espiritual;
- 2) descubrir distintas maneras de orar con los Salmos e incorporarlos a su práctica cotidiana;
- 3) participar en una oración comunitaria, en voz alta o en silencio, mediante el uso de la piedra de oración.

PREPÁRESE PARA FACILITAR EL ENCUENTRO EDUCATIVO

Comience respirando lenta y tranquilamente. Eleve una oración, pidiendo la bendición de Dios tanto mientras se prepara como cuando dirija el encuentro. Elija música relajante para escuchar mientras lee la «Guía para líderes 4».

Además de la tela azul y las velas, necesitará los siguientes materiales para este encuentro: hojas grandes de papel blanco; lápices de colores, marcadores o crayones; mapas de carreteras; una piedra lisa que quepa en la palma de la mano; y un reproductor de música con música instrumental.

La actividad de hoy, «Mapa del camino de la fe», requiere bastante tiempo y ocupará la mayor parte del encuentro. No apesure a las personas mientras realizan el ejercicio, pero tenga en cuenta que algunas pueden terminar antes que otras. Quienes terminen primero pueden explorar los recursos que usted tenga disponibles, si así lo desean. Si algunas personas no logran terminar la actividad durante el encuentro, pueden completarla en casa.

Lea el material de la «Hoja para el grupo 4» sobre el uso de los salmos como oraciones. Dedique tiempo esta semana a leer y estudiar los Salmos, y descubra si esta manera de orar le resulta útil en su propio caminar cotidiano.



ENCUENTRO

1. Crear el ambiente

Ponga música suave mientras llegan las personas.

Una vez que se hayan reunido las personas, dé la bienvenida a todas diciendo: «La paz de Jesucristo sea con ustedes», a lo que todas responderán: «Y también contigo».

Encienda la vela de Cristo, diciendo: «Ven, oh luz del mundo. Brilla en medio de la oscuridad».

Encienda la primera vela de Adviento, diciendo: «La oscuridad jamás vencerá a la luz».

Encienda la segunda vela de Adviento, diciendo: «Vienen días en que Dios hará surgir un retoño justo».

Encienda la tercera vela de Adviento, diciendo: «Habrá un cielo nuevo y una tierra nueva».

Encienda la cuarta vela de Adviento, diciendo: «Oh Aurora naciente, te saludamos».

2. Oración de apertura

Guíe al grupo en la siguiente oración de respiración:

*(Inhalen) Oh, Sol naciente,
(Exhalen) te doy la bienvenida.*

Distribuya la «Hoja para el grupo 4» a quienes necesiten una copia. Invite a una persona a leer el pasaje bíblico central del día.

Explique a las personas que hoy conversarán sobre sus «mapas del camino de la fe». Para comenzar, recuerden que la vida de María estuvo llena de acontecimientos. Tener un hijo fue, sin duda, una parte importante de su camino, pero también hubo otros momentos significativos en su vida, ¿no es así?



ESTUDIO

3. Mapa del camino de la fe

Observen los mapas de carreteras que usted ha provisto. Fíjense en los símbolos, los colores y los diferentes grosores de las líneas que se utilizan para representar la información en el mapa. Conversen sobre las siguientes preguntas: ¿Les resulta fácil leer un mapa de carreteras? ¿Qué les parecería tener la responsabilidad de dibujar un mapa preciso del vecindario donde viven?

Entregue a cada persona una hoja grande de papel blanco. Coloque sobre la mesa una buena cantidad de lápices de colores o crayones. Las personas pueden compartirlos, pero debe haber suficientes materiales para que nadie tenga que esperar por un color en particular.

No se le está pidiendo a nadie que dibuje un mapa de carreteras que otras personas puedan utilizar. En cambio, dibujarán un «mapa del camino de la fe». Cada uno de los mapas que crearán hoy será único. Estos mapas no servirán para guiar a otras personas hacia un destino, sino como una manera de hacer una pausa para examinar nuestro propio caminar espiritual, reflexionar sobre las personas y las experiencias que han dado forma a nuestra fe y pedir a Dios que bendiga tanto lo que ha sido como lo que aún está por venir.

Lea el material que aparece en la «Hoja para el grupo 4». Antes de que las personas del grupo comiencen a dibujar sus mapas, señale las preguntas de la hoja que pueden servirles como punto de partida para la reflexión.

Ponga música mientras todas las personas trabajan en sus mapas. Utilice solamente música instrumental, ya que las letras de las canciones pueden distraer durante este ejercicio. Y asegúrese de dibujar su propio mapa junto con el resto del grupo.

Después de unos quince minutos, formen parejas. Pida a las personas de cada pareja que se turnen para explicar un par de los elementos que han señalado en sus mapas. Quizás quieran comenzar explicando el diseño del camino que dibujaron. ¿Es una línea recta? ¿Un círculo? ¿Qué representa su forma? Luego, pídale que escojan el primer punto señalado en el camino o alguno que tenga especial importancia para ellas.

El grupo tendrá ocho minutos para compartir sus mapas. Si hay tiempo, pueden turnarse para hablar sobre otros puntos señalados en el camino. Usted será quien lleve el tiempo. Ocho minutos pasarán rápidamente, así que no se sorprenda si apenas han comenzado cuando llegue el momento de terminar. Asegúrese de que todas las personas tengan la oportunidad de hablar.



EJERCICIO

4. Ore con los salmos

La mayor parte de este encuentro se dedicará a dibujar y compartir los mapas del camino de la fe. Asegúrese de reservar tiempo para conversar sobre cómo orar con los Salmos. Los Salmos pueden utilizarse como oraciones tal como están escritos en la Biblia. También se pueden tomar versos de distintos salmos y combinarlos para componer una oración. En la sección «Experiencia de oración» se ofrece un ejemplo de esta última opción.



ORACIÓN

5. La piedra de oración

Tome en la mano la piedra lisa (véase «Prepárese para facilitar el encuentro educativo»). Esta será nuestra piedra de oración. La piedra permite que el grupo participe en la oración sin presionar a nadie para que ore en voz alta. Explique que, antes de concluir con la oración al unísono, ofrecerá unos momentos de silencio para que cada persona pueda hacer una oración personal, ya sea en voz alta o en silencio.

Después de iniciar la oración, pase la piedra a la persona que está inmediatamente a su derecha. Ya sea que esa persona desee orar en voz alta o en silencio, deberá sostener la piedra de oración hasta que termine y luego pasarla a la siguiente persona.

La piedra de oración permite que todas las personas del grupo formen parte de la oración, aun cuando permanezcan en silencio. La piedra conecta al grupo y alivia la ansiedad que suele acompañar a la oración espontánea: ¿Debo hablar? ¿Debo esperar? ¿La otra persona terminó de orar o solo hizo una pausa? Al utilizar la piedra de oración, no hay duda de a quién le corresponde orar y todas las personas tienen la oportunidad de participar.

Cuando la piedra vuelva a sus manos, invite a las personas a hacer al unísono la oración de clausura.

6. Llévelo a casa

Invite a cada persona a que se lleve a casa su mapa del camino. En la «Hoja para el grupo 4» se ofrecen sugerencias sobre cómo realizar este ejercicio en familia o compartirlo con un ser querido o una amistad.

¡Recuérdale al grupo que ore con los Salmos durante esta semana!

PARA MÁS INFORMACIÓN

Dan Wakefield, *The Story of Your Life: Writing a Spiritual Autobiography* (Boston: Beacon, 1990).

Edward J. O'Heron, *La historia de tu vida: Descubrimiento de uno mismo y algo más* (Bilbao: Desclée de Brouwer, 2002).

GUÍA PARA LÍDERES 5

Una pausa en el camino a Belén

UN VISTAZO AL ENCUENTRO EDUCATIVO

Encuentro

1. Crear el ambiente
2. Oración de apertura

Estudio

3. El Magníficat
4. El laberinto

Ejercicio

5. Orar con la Biblia

Oración

6. Himno
7. Oración
8. Preparación para el próximo encuentro

RECURSOS NECESARIOS

- Copias de la «Hoja para el grupo 5»
- Biblias de diferentes versiones
- Instrumentos para escribir
- Etiquetas de identificación
- Himnarios o texto de himno (opcional)
- Copias de la «Hojas para el grupo» 6

CONTEXTO DEL PASAJE BÍBLICO

Lucas 1

LECTURAS BÍBLICAS

Lucas 1,46-56

UN VERSÍCULO PARA REFLEXIONAR

...porque el Poderoso ha hecho grandes cosas conmigo. Su nombre es santo, y su misericordia es de generación en generación, para con los que le temen.

—*Lucas 1,49-50*

PUNTOS IMPORTANTES

Este encuentro educativo invita a las personas a:

- 1) reflexionar sobre el Magníficat y reconocer cómo sus vidas pueden engrandecer el amor y la presencia de Dios;
- 2) recorrer un laberinto como práctica espiritual para recordar las personas, los momentos y las experiencias en que Dios se ha hecho presente;
- 3) aprender a orar con la Biblia y asumir el llamado a llevar la luz de Cristo al mundo.

PREPÁRESE PARA FACILITAR EL ENCUENTRO EDUCATIVO

Comience respirando lenta y suavemente varias veces. Eleve una oración para pedir la bendición de Dios tanto durante su preparación como al dirigir el encuentro. Elija música tranquila para escuchar mientras lee la «Guía para líderes 5».

Además de la tela azul y las velas, necesitará objetos que sirvan para ampliar imágenes o textos, como lupas y reglas de lectura; laberintos pequeños, ya sean juguetes o impresos; imágenes de distintos laberintos; y velas de cumpleaños, que pueden sustituirse por velas pequeñas de té o velas cónicas.

La sección «Actividad de grupo» de esta semana consta de dos partes: «El Magníficat» y «El laberinto». Familiarícese con la información de la «Hoja para el grupo 5» e investigue sobre los laberintos. Hay numerosos recursos y sitios web útiles. Para encontrar un laberinto cercano, consulte <https://labyrinthociety.org/>. Muchos laberintos se encuentran al aire libre, aunque también puede encontrarlos en iglesias y centros de retiro. Podría ser interesante planificar una visita a un laberinto durante el próximo año, para que el grupo pueda experimentar cómo es recorrerlo. Mientras tanto,

se incluye un laberinto para recorrer con el dedo que puede utilizarse durante el encuentro.

Lea en la «Hoja para el grupo 5» el material sobre cómo orar con la Biblia. Familiarícese con la oración incluida en este encuentro e intente escribir una oración propia, tomando un pasaje bíblico como punto de partida.

Esta semana se ha extendido ligeramente el tiempo final, ya que no solo concluye este encuentro, sino también el estudio completo. No se apresure. Dedicar tiempo a la reflexión y al cierre es tan importante como realizar las demás actividades.



ENCUENTRO

1. Crear el ambiente

Ponga música suave mientras llegan las personas. Una vez que se hayan reunido, dé la bienvenida al grupo diciendo: «La paz de Jesucristo esté con ustedes», a lo que todas las personas responderán: «Y también contigo».

Encienda la vela de Cristo y diga: «Ven, luz del mundo. Brilla en medio de la oscuridad».

Encienda la primera vela de Adviento y diga: «La oscuridad jamás vencerá a la luz».

Encienda la segunda vela de Adviento y diga: «Vienen días en que Dios levantará un renuevo justo».

Encienda la tercera vela de Adviento y diga: «Habrá un cielo nuevo y una tierra nueva».

Encienda la cuarta vela de Adviento y diga: «Oh, Sol naciente, te damos la bienvenida».

2. Oración de apertura

Guíe a la clase en una oración de respiración:

(Inhalen) Emanuel,
(Exhalen) tú estás aquí.

Apague la música.

Pase entre las personas las lupas y los demás objetos.

¿Para qué ampliamos un objeto? Una lupa nos ayuda a verlo con mayor claridad al aumentar su tamaño. También puede ayudarnos a distinguir mejor sus detalles.



ESTUDIO

Las actividades de grupo constan de dos secciones: «El Magníficat» y «El laberinto». La oración de esta semana puede tomar más tiempo de lo habitual, así que distribuya bien el tiempo para no apresurar la oración.

3. El Magníficat

Primero, el grupo se concentrará en el Magníficat, el cántico de alabanza de María que se encuentra en Lucas 1,46-55. María prorrumpe en alabanzas cuando viaja para visitar a Elisabet y Juan el Bautista y Jesús se encuentran mientras aún están en el vientre de sus madres. Después de explorar el significado de la palabra Magníficat, conversen sobre el concepto de «engrandecer» a Dios.

Invite al grupo a guardar un momento de silencio y reflexión para considerar las preguntas incluidas en la «Hoja para el grupo 5».

4. El laberinto

A continuación, exploraremos la práctica espiritual de recorrer el laberinto. En la «Hoja para el grupo 5» se incluye el diseño de un laberinto para recorrer con el dedo.

Aunque todos los laberintos tienen la misma estructura básica, cada uno es único en su diseño. Hay laberintos formados por senderos de piedra, setos o trazos pintados en el suelo. Incluso existen laberintos portátiles impresos sobre grandes piezas de tela o lona, que pueden trasladarse de un lugar a otro.

Muestre dibujos o diseños de otros laberintos, además del que aparece en la «Hoja para el grupo 5».

Invite al grupo a dedicar tiempo a «recorrer» el laberinto con el dedo. Las personas pueden seguir el camino con un lápiz, con un objeto similar o simplemente con el dedo índice. Sugíérales que dibujen un círculo, que represente una lupa, cuando se detengan a reflexionar sobre una persona, un momento o una experiencia que haya hecho más visible la presencia de Dios en sus vidas. No es necesario que compartan estas reflexiones con el grupo. Este es un momento personal y privado, aunque tenga lugar en un salón lleno de personas. Ponga música tranquila e inspiradora mientras el grupo recorre el laberinto.

Unos minutos antes de que concluya el tiempo asignado, pregunte si alguien desea compartir alguna reflexión sobre la experiencia. Nadie está obligado a hablar. Recorrer un laberinto, ya sea caminando o con los dedos, es una experiencia profundamente personal y privada. Respete ese momento especial, pero conceda unos minutos para que quienes lo deseen comenten y procesen la experiencia.



EJERCICIO

5. Orar con la Biblia

Hemos explorado la oración de respiración, la oración centrante y la oración con los Salmos. El ejercicio de oración de esta semana no es tan conocido como los anteriores, por lo que quizá sea necesario dedicar tiempo a explorarlo y explicarlo. Asegúrese de que todas las personas comprendan cómo se ora con la Biblia. El pasaje bíblico se utiliza como punto de partida para la oración. En la «Hoja para el grupo 5» se incluye una oración basada en el pasaje bíblico central.

Lea en voz alta cada versículo de las Escrituras y, después de cada uno, invite al grupo a decir al unísono la oración correspondiente.

Al igual que cualquier ejercicio espiritual o experiencia de oración, orar con la Biblia requiere práctica. Si queda tiempo después de la oración, asegúrese de reservar suficiente tiempo para la parte final del encuentro. El grupo podría buscar otros pasajes bíblicos que puedan convertirse en oración siguiendo este mismo formato.



ORACIÓN

6. Resumen y oración de clausura

Hoy concluimos no solo este encuentro, sino todo este recorrido espiritual a través del Adviento. Dedique suficiente tiempo a cerrar esta experiencia y procure no apresurar este momento.

Agradezca a todas las personas por haber participado en estos encuentros. Pregunte: ¿Les ha resultado provechoso este tiempo? ¿Están dedicando momentos durante la semana para detenerse y reflexionar? ¿Qué han recibido de los ejercicios y las oraciones que estudiamos y practicamos durante las últimas cinco semanas?

Cada semana hemos encendido la vela de Cristo y, una por una, las velas de Adviento. Ahora recibimos el llamado a llevar la luz de Cristo al mundo.

Invite a cada persona a escoger una de las velas nuevas que llevó al encuentro. Durante la conclusión, cada persona encenderá su vela con la vela de Cristo para recordar que hemos recibido el llamado a llevar la luz de Cristo al mundo.

Ponga música. Si tiene disponible el himno «Oh ven, oh ven, Emanuel», reproduzcalo. Después, deje que la música continúe sonando suavemente mientras el grupo concluye su recorrido de Adviento.

Lea en voz alta el pasaje de Mateo 5,14-16:

«Ustedes son la luz del mundo. Una ciudad asentada sobre un monte no puede ser escondida. Tampoco se enciende una lámpara para ponerla debajo de un cajón, sino sobre el candelero; y así alumbra a todos los que están en la casa. Así alumbre la luz de

ustedes delante de los hombres, de modo que vean sus buenas obras y glorifiquen a su Padre que está en los cielos».

Invite a las personas a encender sus velas, una por una, con la vela de Cristo. Mientras cada persona enciende su vela, el resto del grupo dirá al unísono: «Tú eres la luz del mundo».

Cuando todas las velas estén encendidas, oren al unísono:

Oh, Luz del mundo; oh, Flor y Raíz de Isaí; oh, Sol naciente; Emanuel: tú nos llenas de gozo mientras nos preparamos para celebrar tu nacimiento. Anhelamos que tu paz, que sobrepasa todo entendimiento, venga al mundo. Ponemos nuestra esperanza en la vida eterna. Esperamos con admiración y reverencia el día en que crearás un cielo nuevo y una tierra nueva; cuando habitarás en nuestro medio y ya no habrá más muerte, ni llanto, ni clamor, ni dolor. ¡Has vencido a la muerte para siempre! Tu luz resplandece, y nada podrá apagarla jamás. Haznos dignos de llevar tu luz al mundo. Continúa bendiciendo nuestro caminar, para que también seamos de bendición para otras personas y engrandezcamos tu amor para que todas puedan verlo. Oh, Cristo, nuestro corazón ya está preparado para recibirte. Vive en nuestros corazones mientras procuramos permanecer en ti. Oramos en el nombre de Emanuel. Amén. Amén.

Pronuncie la bendición final: «Vayan en paz».

Espere para extinguir la vela de Cristo al finalizar todo el encuentro.

7. Llévelo a casa

No es probable que todas las personas del grupo practiquen cada uno de los ejercicios espirituales y cada una de las experiencias de oración que se ofrecen en estos encuentros. Ese no ha sido el objetivo. Si una persona ha encontrado una manera útil de recordar que debe detenerse y reflexionar sobre su caminar espiritual, eso es suficiente. Esperamos que las herramientas ofrecidas ayuden a todas las personas a reconocer la necesidad de contar con prácticas regulares para profundizar su fe, bajar un poco el ritmo, orar y meditar sobre el maravilloso regalo de Emanuel.

Al finalizar enero, comuníquese con las personas para saber cómo están. ¿Han recordado detenerse? Una palabra de ánimo, y no de culpa, puede lograr mucho.

Quizá algunas personas del grupo decidan continuar reuniéndose una vez al mes para conversar sobre su caminar y apoyarse mutuamente ante los inevitables giros, desvíos y obstáculos del camino.

Gracias por dirigir el estudio. La autora ora para que estos encuentros hayan enriquecido su caminar espiritual y para que continúe recibiendo bendiciones a lo largo del camino.