

**GENERAR UN ESTILO DE VIDA QUE VENCE LAS
INCOMPRENSIONES, LA INDIFERENCIA,
LA ANSIEDAD Y LA ANGUSTIA.**



**Somos comunidad
*¡Sé lazo de unión y fraternidad!***



¿Qué es?

En las comunidades CEFAS se impulsa
un estilo de vida
coherente con la fe que profesamos,
que tiene como **centro a**
Cristo y su Palabra,
porque es el camino seguro para
alcanzar la felicidad, personal y
familiar, al crear lazos que fortalecen
los auténticos valores para
hacer el bien.



¿POR QUÉ?



El verdadero amor sale al encuentro, siempre genera una cercanía y nos hace discípulos misioneros de Cristo, en la comunidad y en la familia.



¿PARA QUÉ?

Para vivir con generosidad, y en la sintonía del amor, el tiempo que Dios nos regala, dedicándolo a su servicio en la entrega a los demás, especialmente en la propia familia,



y para que este período de verano sea una oportunidad para crecer en el diálogo en una sana convivencia comunitaria.

¿CÓMO?

Venciendo las actitudes que llevan al miedo, a la turbación, a la sensación de no tener fuerzas y sentirse cansado, derrotado (antes de hacer nada), solo, aislado, no apreciado.



¿CÓMO?

1. INCOMPREENSIÓN: Para conocer y entender mejor las situaciones que se presentan en nuestras vidas es necesario comprenderlas; tener una nueva perspectiva positiva que nos haga ver todo de un modo nuevo, según la mirada de Jesús. Así sabemos por dónde empezar, qué ruta tomar y cómo caminarla para crecer en la unión familiar: que haya **aceptación, integración, flexibilidad, apertura a todos y a todo.**

TIENDE LAZOS



¿CÓMO?

2. INDIFERENCIA: En el interior de una familia o comunidad, esta actitud daña las relaciones y es un gran obstáculo para lograr el encuentro y la fraternidad. También lastima a la persona porque mata su iniciativa, el deseo de hacer el bien. Hay que descubrir la belleza del encuentro, del diálogo familiar y comunitario.

TIENDE LAZOS



¿CÓMO?

3. ANSIEDAD: Este sentimiento de miedo, temor e inquietud ante lo que sucede, o se cree que puede suceder, crean una inquietud y tensión que daña mucho a la persona y como consecuencia, sus relaciones con los demás.



¿CÓMO?



“Sin vida interior nos convertimos en superficiales, inquietos, ansiosos - ¡qué mal nos hace la ansiedad! Por esto tenemos que ir a la oración; sin vida interior huimos de la realidad, y también huimos de nosotros mismos, somos hombres y mujeres siempre en fuga.”
(SS Francisco, 4/11/2020)

4. ANGUSTIA: Otro sentimiento derivado del miedo, sin causa precisa, tiene efectos muy desgastantes porque el exceso de preocupaciones y temores excesivos sumergen la imaginación en escenarios catastróficos que llevan a la desesperación,



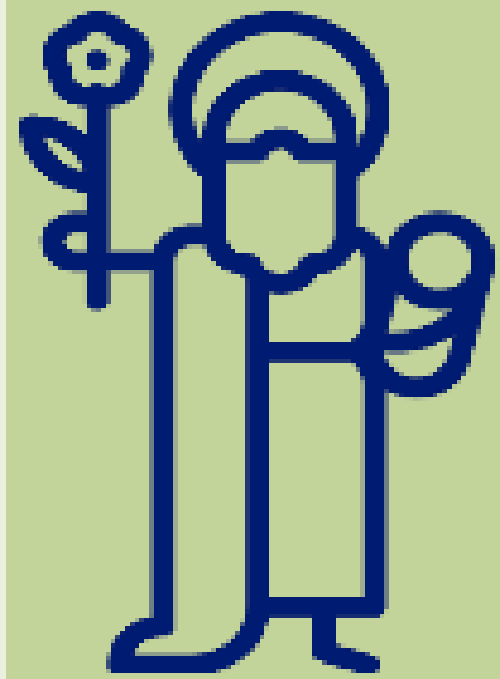


incluso a la falta de aire, mareos, sudoración y tensión muscular y, sobre todo, aísla a la persona, rompe la comunicación y el diálogo que podría ser la solución, porque generalmente este estado de ánimo no se supera sin ayuda. Se necesita una motivación y un acompañamiento.

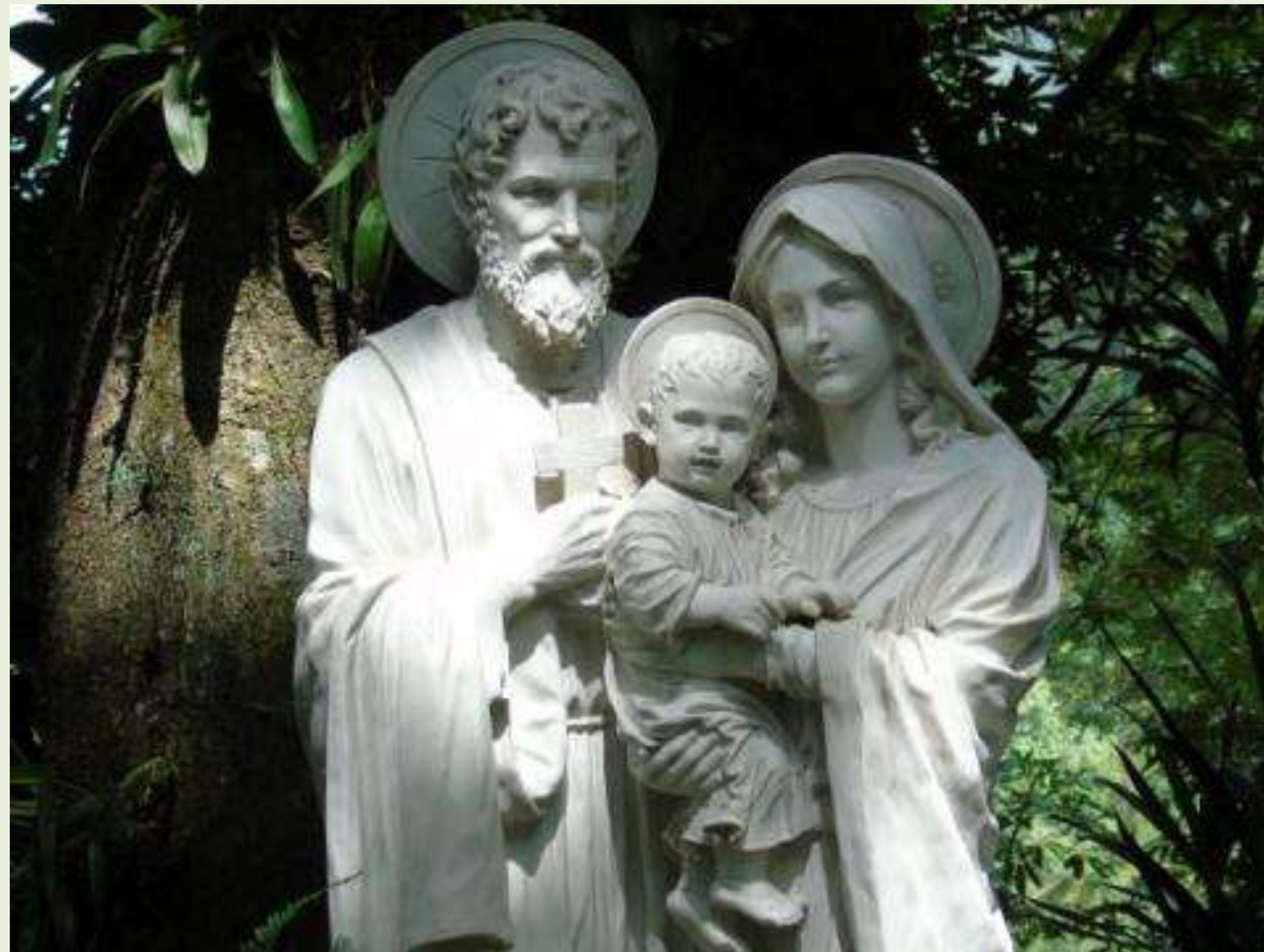


COMUNIDAD EN MOVIMIENTO:

**Edifica una familia feliz al ser su ancla
y timón.**



**AÑO
DE LA
FAMILIA**



♥ ¡COMPARTAN SU EXPERIENCIA!



¿Cuál es nuestra actitud
en las vacaciones?,
¿cómo viven esa etapa?,
¿se interesan por
aprovechar mejor el
tiempo con su familia?

¿Qué actividades pueden proponer a las comunidades para aprovechar mejor el tiempo, en la familia y en la comunidad? Comenten, propongan y compartan su proyecto.





¡COMPARTAN SU EXPERIENCIA!

¿Cómo desarrollar la cultura del encuentro?

¿Qué proponen
para fomentar en la
familia y en las
comunidades una
vida coherente con
la fe y el servicio a
los demás?



Reenviado
Rosario en casa de Sonia y meditación del evangelio todo para la gloria del Padre 🙏

Gracias por com



¿Qué actividad sugieren para experimentar ser misioneros de la misericordia como Jesús?



¡Será un gusto recibir su propuesta!



+52 81836 80037



info@cefasmx.org

Promuevan y sigan a CEFAS en...



[/cefasmx.org](https://www.facebook.com/cefasmx.org)



C
E
F
A
S

U
N
A
E
S
P
E
R
A
N
Z
A