



MISIÓN

**¡ACTUAR CON AMOR!
SEMBRAR ESPERANZA PARA
CONSTRUIR LA PAZ.**

**Optimismo sobre el
desanimo y la envidia.**



MISIÓN



La misión de sembrar esperanza es una llamada a la acción, personal y comunitaria, para poder construir la paz en tu interior, en tu familia y en la comunidad.



**Cultivar la gratitud:
Un potente antídoto contra el desánimo y la envidia.**

Acciones concretas para sembrar esperanza en lo PERSONAL:

1. Practicar el optimismo diario: Frente a las dificultades, elegir centrarse en las soluciones del problema. Cada día, reflexionar sobre lo positivo: logros, aprendizajes, las personas que apoyan. El optimismo se refleja en cómo se enfrentan los desafíos y en la capacidad para encontrar luz incluso en los momentos más oscuros.



2. Cultivar la gratitud: un potente antídoto contra el desánimo. Dedicar unos minutos, todos los días, para agradecer lo que se tiene: salud, familia, trabajo o incluso las pequeñas alegrías cotidianas. Esta práctica ayuda a enfocarse en lo que está bien, promoviendo una visión positiva y esperanzadora.



Acciones concretas para sembrar esperanza en lo PERSONAL:

3, Superar la envidia: la envidia surge cuando se compara la vida personal con las de los demás de manera negativa.

Para combatirla, es fundamental practicar la auto-aceptación y reconocer las propias fortalezas y logros. En lugar de sentir celos, elegir admirar a quienes logran sus metas e inspirarse en su éxito para alcanzar sus propios sueños. La envidia solo genera discordia; el aprecio y admiración por los demás fomentan relaciones basadas en el respeto y el apoyo mutuo.



Acciones para sembrar esperanza en la COMUNIDAD:

1. Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo: en lugar de enfocarse en las diferencias, construir puentes a través de la colaboración. Organizar o participar en actividades comunitarias que promueven el trabajo conjunto, ayudan a generar un sentido de pertenencia y solidaridad que nutre la esperanza y fortalece el peregrinar.



2. Escuchar y apoyar a los demás: la escucha activa siembra esperanza en otros. El simple acto de escuchar y mostrar empatía hace una gran diferencia en la vida de una persona. Al apoyar a los demás, se crea un círculo virtuoso de esperanza y solidaridad.



Acciones concretas para sembrar esperanza en la COMUNIDAD:

3. Promover el diálogo y la paz: El desánimo y la envidia surgen cuando las personas se sienten incomprendidas o excluidas. Promover el diálogo abierto y el entendimiento entre diferentes grupos. Crear espacios seguros donde las personas puedan expresarse libremente, sin juicios ni prejuicios, para fomentar la construcción de paz. Participar en iniciativas que promuevan la integración, el respeto mutuo y la resolución pacífica de conflictos.



4. Educar en valores: Fomentar la honestidad, el respeto, la generosidad y la tolerancia desde temprana edad contribuye a crear una sociedad más armoniosa. Los adultos, como modelos a seguir, deben predicar con el ejemplo, promoviendo un ambiente en el que todos se sientan valorados y escuchados.

RETO

“La esperanza cristiana no es un fácil optimismo, ni un placebo para incautos. Es la certeza, arraigada en el amor y la fe, de que Dios no nos deja nunca solos y mantiene su promesa:

«aunque cruce por oscuras quebradas, no temeré ningún mal, porque tú estás conmigo» (Sal 23,4).

La esperanza cristiana no es negación del dolor y de la muerte, sino celebración del amor de cristo resucitado que está siempre con nosotros, aun cuando nos parezca lejano”

(Papa francisco, 23 de noviembre de 2023).



CONCLUSIÓN



La esperanza es clave para transformar nuestra vida. Sembrar esperanza es más que un deseo: es una acción consciente, una misión diaria que, si todos la asumimos, puede generar un cambio real y positivo en el mundo. Cómo comunidad, ¿qué proponen para esta siembra?



¡CONÓCENOS!

WWW.CEFASMX.ORG



¡COMÚNICATE!

52 + 8183680037



info@cefasmx.org



56255-17212 (WhatsApp CEFAS)



¡SIGUENOS!

cefascomunidades



**B. San Patricio #111 E-5
Valle Oriente,
San Pedro Garza García, N.L.
C.P. 66260**