

TEMA



Alégrate y confía



PROMOVER LA SUPERACIÓN

NOVIEMBRE 2020

El aislamiento y otros problemas surgidos por la pandemia, exigen que la comunicación, el servicio y la fraternidad se multipliquen por medio de la superación personal y familiar.

¿POR QUÉ?



Conviene escuchar a quien nos impulsa a mirar con esperanza y confianza en vez de las que nos desaniman.





Las calamidades no desaparecen pero superarte para crecer en el amor y en el servicio para hacer el bien y mejorar las relaciones familiares, producen la alegría, la confianza y el optimismo que opacarán la tristeza, la angustia y la depresión de la época.

¿POR QUÉ?

Además es importante recordar que muchos se acercarán o se alejarán de las comunidades CEFAS, dependiendo si son atraídos o no por nuestro testimonio.



Buscar la superación humana para alcanzar la santidad.

**Nuestra presentación personal, el trato,
la manera de expresarse abre la puerta del diálogo,
de la confianza y de la amistad.**

¿CÓMO?

**Tenemos talentos y defectos, no somos perfectos,
pero sí podemos; si queremos, superarnos para tener esa
personalidad, auténticamente cristiana, que da la felicidad
y acerca a otras personas a Cristo.**

**Para
lograrlo:**



CONOCERSE:
Conocer el propio temperamento, cualidades y defectos. Reflexionar sobre el propio comportamiento (no el del vecino), para conocer nuestras cualidades y defectos.



ACEPTARSE:
La aceptación de sí mismo, con lo positivo y lo negativo.
Dios nos ama como somos.
Alimentar una actitud de realismo y optimismo, aceptar lo que somos y lo que podemos llegar a ser, con la gracia de Dios y nuestro esfuerzo.



SUPERARSE:
Estar en continuo crecimiento y esfuerzo de mejora personal, basado en propósitos y metas concretas que podemos anotar, por ejemplo, en un plan de vida.

ACTITUD: TIENDE LA MANO AL NECESITADO



- ✓ La solidaridad y la fraternidad son actos que nos engrandecen y nos superan como personas.
- ✓ Acompañar al otro en su lucha, o al menos hacerle saber que lo respetas y lo quieres acompañar y ayudar.
- ✓ No minimices el sufrimiento y los problemas de otras personas y considera que siempre se puede hacer algo por los demás.



REFLEXIONEN EN COMUNIDAD



Reflexionen sobre lo que, como comunidad en sana distancia, pueden hacer para conocerse, aceptarse y superarse para crecer en el servicio fraterno y desinteresado, empezando en la propia familia.



Comunícate



info@cefasmx.org



81- 8368 - 0037



[/CentroEstudiosFamiliaresSociales/](https://www.facebook.com/CentroEstudiosFamiliaresSociales/)



www.cefasmx.org

