



**El Espíritu Santo anima
a nuestras comunidades**



**encuentro
matrimonial**
mundial

Costa Rica

2022
Planificador



VISIÓN

“Ámense los unos a los otros como yo los he amado”
Juan 15,12

MISIÓN

La misión del Encuentro Matrimonial Mundial es proclamar el valor de los sacramentos del matrimonio y del orden sagrado en la Iglesia y en el mundo.

CARISMA

“Fe a través de la relación”

"Acudían asiduamente a la enseñanza de los apóstoles, a la convivencia, a la fracción del pan y a las oraciones. Toda la gente sentía un santo temor, ya que los prodigios y señales milagrosas se multiplicaban por medio de los apóstoles. Todos los que habían creído vivían unidos; compartían todo cuanto tenían, vendían sus bienes y propiedades y repartían después el dinero entre todos según las necesidades de cada uno. Todos los días se reunían en el Templo con entusiasmo, partían el pan en sus casas y compartían sus comidas con alegría y con gran sencillez de corazón. Alababan a Dios y se ganaban la simpatía de todo el pueblo; y el Señor agregaba cada día a la comunidad a los que quería salvar."
Hechos de los Apóstoles 2, 42-47

 Encuentro Matrimonial Mundial Costa Rica

 Encuentromatrimonialmundialcr

 Encuentro matrimonial mundial costa rica

 <http://encuentromatrimonialcr.org>

Asociación Encuentro Matrimonial Costa Rica

Cédula Jurídica: 3002108051 ó 3-002-108051

	CUENTA CORRIENTE	CUENTA IBAN
 	100-01-000-215815-2	CR93015100010012158159
 	001-0242863-6	CR61015201001024286363

 8520-1010

Algunos **sentimientos** son:



Alegría

Abierto
Acogido
Afortunado
Agradecido
Alegre
Aliviado
Amoroso
Animado
Apoyado
Apreciado
Calmado
Cariñoso
Complacido
Comprendido
Confiado
Confortado
Contento
Dichoso
Emocionado
Enamorado
Encantado
Entusiasmado
Esperanzado
Eufórico
Excitado
Feliz
Fortalecido
Gozoso
Ilusionado
Jubiloso
Optimista
Orgullosa
Pleno
Poderoso
Radiante
Realizado
Retado
Satisfecho
Seguro
Serenos
Tierno
Tranquilo
Valiente
Victorioso



Tristeza

Abatido
Aburrido
Acongojado
Adolorido
Afligido
Agobiado
Agotado
Aislado
Amargado
Angustiado
Apenado
Apesadumbrado
Avergonzado
Cansado
Deprimido
Derrotado
Desalentado
Desanimado
Desasosegado
Desilusionado
Desmotivado
Desolado
Destrozado
Disgustado
Distante
Dolido
Evasivo
Fracasado
Frustrado
Herido
Humillado
Incómodo
Incomprendido
Inmovilizado
Insultado
Intranquilo
Inútil
Insatisfecho
Limitado
Lloroso
Solitario
Triste
Vacío
Vencido



Enojo

Agresivo
Alterado
Alzado
Airado
Celoso
Contrariado
Desafiado
Disgustado
Displicente
Distante
Dominante
Enérgico
Enfadado
Enfurecido
Engañado
Enojado
Enloquecido
Exasperado
Fastidiado
Frustrado
Furioso
Fustigado
Humillado
Impaciente
Incómodo
Independiente
Indiferente
Indignado
Inquieto
Insolente
Insultante
Intolerante
Intransigente
Irritado
Malhumorado
Molesto
Odioso
Ofendido
Rabioso
Resentido
Sulfurado
Vengativo
Violento
Vulnerado



Miedo

Acobardado
Acomplejado
Acorralado
Agobiado
Alarmado
Alerta
Amenazado
Ansioso
Asombrado
Asustado
Atemorizado
Aterrado
Atormentado
Aturdido
Confundido
Desanimado
Desconcertado
Desconsolado
Desesperado
Desorientado
Espantado
Evasivo
Horrorizado
Impaciente
Incapaz
Indeciso
Inquieto
Inseguro
Intranquilo
Inseguro
Miedoso
Paralizado
Perdido
Perturbado
Predispuesto
Preocupado
Presionado
Receloso
Sobresaltado
Sorprendido
Temeroso
Tenso
Tímido
Turbado

diciembre

Domingo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Nuestro compromiso de reunión es primero con Dios, luego con nuestro cónyuge y después con nuestra comunidad.

El Espíritu de Jesús nos dará luz y fortaleza para conocer más, amar más y seguir a Jesucristo más de cerca. El Espíritu de Pentecostés nos animará a vivir en unidad, a formar y multiplicar nuestras comunidades en EMM. El Espíritu Paráclito nos consolará, orará en nuestro interior y se nos dará en dones y frutos en nuestro matrimonio y en nuestra comunidad.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

diciembre



Series of horizontal lines for writing notes.



Reglas para comunidad en Reuniones Presenciales

- 1 **SECRETO CONFIADO:** Lo que se diga en esta reunión, **AQUÍ SE QUEDA**. Para abrirnos y ser sinceros en nuestro compartir debe haber **CONFIANZA ENTRE TODOS**.
- 2 **NO DISCULPAR LO QUE SE COMPARTE**, respetemos y aceptemos los sentimientos de los demás, considerando su estado de ánimo, sin hacer comentarios, risas, exclamaciones o aplausos.
- 3 **NO INTELECTUALIZAR**, dejemos que afloren los sentimientos, el fin es aprender a compartir como lo hacemos en el diálogo, confiados que al escucharnos nos acercamos más como esposos y comunidad, que su efecto será provechoso para todos.
- 4 **NO DESVIARSE DEL TEMA**. Enfocarse en la pregunta.
- 5 **REUNIRSE CADA 8 O 15 DÍAS**, según lo hayamos decidido todos juntos.
- 6 **INICIAR A LA HORA EXACTA ACORDADA:** Con al menos 4 matrimonios; si se justifica, esperamos hasta 15 minutos más. Seamos puntuales, considerando nuestro tiempo, actividades del día siguiente y a quién cuida de nuestros hijos.
- 7 **NUESTRAS REUNIONES SON DE SEGUIMIENTO, NO PARA SOCIALIZAR**, ni contar chistes, hacer bromas o comentarios ajenos a nosotros. La viviremos mejor y nos dejará más provecho concentrándonos en el mensaje de amor de nuestros hermanos.
- 8 **NO HAY TRAGOS NI CENA**, solo refrescos, café, pan, galletas, algún gallo o cualquier bocadillo sencillo; propiciemos la sencillez y austeridad en la reunión, **NO DEBEMOS COMPETIR**, nuestro compromiso es **CONVIVIR EN FAMILIA**, considerarnos unos a otros.
- 9 **SI ALGO DEL GRUPO O DE ENCUENTRO NOS INQUIETA O DISGUSTA:** Dirijámonos al matrimonio encargado o coordinador para que lo canalicen, así evitaremos las murmuraciones, los chismes y los resentimientos.
- 10 **HASTA DONDE SEA POSIBLE ROTAR LAS CASAS O LUGARES DE REUNIÓN:** ¡Presentemos sin temor nuestro hogar!

AMAR ES UNA DECISIÓN



Reglas para comunidad en Reuniones Virtuales

- 1 Ubicarse en un lugar con buena iluminación en dónde pueden estar **LOS DOS JUNTOS** cómodamente sentados durante toda la reunión.
- 2 Vestir en forma apropiada, respetando los compañeros.
- 3 Conectarse 10 minutos antes de la hora acordada.
- 4 Ubicarse cerca del micrófono para que nos escuchen con claridad y como una forma de discreción con nuestro compartir y el de nuestros compañeros, que **ES ÚNICAMENTE PARA LA COMUNIDAD**.
- 5 **MANTENER LA CÁMARA ENCENDIDA** en actitud de escucha, respeto e interés, incluso durante nuestro 10/10.
- 6 Encender los micrófonos únicamente al hacer uso de la palabra, no interrumpir cuando están en su compartir nuestros hermanos.
- 7 **SILENCIAR LOS DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS** no requeridos durante la reunión y así evitaremos distraernos o interrumpir.
- 8 **SECRETO CONFIADO**: Lo que se diga en esta reunión, **AQUÍ SE QUEDA**. Para abrirnos y ser sinceros en nuestro compartir debe haber **CONFIANZA ENTRE TODOS**.
- 9 **NO DISCULPAR LO QUE SE COMPARTE**, respetemos y aceptemos los sentimientos de los demás, considerando su estado de ánimo, sin hacer comentarios, risas, exclamaciones o aplausos.
- 10 **NO INTELECTUALIZAR**, dejemos que afloren los sentimientos, el fin es aprender a compartir como lo hacemos en el diálogo, confiados que al escucharnos nos acercamos más como esposos y comunidad, que su efecto será provechoso para todos.
- 11 **NO DESVIARSE DEL TEMA**. Enfocarse en la pregunta.
- 12 **REUNIRSE CADA 8 O 15 DÍAS**, según lo hayamos decidido todos juntos.
- 13 **INICIAR A LA HORA ACORDADA**: Con al menos 4 matrimonios; si se justifica, esperamos hasta 15 minutos más. Seamos puntuales, considerando nuestro tiempo, actividades del día siguiente y a quién cuida de nuestros hijos.
- 14 **NUESTRAS REUNIONES SON DE SEGUIMIENTO, NO PARA SOCIALIZAR**, ni contar chistes, hacer bromas o comentarios ajenos a nosotros. La viviremos mejor y nos dejará más provecho concentrándonos en el mensaje de amor de nuestros hermanos.
- 15 **SI ALGO DEL GRUPO O DE ENCUENTRO NOS INQUIETA O DISGUSTA**: Dirijámonos al matrimonio encargado o coordinador para que lo canalicen, así evitaremos las murmuraciones, los chismes y los resentimientos.

Amar es una decisión.



Compartir es dar, compartir es recibir

- 1** COMPARTIR es regalarnos a los demás, manifestando con sinceridad nuestro estado de ánimo, alegrías y tristezas, fracasos y triunfos, luchas y esperanzas. Es frecuente el temor a compartir, pero esforcémonos por hacerlo; al compartir confiamos en quienes nos aman y se interesan por nosotros, ya que todos deseamos crecer en espíritu y amor.
- 2** COMPARTIR en comunidad es similar a hacerlo en el diálogo con nuestro cónyuge; es el momento más apropiado de hablar y escuchar con el corazón. Al compartir no debemos aconsejar, ni comentar, ni juzgar, ni tratar de ayudar o enseñar, pues de esta manera rechazamos y cortamos el compartir de nuestros hermanos.
- 3** EL COMPARTIR es para que escuchemos atenta y respetuosamente. **NUNCA POR NINGÚN MOTIVO INTERRUMPAMOS EL COMPARTIR DE NUESTROS HERMANOS.** Es necesario reprimir ese impulso a hacer comentarios, discutir, polemizar o tratar de sanar.
- 4** EL COMPARTIR es un regalo para la comunidad que debemos recibir con profundo respeto y especialmente con mucho amor.
- 5** EL COMPARTIR de otros nos ayuda a reconocer nuestros propios sentimientos y actitudes. Concentrémonos en escuchar, evitemos preparar mentalmente nuestro compartir mientras otro está compartiendo, tal actitud nos aleja del compartir general y dejamos de ser honrados con nosotros mismos y nuestros hermanos.
- 6** AL COMPARTIR nos solidarizamos, nos abrimos y nos fortalecemos como comunidad.

**“Una pena compartida es media pena
y una felicidad compartida es doble felicidad”...
COMO YO LOS HE AMADO**

Reglas para comunidad familiar en Reuniones Presenciales



- 1 Secreto confiado:** lo que se diga en esta comunidad ahí se queda. No se comentarán y contará nada de lo compartido en comunidad con otros, esto nos permite abrirnos y ser honestos al compartir, estaremos seguros de que nadie más sabrá lo que hemos compartido y que todo queda en familia.
- 2 Escucha con el corazón:** no hay necesidad de pedir disculpas por lo que vas a compartir, todos debemos escuchar atentamente y respetar los sentimientos de unos y otros, no hacer comentarios, ni risas, exclamación o aplausos, seamos conscientes del estado de ánimo de cada uno.
- 3 No tratar de enseñar:** no somos perfectos y todos estamos luchando por mejorar nuestras relaciones familiares, acerquémonos unos a otros con nuestro diálogo y no tratemos de lucirnos o enseñar a otros cómo se hacen las cosas, enfocarnos siempre en la pregunta.
- 4 Perseverancia y constancia:** Nos reuniremos una vez al mes, en el lugar y hora acordados, procuraremos hacer de esta fecha un compromiso al que no podamos faltar, procuremos llegar puntualmente y participar plenamente en las actividades, empeñándonos por construir nuestra relación familiar y de comunidad.
- 5 Del compartir Social:** Aunque no es lo primordial ni el objetivo principal, luego de terminada la actividad propuesta para la reunión, las familias pueden organizarse para realizar una actividad de tipo social sencilla, ya habrán compartido la vida, ahora es tiempo de compartir la comida siempre en un ambiente familiar, no debe haber tragos ni deben hacerse chistes colorados, respetemos que algunos miembros son muy jóvenes y podrían estar escuchando, guardar siempre la compostura.
- 6 No utilizar la comunidad para hacer negocios ni préstamos de dinero:** El fin de estar en comunidad es crecer en relación familiar, como el amor nos une, el dinero separa. Nada de préstamos

**No olvidar que si llegamos tarde
y ya iniciamos una reunión debemos ser discretos
Y acomodarnos en silencio para no desenfocar**

Reglas para comunidad familiar en Reuniones Virtuales



- 1 Ubicarse en un lugar con buena iluminación dónde pueda estar la familia junta sentados durante toda la reunión.
- 2 Vestir de forma apropiada respetando a las demás familias.
- 3 Conectarse con suficiente tiempo de anticipación, según la hora acordada.
- 4 Revisar el micrófono con anticipación para que nos escuchen con claridad.
- 5 Mantener la cámara encendida en actitud de escucha, respeto e interés, incluso durante nuestro compartir familiar.
- 6 Encender los micrófonos únicamente al hacer el uso de la palabra, no interrumpir cuando están en su compartir nuestros hermanos.
- 7 Silenciar los dispositivos electrónicos no requeridos durante la reunión y así evitaremos distraernos o interrumpir.

HIMNO **MUNDO NUEVO**

Mundo Nuevo
Hay un mundo nuevo,
la tierra prometida.
Y estaré allí un día si vamos de la mano.
Yo te necesito cerca,
no importa donde estés.
Porque sé que no hay nadie como tú.
Cada uno tiene un amor de verdad,
tú serás el mío,
para siempre vida mía.
Buscaría en todo el mundo
para llegar a ti.
Porque sé que no hay nadie como tú.

Es un largo viaje al que iremos los dos
y si yo me perdiera,
guíame, guíame...
Si me dieran fortuna,
no la ambicionaría,
la podría perder mañana
y no me importaría.
Pero si te pierdo, vida,
no sé lo que haré.

Porque sé que no hay nadie como tú.
Porque sé que no hay nadie como tú.



**encuentro
matrimonial**
mundial
Costa Rica



Haznos una Comunidad Alegre

Señor, Jesús,
haznos una comunidad abierta,
confiada y pacífica invadida
por el gozo de tu Espíritu Santo.
Una comunidad entusiasta,
que sepa cantar a la vida, vibrar ante la belleza
estremecerse ante el misterio y anunciar
el Reino del amor.

Que llevemos la fiesta en el corazón,
aunque sintamos la presencia del dolor
en nuestro camino, porque sabemos,
Cristo resucitado, que Tú has vencido
el dolor y la muerte.

Que las tensiones no nos acobarden
ni nos ahoguen los conflictos que puedan
surgir entre nosotros, porque contamos
- en nuestra debilidad- con la fuerza creadora
y renovadora de tu Espíritu Santo.

Regala Señor, a esta familia tuya, una gran dosis de
buen humor para que sepa aminorar las situaciones
difíciles y sonreír abiertamente a la vida.

Haznos expertos en deshacer nudos y en romper
cadenas, en abrir surcos y en arrojar semillas,
en curar heridas y en mantener viva la esperanza.

Y concédenos ser, humildemente,
testigos y profetas de la verdadera alegría.

Te lo pedimos a Ti que vives y
Reinas por los siglos de los siglos.

Amén.