



FAMILIAS



SEMPER PARADORAS

de *paaz*

SEMANA DE LA FAMILIA 2026
DEL 11 AL 18 DE MAYO DEL 2026

CO MUN E T I V A D O



- 3** PRESENTACIÓN
- 4** PROPÓSITOS
- 5** **DÍA 1**
Preparar la tierra
(Crear condiciones para la paz en la familia)
- 8** **DÍA 2**
Sembrar la semilla
(Valores y prácticas que inician la paz)
- 11** **DÍA 3**
Regar y cuidar
(Sostener la paz en el día a día)
- 14** **DÍA 4**
Crecer y fortalecer
(La familia como agente de paz comunitaria)
- 17** **DÍA 5**
Cosechar y compartir
(Transmitir la paz a nuevas generaciones)
- 21** ORACIÓN POR LAS FAMILIAS DE COLOMBIA 15

PRESENTACIÓN

Entender a la familia como el lugar privilegiado donde se cultivan valores, costumbres y patrones de convivencia permite reconocer su profunda y decisiva influencia en la construcción de la sociedad. La familia no solo es el primer espacio de socialización, sino también la primera escuela donde se aprende a amar, a dialogar, a respetar la diferencia y a resolver los conflictos. En este sentido, cada hogar se convierte en un semillero donde se forman las actitudes, creencias y comportamientos que posteriormente se reflejarán en la vida social. Por ello, toda apuesta por la paz duradera necesariamente pasa por el fortalecimiento de las dinámicas familiares.

En el contexto actual, marcado por múltiples desafíos sociales, culturales y relacionales, se hace aún más urgente reconocer y potenciar el papel de la familia como agente fundamental en la educación de las nuevas generaciones. Son las familias quienes, a través de la cotidianidad, transmiten valores como la empatía, la justicia, la solidaridad, el perdón y la reconciliación; todos ellos pilares esenciales para la construcción de una cultura de paz. Educar para la paz no es únicamente un contenido que se enseña, sino una experiencia que se vive diariamente en las relaciones familiares, en la forma como se gestionan los conflictos, en la manera de comunicarse y en la capacidad de cuidar y acoger al otro.

Por ello, se considera fundamental proponer para este 2026 espacios y temas que ayuden a comprender cómo la familia puede convertirse en la principal sembradora de paz. Asumir la acción de paz desde las familias como un proceso de siembra permite entender que la paz no se improvisa, sino que se cultiva con tiempo, cuidado y constancia. Así como toda semilla requiere tierra fértil, atención permanente y condiciones adecuadas para crecer, también la paz necesita ser sembrada en el corazón de cada miembro de la familia mediante prácticas concretas de amor, respeto, diálogo y reconciliación.

Esta metodología se fundamenta en una pastoral familiar con enfoque reconciliador, que reconoce a la familia como el primer territorio de paz y como un sujeto activo de sanación, reconciliación y transformación social. Integra la espiritualidad cristiana con la pedagogía del cuidado, la escucha y el diálogo, articulando los aportes del Papa Francisco en *Amoris Laetitia*, donde se resalta que “la familia es el ámbito donde se aprende a convivir en la diferencia y a pertenecer a otros”, así como las orientaciones de la cartilla hacia una pastoral para la reconciliación y la paz, que invita a asumir procesos concretos de restauración del tejido social desde lo cotidiano.

En definitiva, este camino busca fortalecer a las familias en su vocación de ser sembradoras de paz, reconociendo que cada gesto de amor, cada palabra de reconciliación y cada esfuerzo por construir unidad en el hogar se convierte en una semilla que, al crecer, puede transformar la sociedad entera.

Propósitos

Fortalecer a las familias como primer territorio de paz, promoviendo procesos de sanación, reconciliación y construcción de relaciones fraternas, a la luz del Evangelio, de manera que contribuyan a la transformación de sus comunidades y territorios.

Específicos

- › Reconocer la familia como espacio privilegiado para la vivencia y educación en paz.
- › Identificar heridas, conflictos y memorias de violencia que afectan la convivencia familiar.
- › Desarrollar habilidades de comunicación respetuosa, escucha activa y manejo pacífico de conflictos.
- › Fortalecer valores familiares que favorezcan la reconciliación, el perdón y el cuidado mutuo.
- › Motivar a las familias a asumir compromisos concretos de paz en el hogar y la comunidad.

Se propone desarrollar los siguientes encuentros:

DÍA 1:

Preparar la tierra

(Crear condiciones para la paz en la familia)

OBJETIVO DEL DÍA

Reconocer a la familia como espacio privilegiado de cuidado, sanación y reconciliación, identificando heridas, conflictos y aprendizajes que influyen en la construcción de paz.

EJES TEMÁTICOS

- › La familia como primer territorio de paz.
- › Sanar heridas emocionales y memorias de violencia en el hogar.
- › Reconocimiento de emociones: rabia, miedo, tristeza y perdón.
- › Comunicación respetuosa y escucha activa en la familia.

SIGNO DEL DÍA

Tierra fértil en una vasija.

MENSAJE QUE ILUMINA

La paz no se improvisa, se cultiva desde el corazón y la familia.

Paso a paso (metodología)

Los tiempos se darán conforme al facilitador que es a libre elección y el número de personas del grupo (por definir por el facilitador)

1. Acogida:

- › Bienvenida fraterna y presentación del sentido del encuentro. Ambientación con música suave y el signo de la tierra.
- › Oración sencilla: poner en manos de Dios la vida de las familias.

2. Iluminación bíblica y pastoral

- › Lectura dialogada del texto bíblico. Salmo 85, 8-11 La justicia y la paz se besan.
- › Iluminación desde Amoris Laetitia: # 37. La familia real, con fragilidades, es el lugar donde Dios actúa con ternura.
- › Aporte pastoral: la paz comienza sanando el corazón y las relaciones más cercanas.

3. Mirar la realidad familiar

Trabajo en grupos pequeños o en familia. Preguntas orientadoras:

Paso a paso (metodología)

- › ¿Qué piedras (**situaciones**) nos quitan la paz hoy?
- › ¿Qué **conflictos** se repiten como malezas que no dejamos de arrancar?
- › ¿Qué nutrientes (**gestos, palabras**) sí me dan paz en casa?

4. Reconocer emociones y heridas

- › **Dinámica:** El mapa de las emociones familiares: consiste en que cada integrante dibuje su silueta corporal para ubicar, mediante colores o palabras, dónde sienten físicamente emociones como alegría, enojo, miedo o tristeza.

5. Gesto de sanación y perdón

- › **Momento de entrega:** Escribir en un papel pequeño una herida o una actitud personal que daña la convivencia.
- › **La siembra del perdón:** Doblar el papel y enterrarlo en la vasija con tierra. No es sólo deshacerse de él, es entregárselo a Dios para que Él lo transforme en “tierra nueva”.
- › **Oración:** Un momento de silencio seguido de un abrazo familiar.

6. Taller práctico: comunicación que construye paz

- › **Escuchar** para comprender, no para responder.
- › **Hablar** en primera persona: “Yo me siento triste cuando...” en lugar de “Tú siempre me haces...”.
- › **El tono de voz:** El volumen bajo invita al diálogo; el grito invita a la defensa.
- › **Ejercicio:** Practicar una escucha activa de 1 minuto sin interrumpir al otro.

7. Cierre del día

- › Compromiso personal o familiar que parte de la iniciativa.
- › Oración final.

DÍA 2:

Sembrar la semilla

(Valores y prácticas que inician la paz)

OBJETIVO DEL DÍA

Promover la vivencia de valores cristianos y herramientas de resolución de conflictos que permitan transformar las tensiones familiares en oportunidades de crecimiento y reconciliación.

EJES TEMÁTICOS

- › Valores para la paz: respeto, solidaridad, justicia y empatía.
- › Resolución pacífica de conflictos en la vida familiar.
- › La palabra como herramienta de reconciliación.
- › La fe, la espiritualidad y la esperanza en la construcción de paz.

SIGNO DEL DÍA

Semillas de diferentes tipos

MENSAJE QUE ILUMINA

Sembrar la paz requiere paciencia; cada palabra de amor es una semilla que dará fruto a su tiempo.

Paso a paso (metodología)

Los tiempos se darán conforme al facilitador que es a libre elección y el número de personas del grupo (por definir).

1. Acogida:

- › **Bienvenida** con alegría, recordando lo vivido en el primer encuentro (la tierra ya está preparada).
- › **Ambientación:** Colocar las semillas cerca de la vasija con tierra del día anterior.
- › **Oración:** Pedir al Espíritu Santo que nos dé la sabiduría para elegir las mejores semillas para nuestro hogar.

2. Iluminación bíblica y pastoral

- › **Lectura:** La parábola del sembrador (Mateo 13, 3-9 o Gálatas 6, 7-9: “El que siembra generosamente, generosamente cosechará”).
- › Iluminación desde Amoris Laetitia: # 219. Resaltar la importancia de la paciencia y el realismo en el amor; no esperar frutos inmediatos, sino cuidar el proceso.
- › Aporte pastoral: La paz no es ausencia de problemas, sino la presencia de Dios en la gestión de nuestras diferencias.

3. Mirar la realidad familiar

Preguntas orientadoras para el diálogo:

Paso a paso (metodología)

- › ¿Qué valores (**respeto, ayuda, escucha, solidaridad, honestidad, gratitud, responsabilidad**) se practican más en nuestra casa?
- › ¿Cómo reaccionamos normalmente cuando hay un **desacuerdo**?
- › ¿**Usamos** las palabras para levantar al otro o para derribarlo?

4. Dinámica: El Diccionario de la Paz

- › Se entregan tarjetas con los valores (**Justicia, Empatía, Solidaridad, Respeto, etc.**).
- › Cada familia debe **definir qué significa** ese valor con un ejemplo concreto de su casa. **Ejemplo:** Justicia en mi casa es que todos ayudemos a lavar los platos, no solo mamá.

5. Gesto de siembra

- › Cada integrante toma un **puñado de semillas**.
- › En silencio, piensa en un **compromiso o valor** que quiere sembrar en su familia esta semana.
- › Se acercan a la vasija con tierra del encuentro anterior y **siembran las semillas**, simbolizando que el cambio comienza con un acto pequeño y personal.

6. Taller práctico: La palabra que sana

- › Ejercicio: **El Semáforo de la Discusión**
- › **Rojo:** Parar cuando hay gritos.
- › **Amarillo:** Pensar antes de hablar (usar frases como “Yo me siento...” en lugar de “Tú me hiciste...”).
- › **Verde:** Proponer una solución juntos.

7. Cierre del día

- › **Compromiso:** Elegir un valor de la semana para practicarlo intensamente en casa.
- › **Oración final:** Una oración por la esperanza, pidiendo a Dios que cuide lo sembrado para que no se seque ante las dificultades.

DÍA 3:

Reggar y cuidar

(Sostener la paz en el día a día)

OBJETIVO DEL DÍA

Fortalecer los vínculos familiares mediante hábitos cotidianos de cuidado, protección y comunicación no violenta, entendiendo que la paz es una construcción diaria que requiere atención y ternura.

EJES TEMÁTICOS

- › Prácticas cotidianas de cuidado mutuo Manejo del conflicto sin gritos ni agresiones Acompañamiento afectivo en momentos de crisis.
- › Protección de niñas, niños y adolescentes Tiempo de calidad y rituales familiares que fortalecen vínculos.

SIGNO DEL DÍA

Una jarra con agua (o regadera) y una planta (puede ser la misma vasija donde se sembró).

MENSAJE QUE ILUMINA

El amor no se mantiene solo; se riega cada día con paciencia, palabras dulces y tiempo compartido.

Paso a paso (metodología)

Los tiempos se darán conforme al facilitador que es a libre elección y el número de personas del grupo (por definir).

1. Acogida:

- › **Bienvenida** recordando que la semilla necesita agua constante para no secarse.
- › **Ambientación:** Sonido de agua corriendo de fondo. Se coloca la jarra con agua en el centro.
- › **Oración:** Pedir a Dios la virtud de la perseverancia para no rendirnos cuando surgen problemas.

2. Iluminación bíblica y pastoral

- › **Lectura dialogada:** Juan 15, 4–5 (Permanezcan en mí y yo en ustedes... el que permanece en mí da mucho fruto).
- › **Iluminación** desde Amoris Laetitia: # 133. El Papa Francisco nos recuerda tres palabras clave para el cuidado diario: “Permiso, gracias, perdón”.
- › **Aporte pastoral:** La paz se sostiene en los detalles: un abrazo al llegar, una mesa compartida, una escucha sin juzgar.

3. Mirar la realidad familiar

Preguntas orientadoras:

Paso a paso (metodología)

- › ¿Qué seca la **paz en nuestra casa** (indiferencia, falta de tiempo, gritos)?
- › ¿Cómo **nos cuidamos** cuando alguien está triste o enfermo?
- › ¿**Dedicamos tiempo** real a jugar o conversar sin pantallas de por medio?

4. Dinámica: El Termómetro del Cuidado

- › Cada familia **recibe un dibujo** de un termómetro. Deben marcar qué tan “frío” o “cálido” está el ambiente en temas como: escucha, protección de los niños, tiempo de juego y manejo del enojo.
- › **Se reflexiona:** ¿Qué podemos hacer para que el clima sea siempre cálido y seguro?

5. Gesto de riego y compromiso

- › **Un representante** de cada familia toma la jarra y vierte un poco de agua en la tierra (signo del día anterior).
- › Mientras lo hace, dice en **voz alta** una práctica de cuidado que se compromete a realizar (Ejemplo: Prometo leerle un cuento a mis hijos o Prometo no gritar cuando esté enojado).

6. Taller práctico: Herramientas de “Riego” Diario

- › **El ritual del encuentro:** Establecer un momento al día donde no se use el celular y solo se hable de ¿cómo te sientes?
- › **Escudo de protección:** Identificar acciones que protegen la inocencia y seguridad de los niños en casa (evitar discusiones fuertes frente a ellos, mostrar afecto físico sano).

7. Cierre del día

- › **Compromiso familiar:** Crear un “Ritual de Paz” (ej. darse la bendición antes de dormir o un abrazo grupal al salir de casa).
- › **Oración final:** Acción de gracias por la familia y petición de protección para los más pequeños.

DÍA 4:

Creceer y fortaleecer

(La familia como agente de paz comunitaria)

OBJETIVO DEL DÍA

Proyectar la vivencia de la paz familiar hacia el entorno social, reconociendo a la familia como una escuela de ciudadanía y reconciliación capaz de transformar su comunidad.

EJES TEMÁTICOS

- › Familias que educan para la no violencia Liderazgo familiar y comunitario para la paz Participación familiar en procesos comunitarios de reconciliación
- › Memoria, verdad y resiliencia familia Crianza de hijos e hijas como constructores de paz.

SIGNO DEL DÍA

Un fruto maduro (o una planta más grande) y una luz (vela o linterna).

MENSAJE QUE ILUMINA

Una familia en paz es una luz que ilumina a todo el barrio; nuestro amor no es solo para nosotros, es para compartir.

Paso a paso (metodología)

Los tiempos se darán conforme al facilitador que es a libre elección y el número de personas del grupo (por definir).

1. Acogida:

- › **Bienvenida** celebrando el camino recorrido.
- › **Ambientación:** Un camino de huellas de papel que va desde el centro del salón hacia la puerta de salida.
- › **Oración:** Pedir la fuerza para ser “sal de la tierra y luz del mundo” en nuestra comunidad.

2. Iluminación bíblica y pastoral

- › **Lectura dialogada:** El Sermón de la Montaña (Mateo 5, 9 y 14–16: Bienaventurados los que trabajan por la paz... Ustedes son la luz del mundo).
- › **Iluminación** desde Amoris Laetitia: #183. La familia no es una burbuja aislada; tiene una misión social. El amor familiar se vuelve caridad social y hospitalidad.
- › **Aporte pastoral:** Ser constructores de paz significa no ser indiferentes al dolor del vecino y ser los primeros en tender puentes de diálogo.

3. Mirar la realidad comunitaria

Preguntas orientadoras:

Paso a paso (metodología)

- › ¿Qué **problemas** de violencia o falta de paz vemos en nuestro barrio o entorno?
- › ¿Nuestra familia **ayuda a solucionar** problemas en la comunidad o somos parte del chisme y el conflicto?
- › ¿Qué **valores les estamos enseñando** a nuestros hijos para que traten a los demás?

4. Dinámica: El Árbol de la Comunidad

- › En un **cartel grande** con el dibujo de un árbol, las familias pegan “frutos” (papeles de colores).
- › En cada **fruto** escriben una acción que su familia hace o puede hacer por los demás (Ejemplo: No tirar basura, Saludar con respeto, Ayudar al vecino enfermo, No participar en chismes).

5. Gesto de envío: Encender la luz

- › Se entrega una **pequeña vela o luz** a cada familia para hacer el compromiso de ser familias misioneras de la paz.
- › **Oración de envío:** Una bendición especial sobre los padres y cuidadores para que guíen a los niños por el camino de la no violencia.

6. Taller práctico: Crianza y Resiliencia

- › **Memoria agradecida:** Identificar qué dolores del pasado como familia ya hemos superado y cómo nos hicieron más fuertes.
- › **Decálogo de la familia constructora de paz:** Cada familia hace un decálogo para su familia teniendo en cuenta sus necesidades

7. Cierre del día

- › **Celebración final:** Un compartir (merienda) donde cada familia aporte algo, simbolizando la unidad comunitaria.
- › **Gesto final:** Una foto grupal de todas las familias con sus plantas y luces.

DÍA 5:

Cosechar y compartir

(Transmitir la paz a nuevas generaciones)

OBJETIVO DEL DÍA

Celebrar los procesos de transformación vividos por las familias, reconociendo su papel como semillas de esperanza en el territorio y formalizando compromisos que aseguren la permanencia de la paz en el tiempo.

EJES TEMÁTICOS

- › Testimonios familiares de transformación y reconciliación.
- › Transmisión intergeneracional de valores de paz.
- › Celebración de logros y aprendizajes familiares.
- › La familia como semilla de esperanza para el territorio.
- › Compromisos familiares por la paz y la convivencia.

SIGNO DEL DÍA

Un canasto con frutas (para compartir)

MENSAJE QUE ILUMINA

La paz que se vive en casa no nos pertenece solo a nosotros; es la herencia más valiosa que dejamos al mundo.

Paso a paso (metodología)

Los tiempos se darán conforme al facilitador que es a libre elección y el número de personas del grupo (por definir).

1. Acogida:

- › Bienvenida: música alegre y un ambiente de celebración. Ambientación: Una mesa con el canasto de frutas y las plantas que han crecido durante los encuentros anteriores.
- › Oración: Acción de gracias por la perseverancia y por cada herida que logró cerrarse en este camino.

2. Iluminación bíblica y pastoral

- › Lectura dialogada: 2 Timoteo 1, 5. Pablo recuerda la fe sincera que habitó en la abuela Loida, en la madre Eunice y ahora en Timoteo.
- › Iluminación desde Amoris Laetitia: #193. Nadie puede pensar que el debilitamiento de la familia como sociedad natural fundada en el matrimonio es algo que favorece a la

Paso a paso (metodología)

sociedad. Ocurre lo contrario: perjudica la maduración de las personas.

- › Aporte pastoral: La paz es un patrimonio familiar. Lo que hagamos hoy por sanar nuestras relaciones será la paz de nuestros nietos.

3. Mirar la realidad: El árbol de los frutos

Preguntas orientadoras:

- › ¿Qué cambió en mi forma de hablar o reaccionar desde el primer encuentro?
- › ¿Qué aprendizaje de estos días quiero que mis hijos nunca olviden?
- › ¿Cómo nos ve ahora la gente de nuestra comunidad?

4. Dinámica: El Testimonio de la Cosecha

- › Cada familia comparte un breve testimonio de un momento difícil que lograron resolver de forma distinta gracias a lo aprendido.
- › Se invita a los adultos mayores a decir una frase de sabiduría sobre la paz a los más jóvenes.

5. Gesto: La Carta del Legado

- › Cada padre/madre/cuidador escribe una breve carta a sus hijos (o viceversa) titulada: “Mi legado de paz para ti es...”.
- › Las cartas se intercambian en un momento de abrazo familiar.

6. Taller práctico: Pacto de Convivencia Permanente

- › Elaboración del “Mapa de Ruta”: Cada familia diseña un cartel pequeño con 3 compromisos innegociables para el futuro (Ejemplo: En esta casa no se grita, Los domingos son

Paso a paso (metodología)

para nosotros, Siempre pedimos perdón antes de dormir).

- › Se firma simbólicamente con las huellas dactilares de todos los integrantes.

7. Cierre del ciclo: El Banquete de la Paz

- › Gesto final: Se comparte la fruta del canasto entre todas las familias participantes.
- › Envío: Se bendice a las familias para que vayan a sus barrios a ser constructores de paz.
- › Oración final: Una oración comunitaria por el territorio y por las familias que aún sufren violencia.

ORACIÓN

POR LAS FAMILIAS DE COLOMBIA

Oh Dios, de quien procede toda paternidad en el cielo y en la tierra, Padre, que eres Amor y Vida, haz que en cada familia humana sobre la tierra se convierta, por medio de tu Hijo, Jesucristo, “nacido de Mujer”, y del Espíritu Santo, fuente de caridad divina, en verdadero santuario de la vida y del amor para las generaciones porque siempre se renuevan.

Haz que tu gracia guíe a los pensamientos y las obras de los esposos hacia el bien de sus familias y de todas las familias del mundo. Haz que las jóvenes generaciones encuentren en la familia un fuerte apoyo para su humanidad y su crecimiento en la verdad y en el amor. Haz que el amor, corroborado por la gracia del sacramento del matrimonio, se demuestre más fuerte que cualquier debilidad y cualquier crisis, por las que a veces pasan nuestras familias. Haz finalmente, te lo pedimos por intercesión de la Sagrada Familia de Nazaret, que la Iglesia en todas las naciones de la tierra pueda cumplir fructíferamente su misión en la familia y por medio de la familia. Tú, que eres la Vida, la Verdad y El Amor, en la unidad del Hijo y del Espíritu Santo

AMEN