

## Introducción



**P**reparados, listos, ¡¡¡yaaa!!! Llegamos a primeros de Diciembre. Pongámonos manos a la obra. Concentrémonos para que estas navidades sean de película, la mejor película, tu vida.

Quédate por entre estas páginas tachando los días que faltan hasta Navidad y no te pierdas ninguna de las recetas que hemos elegido para ti, de cocina y algo más... En ese algo más buscamos motivarnos, ilusionarnos con nuestras vidas, sean las que sean y sean como sean. Animándonos a

hacer brillar nuestras rutinas, haciéndolas apetecibles, ¡NO!, deseables, celebrando todo lo celebrable, como estos días de Adviento.

Tenemos que hacer real lo que siempre habíamos soñado, luchando hasta conseguir que nuestra casa sea la chimenea a donde todos desean llegar, y que la palabra hogar evoque a los que queremos la felicidad en todos los sentidos y con todos los sentidos.

Queremos matrimonios que no asesinen los noviazgos, que la pasión se cuide y supere al mejor telefilm navideño, con o sin acebo.

Dicen que en la memoria de los niños hay dos momentos del año especialmente importantes: navidades y verano. Si tienes niños en casa, este libro quiere animarte a que no dejes de almacenar en su disco duro momentos mágicos e irrepetibles.

El Calendario de Adviento quiere sugerir casas que aseguren el desahogo de todos sus miembros, y también el de los ajenos: que siempre haya una taza caliente de mimos para el que lo necesite, y se riegue con el vaporizador de paz y alegría el cola-cao derramado del desayuno; que en las comidas haya postre de ánimos y que en las cenas se invite a soñar alto.

Y, estés en el momento que estés, te queremos dejar claro que no es tarde: es el momento justo para comenzar y recomenzar, las veces que haga falta.

Porque el único ingrediente que tienen en común todas las recetas eres tú. Tu vida no depende de una Thermomix o de una suegra simpática. Lo único que necesitas es tu extra de ánimo, tus gramos de dedicación, tu ralladura de esfuerzo. En definitiva, tu ilusión.

Propongámonos, como Ella, y al calor de la familia de Belén, seguir ilusionándonos, renovándonos, cada Navidad, esta Navidad.

¿Nos acompañas... un ratito más? Why not?

## Espíritu navideño



**Y**o creo, sí creo. Sé que existe el Espíritu Navideño, la magia de la Navidad. No es algo sacado de una película de sobremesa. Es algo real, tan invisible como indudable.

A los católicos no nos cabe ninguna duda de que el Espíritu Santo, ese gran desconocido, es la tercera Persona. Al que no le gusta estar en el escenario más que como apuntador. El que se encarga de despertar nuestros buenos deseos, nuestras buenas palabras, nuestras buenas obras. Acos-túmbrate a pedirle ayuda y Él hablará por ti cuando no sepas qué decir. Es la mejor empresa de marketing de las cosas buenas:

- Quieres hablar a alguien de Dios: pídele ayuda al E.S.
- Has de reconducir a tu hijo: el E.S. sabrá qué hacer.
- Tienes diferencias matrimoniales: el E.S. las disolverá.

Cuando le pides ayuda (lo que en el lenguaje de las abuelas era «te encomiendas al E.S.»), las escenas se trasforman, alcanzas una perspectiva más perfecta de la situación, las conversaciones giran hacia derroteros que no te imaginabas, solucionando los problemas sin brusquedad. Se deslizarán los nudos, deshaciéndose de una forma natural, como ningún humano podría conseguir.

Quiero compartir contigo una experiencia familiar resuelta con la ayuda del E.S.

Hace pocos días, una de mis bebés, que está en plena adolescencia, me preguntaba si estaba guapa con la ropa que se había preparado para el día siguiente. La miré con esa mirada de madre melodramática, pensando en mi foro interno: ¿Cómo has podido crecer tan rápido? Y, después de lo que me parecieron dos siglos de profunda melancolía, volví a la realidad y, dos segundos más tarde, le dije que iba bien, muy mona, pero que la falda ya le empezaba a quedar un poco corta.

No sé si alguna vez has tenido que decir esas palabras. Te advierto que levantan una tormenta de reproches-justificaciones al instante: ¡no es para tanto!, ¡jobá mamá! (me encantaba cuando, de pequeños, se quejaban con un ¡jopetas!; el ¡jobá! es indicativo de estar ya en plena batalla). Y llegó el reproche que originó este momento: ¡Tú también llevabas minifalda! Y tienen

toooooooda la razón. En ese momento, al final del día, agotadas las dos, decidí imitar a Escarlata O'Hara y pensé: esto ya lo hablaremos mañana. Y eso, en mi caso, significa que lo hablaremos mañana después de que yo lo haya rezado. Es decir, pedido la ayuda del E.S.

Al día siguiente, me acerqué a mi pequeña y la desperté con muchos besos y una pregunta: ¿Te gustan mis bizcochos? Sorprendida, me dijo que sí. Yo le expliqué que, hace veinte años, me salían fatal: o no subían, o se quemaban; un desastre. Y, acto seguido, atacé con la segunda pregunta que tenía preparada: ¿Qué receta te gustaría aprender? ¿La primera, la de los bizcochos quemados que no suben? ¿O la de los ricos y esponjosos? Yo quiero enseñaros la mejor, con los trucos que os puedan servir para evitar mis errores de principiante. Y, esta renacuaja, que hace tiempo que dejó de serlo, sonrió, porque sabía que no solo hablábamos de bizcochos.

¿Puedes encontrar un mediador familiar mejor?

En Navidad, el E.S. está tan presente como en los demás 300 y pico días del año, pero nuestra disposición es la que cambia. Las luces, la música, las películas, los comercios y los recuerdos despiertan nuestros mejores sentidos, siendo más capaces de notarlo.

Y mirar al Bebé de Belén en tantos sitios hace que no solo le escuchemos, sino que además le hagamos caso a este Espíritu Navideño. Esa es la magia de la Navidad. Por eso os animo a mantener, a inculcar el Espíritu de la Navidad y, una buena forma de conseguirlo, es colocando al Bebé de Belén en todas partes: en las redes sociales, en el escaparate de tu comercio, en el mejor rincón de tu casa. Donde Él está, siempre algo se transforma.

Al Espíritu Santo siempre lo representan en forma de ave, pero yo quería hacerlo estas Navidades con una figura que fuera más parecida a como yo lo imagino. El E.S. o Espíritu navideño lo percibo como una invasión de profunda alegría o serenidad en las situaciones difíciles. Es fuerza para cambiar el mundo o tus cinco minutos siguientes. Te enseña a querer mejor y a querer lo mejor, lo que te conviene.

El mejor momento, el recoveco, el escenario perfecto para sentir la magia es justo después de comulgar. Esa magia consigue que, aunque aparentemente

nada haya cambiado en tu foro interno, desde que aparece en escena el Espíritu Navideño sabes que lo ha cambiado todo, y ves la misma realidad con una perspectiva muy distinta.

Es como si recibieses superpoderes. Y, como en los videojuegos, cada vez que recibes poderes nuevos suena algún ruido especial. Creo que los cascabeles son la mejor manera de representar al que espero no sea tan desconocido, a la tercera Persona, al E.S. o al Espíritu navideño. Cascabeles que traen esa alegría tan reconocida en el refranero popular: «más alegre que unos cascabeles...». Cosas del E.S.

Recuerda que trabaja todo el año para nosotros, todas las navidades, todos los meses, todos los minutos, hasta el último de nuestra vida. Para disfrutarlo no necesitamos ni una capa de invisibilidad, ni estar debajo del acebo, ni mover la nariz. Pero, si estamos «en gracia de Dios», es decir, sin pecados mortales que no hayan sido perdonados en la confesión, lo podremos escuchar a todo volumen.

Así que, con tu permiso, creas o no, reza conmigo, o di estas palabras mágicas para que el Espíritu de la Navidad nos acompañe a lo largo de este libro: «¡Oh!, Espíritu Santo, sé nuestro Espíritu navideño y acompáñanos por estas páginas, motivándonos deseos, pensamientos y palabras que hagan más feliz a Dios, a Ella y a todos los que me acompañan en la travesía de mi vida».