



Navidad
en conexión.
Cultura de paz



Fiestas para conectar
© Educando en conexión 2025





Una noche de esperanza

Mi historia favorita de la Navidad sucedió en 1914, cuando se había desatado lo que en ese momento se denominó la Gran Guerra, sin saber que le seguiría una segunda. Ese diciembre los soldados pasaban su primera Navidad en el frente, tristes, asustados y con mucha añoranza, cuando de repente, sucedió lo que para ellos fue un milagro.

En muchos puntos del frente occidental, especialmente en Flandes (Bélgica), los soldados empezaron a escuchar cánticos provenientes de las trincheras enemigas. El famoso villancico *Stille Nacht* (Noche de Paz), de origen alemán pero muy extendido y traducido por toda Europa, marcó la diferencia. Los alemanes empezaron a cantarlo y los soldados británicos y franceses respondieron con sus propias canciones navideñas.

Se negaron a combatir y se colocaron árboles de Navidad con velitas en lo que minutos antes eran trincheras, se intercambiaron regalos como chocolate, cigarrillos o incluso botones, se compartió la comida y la bebida en lo que antes era terreno mortal, se hizo un pacto entre personas para honrar a los soldados caídos y se jugaron partidos de fútbol y, por un día, una pelota improvisada sustituyó a las granadas. Incluso en algunos lugares se ofreció la misa del gallo y todas las personas, fueran o no cristianas, compartieron ese momento de esperanza.

All is calm, all is Bright

Los árboles de hoja perenne, las velas que nos recuerdan que la luz siempre vuelve, el intercambio de regalos, compartir juntos el pan, la comida, los cánticos que son humanidad compartida.

Decir no cuando te exigen obediencia porque es lo justo, ver al otro como un ser humano, encontrar lo que tenéis en común. Todo eso es esperanza, todo esto, para mí, es Navidad y es lo que te quiero compartir en esta guía, lo que nos une y nos hace humanos, desde tiempos ancestrales.

Todo esto, para mí, es Navidad.

Desde hace una década, cada Navidad me llegan miles de consultas sobre cómo gestionar estas fechas. Para mí son un momento clave para reiniciar la conexión en familia, igual que el Sol renace en el Solsticio de Invierno, puede hacerlo nuestro vínculo.

En esta ocasión, y con toda la información que tenemos desperdigada por la web y nuevos textos creados para ti, hemos querido hacer un recopilatorio de recursos chulos para esta época del año.

Además, hemos grabado un audio con la historia -inspirada en las grandes historias o fábulas científicas que contamos las guías Montessori en Primaria- del origen de estas celebraciones. Esperamos que lo disfrutéis y que podáis encontrar vuestra manera de celebrar y cultivar, siempre, la conexión en familia.



¡Felices celebraciones!



EPISODIO ESPECIAL NAVIDAD

Antes de empezar con la guía, queremos compartiros este episodio especial del podcast en el que hablamos de cómo acompañar en esta época y resolvemos algunas dudas que nos llegan en Navidad.

Como escucharéis en el podcast, en casa nos gusta celebrar y, sobre todo, empaparnos de fiestas y tradiciones de todas las épocas y partes del mundo. Así que os contamos un poco sobre la Navidad, sobre cómo lo vivíamos de pequeños y cómo lo vivimos ahora, pero con la esperanza de que podáis crear vuestros propios rituales navideños y de que esta guía os sirva de ayuda e inspiración.

Además, en esta ocasión, y dado que esta es una época de disfrute, especialmente, para los niños y las niñas, hemos querido que nuestras peques también pudieran contaros su visión porque, muchas veces, las adultas pecamos de la máxima: «Todo por los niños, pero sin los niños».

Cuando se trata de temas controvertidos, creo que es importante tener también su visión del asunto. Así que, para que no falte ninguna de las visiones, os dejo los dos audios a continuación, uno con MA sobre el entorno y la Navidad y otro con las peques sobre Seres mágicos.

**LINK A IMPRIMIBLE: ¿HAS SIDO BUENO?
RESPUESTAS PARA ADULTAS/OS**



Al contrario que el audio anterior, que es en formato “gran historia Montessori” y pensado para escuchar en familia, estos audios que os compartimos a continuación están pensado para escuchar solo las figuras parentales.

En esta guía además hablaremos de:

- Navidad con respeto mutuo y cuidado
- Navidad y Montessori, ¿cómo conciliar?
- Celebrar en conexión con la naturaleza
- Aprender de nuestro pasado para honrarlo en el presente.
- La vida de Jesús y el inicio de la Navidad.
- Los seres mágicos y distintas festividades en todo el mundo. Las celebraciones de la luz.



CELEBRACIONES CON CONEXIÓN Y NATURALEZA

Una de las razones por las que nos encanta celebrar y retomar tradiciones, es que, al menos para mí, para entender la celebración necesitamos entender el contexto del que viene que, normalmente, está muy relacionado con los ritmos de la naturaleza.

En esta época del año no solo celebramos los regalos y los seres que los traen o el nacimiento de Jesús (las personas cristianas), también celebramos el Solsticio de Invierno. Y antes de que existiera la Navidad como la conocemos ahora, durante el Imperio Romano se celebraba Saturnalia y, después, Sol Invictus, ambas relacionadas de distinta forma con la naturaleza. Y mucho, mucho antes, ya existían festividades como Yule, que celebraba la renovación del sol, y mucho antes, ya los pueblos prehistóricos de alguna manera tenían ciertos cultos que honraban a la naturaleza.

Gracias a esto, podemos fijarnos y hablar con nuestros hijos e hijas de los ciclos de la naturaleza, del campo, de las cosechas; de cómo sería la vida sin electricidad, de cómo sería vivir sin apenas luz durante tantas horas, de quién inventaría estas tradiciones y de lo importante que es celebrar la vida. Estas fiestas nos recuerdan la importancia del ciclo de la vida, que vemos reflejado en la naturaleza, a lo largo del año. Siempre hay esperanza, al final siempre sale el Sol.

La pedagogía Montessori, que se basa en la observación del entorno y el respeto por los ritmos de desarrollo de cada niña o niño, encaja perfectamente con esta idea de vivir las festividades de forma consciente y conectada.

*Celebraciones
conectando con la naturaleza*

Versión
audio



Una historia personal

Cuando era pequeña, la mayoría de las festividades pasaban sin pena ni gloria en mi casa. Desgranar el motivo me llevaría un buen rato, aunque el resumen sería que mis figuras parentales vivieron un contexto muy represivo y que, con el inicio de la democracia, dejaron también atrás las fiestas, normalmente religiosas, a las que habían sido expuestas.

Por eso disfruto tanto viendo celebrar a mis hijas.

Unas de las fiestas más queridas para ellas y para mí es el Solsticio de Invierno -que celebramos en familia- y la Navidad -que celebramos con el resto del mundo-. Durante años hemos ido añadiendo tradiciones que ya forman parte de nuestra intracultura familiar, reflexionando cada año para dar más sentido a nuestra vivencia y redescubriendo los ciclos de la naturaleza.

Por supuesto, los regalos son una parte importante, ¡a quién no le gustan! A ellas les encanta regalar y recibir regalos, pero, detrás de esto, festivo y superficial, para mí hay una parte muy importante de la celebración -de las celebraciones- que es entender el origen.

Así, en casa, un día antes del Solsticio nos gusta cenar con velas, y hablamos de lo que vemos diferente, de los cambios a nuestro alrededor, de lo que estamos celebrando y por supuesto, de la oportunidad de honrar a quienes ya no se pueden sentar en nuestra mesa.

Y recordarnos que, cada día, sale el Sol para todos y todas, igual que, para las personas cristianas, también Jesús nació para todos y todas.

Recordar la vida de Jesús es una parte también importante de nuestras fiestas, junto con el estudio de otras religiones. Esta celebración más espiritual no era tradición en mi familia de origen, ya que no he sido educada en ninguna religión, posiblemente, por eso me parece tan hermosa.

Y, por supuesto, me gusta hablar, y mucho, de la vida de las mujeres “anónimas” que no salen prácticamente en los libros, a través de historias como la Noche de las Madres, la Madre Reno o la historia del Gato Presente, que también te comparto en este libro.

**DE CORAZÓN, CREO QUE LA NAVIDAD SON LAS MANOS QUE TE CUIDAN,
Y ESAS SUELEN SER LAS DE UNA MADRE (O PADRE)**

UN PEQUEÑO EJERCICIO

Cierra los ojos

Imagina que estás en casa, agosto, es invierno (o quizás no, si estás en otro hemisferio), nieva (o no) y estás disfrutando de tu lectura y una bebida calentita.

Llaman a la puerta. Te levantas y abres la puerta.

Son tus hijos o hijas, ya mayores y traen de la mano pequeñas criaturitas, tus nietos o nietas.

Y tiene lugar una conversación en la que empiezan a contar a sus hijas e hijos lo que recuerdan de sus Navidades. Piensa cómo sería, cómo te gustaría que fuera.

Abre los ojos, ¿qué estás haciendo ahora para que todo eso suceda?

Te toca hacer una lista de esas tradiciones que te gustaría recordar y otra de las que crees que le encantarían a vuestros peques, ¿coinciden? ¿Son compatibles?

Y lo más importante, ¿qué ves en tu hijo o hija?

¿Qué habilidades y características te encantaría que tuviera (siendo como es, auténtico y amado incondicionalmente)? ¿Qué estás haciendo hoy para favorecer que estas habilidades florezcan?

¿Cómo estás siendo hoy ejemplo de todo lo que te gustaría ver en ellos?

*Audio:
ejercicio
de reflexión*

SOMOS LOS RECUERDOS DE NUESTROS HIJOS E HIJAS (INTERESTELLAR)

Y es que, París bien vale una misa, y construir recuerdos bonitos, bien vale un poco de tiempo en Adviento y Navidad.

Esta, en definitiva, es mi vivencia. La nuestra. La Navidad siempre han sido una manera de darme cuenta de cómo han crecido mis hijas, de cómo he madurado yo y de cómo ha ido encarnándose nuestra manera de maternar y ser familia.

Espero que esta guía te ayude a resignificar vuestra vivencia y que, estos días, sean una oportunidad más de conexión.

Con cariño,
Bei.



La magia de la Navidad

La Navidad es luces, regalos y decoraciones, y es muchísimo más que eso. Es un momento especial para reforzar la conexión, para conectar con nuestras raíces y especialmente, para crear recuerdos que perduren.

Cuando estamos educando desde la conexión, cuando queremos una crianza consciente y respetuosa, la Navidad es la gran oportunidad para poner en práctica nuestra forma de acompañar, con valores tan esenciales como el amor, la generosidad y el respeto por los demás y por la naturaleza tan a flor de piel en todas partes.

Para las peques, participar activamente en todas estas tradiciones construye en ellas y ellos sentido de pertenencia y contribución. Están ocupando su lugar en la familia y en la comunidad. Y para eso, estas experiencias deben ser significativas y adaptadas a sus necesidades y ritmos, fomentando su autonomía y validando sus emociones.

Los rituales y celebraciones tienen, además, un poder especial en la infancia: aportan seguridad. Esta época nos invita a ralentizar, reflexionar sobre lo que verdaderamente importa y vivir el momento presente con atención plena.

Los calendarios de adviento son, por ejemplo, una bonita idea para cultivar seguridad, la gratitud, la espera e, incluso, el conteo numérico. Pueden ser de muchos tipos, desde los sencillos con chocolates a los más complejos, con diversas actividades o manualidades. Pueden ser con cosas materiales, como regalitos, figuritas o libros o pueden ser de cosas intangibles, con pequeños juegos o canciones.

Uno de nuestras formas favoritas de celebrarlo es con la espiral de Adviento con pasta de sal, una actividad que representa el camino hacia la Navidad o el Solsticio de Invierno.

La espiral, formada por un camino que se recorre cada día hacia el centro, simboliza la transición de la oscuridad a la luz, alineándose con los valores del adviento: esperanza, preparación y renovación.

Termina en el centro de la espiral, que representa la luz que guía el camino, como el nacimiento de Jesús o el regreso de la luz con el solsticio de invierno.

Te contamos cómo hacerla:

Nuestra
espiral



Navidad y Montessori

Es cierto que dentro de la filosofía Montessori, en los seis primeros años, no se fomenta la fantasía. Y también lo es que es el momento en el que los peques absorben la cultura. Y las celebraciones son muestra de esta.

¿Y qué podemos hacer?

Pues explicar, investigar y entender el significado de estas tradiciones. Darle sentido, buscar información y aprender sobre las tradiciones, tanto las nuestras actuales como las antiguas, así como las de otros países. Aprender sobre todas las religiones, sobre otras culturas. Buscar puntos en común, entender de dónde vienen.

Dar seguridad, ponerlos a ellos como prioridad sin forzar a nadie a que haga algo que no quiere. Escucharlos, observarlos.

**CON LÍMITES FIRMES Y SIN CORTAR LA AUTONOMÍA (SALVO PARA CUIDAR).
ALIENTO Y CARIÑO. RAÍCES Y ALAS. Y CELEBRAR. PORQUE CUANDO TE CENTRAS EN
CELEBRAR LA VIDA, LA AGRADECES EN LUGAR DE SUFRIRLA.**

BANDEJA SENSORIAL

Para las más pequeñitas, podemos preparar una bandeja de exploración sensorial, podemos utilizar elementos naturales, o elementos propios de las celebraciones. Las bandejas sensoriales aúnan juego y experimentación.

MESA DE OBSERVACIÓN

Podemos preparar una mesa o repisa de observación para dar mayor contenido a las celebraciones. Gracias a ella, podemos conectar con los ritmos de la naturaleza (como hacemos con las mesas de estación de la pedagogía Waldorf) mientras seguimos descubriendo el sentido de las tradiciones y la cultura que nos rodea.

VIDA PRÁCTICA

Cocinar, realizar manualidades, salir al entorno a observar y recoger elementos que nos ayuden en las decoraciones.

INTRODUCIR CONCEPTOS MEDIANTE EL JUEGO

A través del juego podemos introducir conceptos de la naturaleza, como el ciclo de la vida o la importancia del respeto al entorno, la generosidad y la ayuda mutua.

**SOBRE NAVIDAD Y MONTESSORI, TE
COMPARTO ESTE ARTÍCULO QUE ME
PIDIERON DESDE LA REVISTA HOLA, ESCRITO
CON LA MEJOR DE MIS INTENCIONES Y EL
RESPECTO A LA DRA. MONTESSORI**

*Pincha aquí
para leer el
artículo*



Navidad en conexión con la Naturaleza

La Navidad nos invita a reflexionar sobre los ciclos de la vida y nuestra conexión con el entorno que nos rodea. Más allá del consumismo y los regalos, esta festividad tiene en su esencia un vínculo profundo con la naturaleza, marcando el cambio de las estaciones y celebrando el renacimiento de la vida tras la oscuridad del invierno.

Las tradiciones navideñas están impregnadas de símbolos naturales: los árboles de hoja perenne como el abeto representan la vida eterna; las velas y las luces simbolizan el renacimiento del sol; y los frutos de temporada, como las naranjas y nueces, nos conectan con la generosidad de la tierra.

Incorporar la naturaleza en las celebraciones navideñas no solo nos acerca a su significado original, sino que también nos invita a cuidar y respetar el mundo que compartimos.

Otra de nuestras actividades favoritas, también tiene que ver con la espiral, pero en este caso no la construimos con masa de sal a pequeña escala sino que hacemos una en tamaño grande, suficiente para que una persona puede caminar hacia el centro, ida y vuelta.



Nuestro
ritual del
Solsticio



EQUILIBRIO ENTRE DIVERSIÓN, NATURALEZA Y RESPETO

Las niñas y niños disfrutan naturalmente al conectar con el entorno y las estaciones. Adviento y la Navidad son momentos en los que la naturaleza tiende a ir hacia dentro y buscar silencio y cobijo, sin embargo este mes, para muchas personas, suele ser todo lo contrario, muchos planes sociales y fuera de casa, muchos de ellos centrados también en compras o regalos.

Para compensar un poco esto, podemos intentar que las actividades que propongamos en estas fechas estén más centradas en conectar con la naturaleza. Por ejemplo, podemos proponer actividades para descubrir los colores del invierno, que está a punto de llegar, recoger hojas y observar los cambios en los árboles, sentir la textura de las plantas de hoja perenne, darnos cuenta de las diferencias en el suelo, en la tierra.

En este sentido, algunas de las propuestas que os traemos, inspiradas en Montessori, os invitan a integrar materiales naturales en las actividades, permitir que cada niña o niño elija su nivel de participación y fomentar la autonomía en sus decisiones. Por eso, algunas van a estar enmarcadas, según la edad, teniendo en cuenta los diferentes momentos de desarrollo de las criaturas.

MESA DE OBSERVACIÓN

Añadir a nuestra mesa diferentes plantas, de hoja perenne y hoja caduca, para poder hablar sobre las diferencias del entorno. Elementos que nos ayuden a entender los cambios alrededor o libros y elementos para investigar sobre tradiciones diferentes.

BANDEJA SENSORIAL

Para la bandeja sensorial, podemos buscar elementos de diferentes texturas que nos recuerden a la Navidad: Piñas, cintas de colores de los regalos, papel craft. También podemos montar bandejas con hielo para excavar... En definitiva, cualquier elemento que pueda conectarnos con este momento del año.

VIDA PRÁCTICA

Pueden elegir manualidades temáticas y decorar la casa con ellas; hacer manualidades o tarjetas, cocinar recetas para la celebración y luego repartir en la festividad...

JUEGO

Podemos proponer juegos de clasificación de colores, texturas o formas relacionados con la fiesta y las decoraciones que veamos.



LAS PLANTAS DE LA NAVIDAD

Incorporar la naturaleza en las celebraciones navideñas no solo aporta un significado más profundo a la festividad, sino que también enseña a los niños la importancia de cuidar nuestro entorno. La Navidad es un recordatorio de que, al igual que la naturaleza renace tras el invierno, nosotros también podemos renovar nuestras acciones y compromisos hacia un mundo más sostenible y armonioso.

Desde tiempos antiguos, las plantas han sido símbolos de vida, esperanza y conexión con la naturaleza, especialmente durante el invierno, cuando el mundo parece dormido bajo la oscuridad y el frío.

En esta estación, las plantas perennes, como el abeto, el acebo y el muérdago, destacan por su verdor persistente, recordándonos que incluso en los momentos más oscuros, la vida sigue presente.

En las tradiciones de Adviento y Navidad, estas plantas no solo decoran nuestros hogares, sino que también llevan un mensaje profundo de esperanza y renovación. Sus hojas verdes, bayas brillantes y ramas perfumadas evocan el ciclo eterno de la vida y la promesa de que, tras la pausa del invierno, la luz y la abundancia regresarán.

ABETO (O PINO)

Decorar un abeto o un pino, dentro de casa, con adornos o bolas de Navidad es tradición occidental. Hay distintas historias sobre el origen de esta tradición, una de ellas la atribuye a San Bonifacio, otra a Martín Lutero, y otra a una princesa rusa, Troubetskoy que lo colocó en Madrid.

LA FLOR DE PASCUA

La poinsettia, muy presente últimamente en las mesas navideñas en los últimos años, es una planta de origen Mexicano, muy valorada por los nativos en la antigüedad y usada como sustituto del acebo por misioneros franciscanos en América.

ACEBO

En el mundo cristiano, el acebo simboliza la corona de espinas, la sangre de Cristo y la vida después de la muerte, y sus orígenes espirituales son aún más antiguos, pues las culturas paganas lo veían como un símbolo sagrado por su capacidad de mantener las hojas en el frío invierno.

MUÉRDAGO

También en nuestro imaginario navideño, esta planta cuyas raíces nunca tocan el suelo es considerada mágica desde tiempos antiguos. A día de hoy está protegida por estar en amenaza de desaparición.

La historia de la Navidad

La Navidad, tal como la conocemos hoy, es una mezcla de tradiciones antiguas, relatos espirituales y costumbres culturales que han evolucionado a lo largo de los siglos. Desde los rituales ancestrales que celebraban el solsticio de invierno hasta la conmemoración cristiana del nacimiento de Jesús, la Navidad ha sido siempre un tiempo de reflexión, luz y esperanza en medio de la oscuridad del invierno.

A lo largo de la historia, esta celebración ha simbolizado el renacimiento de la vida: el regreso del sol para las culturas paganas, la llegada del Mesías para el cristianismo y la renovación de los lazos de amor y generosidad entre las personas. La Navidad nos invita a mirar al pasado para comprender nuestras raíces, mientras celebramos el presente y proyectamos esperanza hacia el futuro.

En esta historia, exploraremos los orígenes de la Navidad, desde las tradiciones antiguas como Saturnalia, Yule y el Sol Invictus, hasta el significado espiritual del nacimiento de Jesús en Belén. También descubriremos cómo estas festividades han dado forma a las costumbres navideñas que conocemos hoy, recordándonos que, en su esencia, la Navidad es una época para conectar con los demás, con la naturaleza y con nosotros mismos.

un directo sobre el origen
de estas celebraciones con
Arantxa Arroyo

Pincha
aquí





El origen: El solsticio de invierno

El solsticio de invierno es el momento del año con la noche más larga y el día más corto. Esto ocurre porque el eje de la Tierra está inclinado, y durante el solsticio, el sol alcanza su posición más baja en el cielo al mediodía.

En el hemisferio norte, sucede al rededor del 21 o el 22 de diciembre, marcando el inicio oficial del invierno, en el caso del hemisferio sur, sucede entre el 20 y el 21 de junio.

Para las culturas antiguas, este evento simbolizaba el renacimiento del sol y el regreso gradual de la luz, convirtiéndolo en un tiempo de reflexión, esperanza y celebración de los ciclos de la naturaleza. Podemos ver su importancia en monumentos megalíticos como Stonehenge.

Utilizar juegos de secuencias o tarjetas para explicar el ciclo de la vida de las plantas y los animales, vinculando la naturaleza con el significado de Solsticio de Invierno.

Encender Velas o un Fuego Simbólico que represente el regreso de la luz. Reunid velas y encendedlas juntas, compartiendo deseos para el nuevo ciclo.

Realizar farolillos y salir de paseo nocturno (si a las peques les gusta la idea) para ver cómo cambian los ritmos y se alargan las horas de oscuridad (te dejo el link aquí al lado).

Ritual de Gratitu: Cada miembro de la familia puede escribir algo por lo que esté agradecido y algo que espera para el próximo ciclo. Compartid estos pensamientos y quemadlos en el fuego o guardadlos en una caja especial.



Farolillos
de San
Martín

La primera leyenda de Navidad: *La madre reno*

La Madre Reno es una figura mítica profundamente conectada con las tradiciones y creencias de los pueblos del norte, especialmente las culturas como los sami de Laponia. En estas regiones árticas, los renos han sido fundamentales para la vida humana durante milenios, proporcionando alimento, transporte y conexión espiritual.

La Madre Reno representa la fuerza femenina, la protección y la resiliencia en los momentos más oscuros del invierno. En contraste con los machos, que pierden sus astas en esta época, las hembras de reno las conservan durante todo el invierno, un símbolo de liderazgo y resistencia.

Según la leyenda, en la noches más larga del año, la Madre Reno trae de vuelta al Sol entre sus cuernos, trayendo esperanza, luz y la promesa de un nuevo amanecer.

Contar la Leyenda de la Madre Reno

Reunid a la familia alrededor de una vela o chimenea y compartid historias sobre esta figura mítica. Hablad sobre la fortaleza y el cuidado en momentos de dificultad.

Hacer Manualidades de Renos
Usad materiales naturales como piñas, ramas o papel reciclado para crear figuras de renos. Decoradlas con "astillas" que simbolicen las estrellas o la luz.

Crear un Mural del Invierno
Dibujad juntos un paisaje invernal con la Madre Reno guiando su rebaño bajo un cielo estrellado. Podéis usar purpurina o pintura brillante para representar las estrellas.

Observar las Estrellas
Salid al aire libre en una noche despejada para mirar las estrellas. Reflexionad sobre cómo las culturas antiguas encontraban esperanza al observar el cielo durante el invierno.

Con un cortador en forma de reno cocinar galletas y cortarlas.
La mas de galletas se hace muy fácil con harina, mantequilla, huevo y levadura. Os dejamos una receta en el sticker.

Dibuja a la madre reno y pinta también el sol entre sus cuernos
Puedes usar acuarelas o, con los más peques, practicar técnicas como el puntillismo. ¡Dejad volar la imaginación!



Pueblos Nórdicos y Germánicos: *yule*

Yule es una antigua festividad germánica y nórdica que se celebra durante el solsticio de invierno, marcando el renacimiento del sol y el inicio de días más largos y cálidos. Los pueblos que celebraban Yule honraban la naturaleza, la luz y los ciclos de la vida, conectando profundamente con el cambio de estación.

Entre sus tradiciones estaban la quema del tronco de Yule, la decoración de hogares con hojas perennes como el muérdago y el acebo, y el intercambio de regalos.

Esta celebración es el origen de muchas costumbres navideñas modernas y simboliza la esperanza y la renovación.



Encender un Tronco de Yule (o Velas): Si no tenéis una chimenea, usad un tronco decorativo y encended velas alrededor de él. Cada miembro de la familia puede pedir un deseo o compartir algo que espera para el nuevo ciclo.

Hacer Adornos Naturales: Decorad la casa con ramas de abeto y otras plantas perennes del entorno. Podéis crear guirnaldas o coronas juntos, conectando con el simbolismo de la vida eterna.

Intercambiar Pequeños Regalos Artesanales: Fabricad pequeños obsequios como velas, adornos o dibujos para regalar a los miembros de la familia, reforzando el espíritu de generosidad.).

LA RUEDA DEL AÑO

Yule es, en la rueda del año, la primera de las festividades del ciclo de la luz, la primera del ciclo de la oscuridad y, por tanto, el inicio del nuevo año.

Esta rueda del año representa, mediante un círculo que simboliza la ciclicidad infinita del paso del tiempo, y las celebraciones en torno a ella tienen su origen hace muchísimos años. Los celtas ya consideraban el tiempo de esta manera cíclica y dividían el año en torno a los momentos de cambio del sol y la luna. Otras tradiciones paganas que veían el paso del tiempo de la misma manera, también utilizaban la rueda del año.

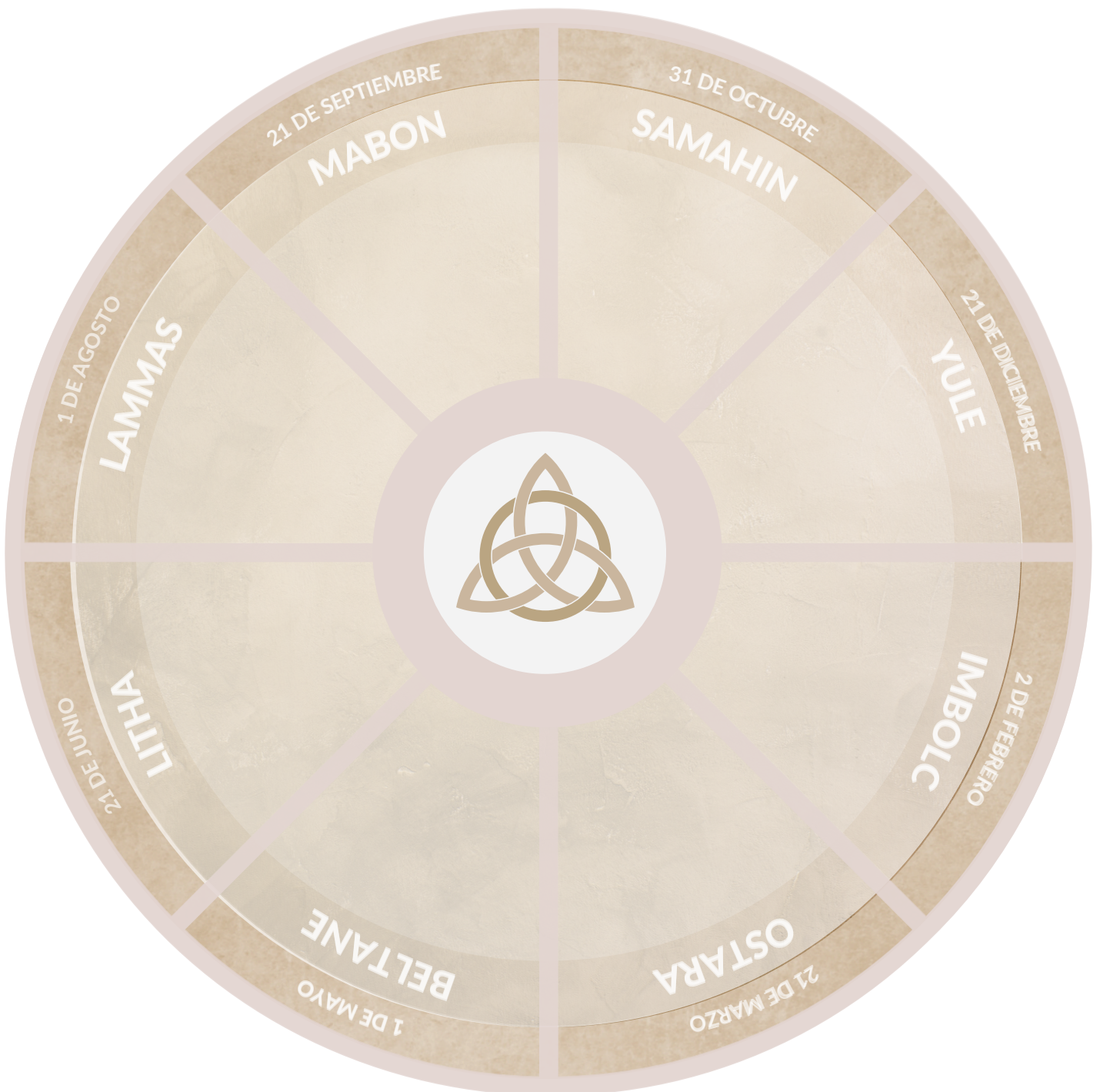
Los solsticios, temporadas de cosecha y cambios de estación son los momentos más importantes para quienes están en contacto con los ritmos de la naturaleza, y son, por eso, momentos de celebración en las tradiciones paganas.

*Blog: La
rueda del
año*

LA RUEDA DEL AÑO SE DIVIDIÓ EN FUNCIÓN DE EQUINOCIOS, SOLSTICIOS, Y LUNAS INTERMEDIAS. LOS OCHO DÍAS SACROS, O SABBATS, SON: YULE, IMBOLC, OSTARA, BELTANE, LITHA, LAMMAS Y SAMHAIN.

Crea tu propia Rueda del año

Podéis crear vuestra propia rueda a partir de esta plantilla, dibujando lo que represente cada época del año, frutos de temporada, o incluso hacer vuestra propia rueda



Una celebración para las madres: *Modraniht*

La Noche de las Madres, conocida como Modraniht en anglosajón, era una antigua festividad germánica que se celebraba durante el solsticio de invierno o en la víspera de Yule.

Este ritual estaba dedicado a honrar a las Madres Divinas (Matronae), figuras espirituales que protegían a las familias, los niños, la fertilidad y la prosperidad. Estas divinidades femeninas simbolizaban el poder creador y nutritivo, y su culto también abarcaba a las madres ancestrales y a las madres terrenales.

Modraniht era un momento para reflexionar sobre la importancia de la maternidad, la fertilidad y el papel esencial de las mujeres como cuidadoras de la vida, tanto en el hogar como en el ciclo de la naturaleza.

Crear un Altar Familiar

Montad un altar con fotos de madres y abuelas, así como objetos naturales como flores, frutos secos y velas. Añadid elementos simbólicos como figuras femeninas o animales relacionados con la fertilidad (como ciervos o aves).

Encender Velas en Honor a las Madres

Cada miembro de la familia puede encender una vela para agradecer a las madres, tanto presentes como pasadas, por su amor y cuidado. Reflexionad juntos sobre sus legados..

Cocinar una Comida Especial

Preparad una cena en la que participen todas las generaciones de la familia. Elegid platos que representen la abundancia o que tengan significados familiares importantes

Crear una Manualidad para las Madres

Diseñad tarjetas o pequeños regalos hechos a mano para honrar a las madres de la familia, o cread adornos que representen la fertilidad y la protección.

Cantar Canciones o Contar Historias

Compartid canciones tradicionales o historias familiares sobre las madres y abuelas, fortaleciendo el vínculo intergeneracional.

Sembrar o Cuidar una Planta

Plantad semillas o cuidaos de una planta existente como símbolo de la continuidad de la vida y la fertilidad.

Directo sobre esta y otras tradiciones paganas



Están locos estos romanos: Saturnalia

Las Saturnales (Saturnalia en latín) era una antigua festividad romana que se celebraba del 17 al 23 de diciembre en honor a Saturno, el dios de la agricultura y la cosecha.

Era un tiempo de alegría, excesos y relajación, donde la sociedad romana invertía temporalmente sus roles: los esclavos eran servidos por sus amos, y las jerarquías sociales se disolvían para celebrar la igualdad.

Se organizaban banquetes, intercambios de regalos y juegos, todo en un ambiente de camaradería y despreocupación. La Saturnalia marcaba el fin de la cosecha y el regreso de la luz tras el solsticio de invierno, inspirando muchas de las tradiciones modernas de la Navidad.

Hacer un Concurso de Bromas

En Saturnalia se permitían las bromas y la diversión desenfundada.

Podéis organizar un pequeño concurso familiar de bromas o juegos tontos para reír juntos.

Jugar a la Inversión de Roles

Intercambiar los papeles. Los niños pueden ser "los jefes", mientras los adultos fingen ser sus ayudantes.

Organizar un Banquete

Preparad juntos una comida especial con alimentos de temporada.

Decorar con Verde y Luz

Adornad la casa con ramas de plantas verdes como el acebo o el abeto, y colocad velas o luces cálidas para simbolizar el renacimiento de la luz.

Fabricar Figuras Decorativas:

Los romanos regalaban sigillaria, pequeñas figuras de barro. Podéis hacer las vuestras con plastilina o masa de sal y decorarlas.

Recread la tradición romana compartiendo obsequios simbólicos, dulces, manualidades o mensajes de gratitud.



Saturnalia y
Navidad por
destripando la
historia

Un sol incosquistable.

Sol Invictus

Un tiempo después, uno de los emperadores romanos, Aureliano, decidió instaurar el culto al Sol Invictus (el Sol Invencible) en el año 274 d.C. Influidos por el mitraísmo, una religión que veneraba al dios Mitra, el sol y la luz, especialmente popular entre los soldados romanos. Mitra era considerado un protector invencible, y su festividad también se celebraba en diciembre.

Al instituir el culto al Sol Invictus como religión oficial, Aureliano intentó unir bajo un mismo símbolo espiritual a un imperio culturalmente diverso. El Sol Invictus representaba un dios universal, capaz de conectar las diferentes creencias del vasto Imperio Romano.

El Sol Invictus se celebraba el 25 de diciembre en honor al renacimiento del sol tras el solsticio de invierno y marcaba el momento en el que los días comenzaban a alargarse nuevamente, simbolizando la victoria de la luz sobre la oscuridad.

Para los romanos, el Sol Invictus era un símbolo de esperanza, fuerza y renovación, y su culto unificaba diferentes tradiciones solares del imperio.

Más tarde, esta fecha fue adoptada por el cristianismo como el día para conmemorar el nacimiento de Jesús, la "luz del mundo".

Encender velas al atardecer:
Cada miembro de la familia puede encender una vela, simbolizando el regreso de la luz y compartiendo un deseo o un agradecimiento por el nuevo ciclo.

Organizar un banquete solar.
Preparad juntos una comida con alimentos de colores cálidos como naranjas, mandarinas, calabaza o pan con especias.
Decorad la mesa con tonos dorados y amarillos.

Usad cartón, papel o materiales reciclados para crear soles brillantes y decorativos. Colgadlos en las ventanas o usadlos como decoración en casa.

Reunid a la familia y contad leyendas sobre el sol y su importancia en diferentes culturas, como el Sol Invictus, el dios Ra en Egipto o el Inti de los incas.



Directo sobre
Sol Invictus con
Epigrafistas

La luz del mundo: Jesús de Nazaret

Jesús de Nazaret es una de las figuras más influyentes de la historia y el centro de la fe cristiana. Nacido hace más de 2,000 años, probablemente entre el 6 y el 4 a.C., en Belén, según la tradición, Jesús fue un predicador y maestro espiritual en la región de Galilea y Judea.

Su mensaje principal giraba en torno al amor, la compasión, el perdón y la justicia. Para los cristianos, Jesús es considerado el Hijo de Dios y el Mesías, quien trajo la salvación al mundo.

Su vida, enseñanzas, muerte en la cruz y resurrección son los pilares del cristianismo. En Navidad, los cristianos celebran su nacimiento, visto como la llegada de la "luz del mundo" que trajo esperanza a la humanidad.

No hay constancia del día que nació Jesús de Nazaret y hay bastante consenso entre los historiadores en que la fecha más probable fue en verano. Los primeros cristianos establecieron la fecha de su nacimiento, algunas personas sostienen que para relacionarnos con Sol Invictus y otros cultos del solsticio de invierno que ya existían, mientras que otras personas argumentan que los primeros cristianos hicieron complejos cálculos litúrgicos relacionados con su encarnación en su madre, María.

Leer el Relato del Nacimiento de Jesús:

Lee con la familia los pasajes bíblicos sobre su nacimiento, como los relatos en los Evangelios de Mateo y Lucas.

Reflexionad sobre el mensaje de humildad y esperanza en la historia.

Preparar una Cena de Gratitud

Inspirados por el mensaje de compartir y cuidar a los demás, preparad una comida en familia y recordad a quienes están necesitados. Podéis incluir un gesto solidario, como donar alimentos.

Recread el nacimiento de Jesús con figuras de un belén o con disfraces caseros. Cada miembro puede representar un personaje y reflexionar sobre su papel en la historia.

Escuchad y cantad villancicos que cuenten la historia del nacimiento de Jesús, como Noche de Paz o Adeste Fideles, para conectar con el espíritu navideño.

**EL PUEBLO ASENTADO EN TINIEBLAS
VIO UNA GRAN LUZ.**

MATEO 4:16-18





Los seres mágicos en España

La Navidad en España está llena de magia. Muchas regiones tienen su propio "ser mágico" o personaje especial para la Navidad, y eso es porque hace mucho, mucho tiempo, cada rincón de nuestro país celebraba las fiestas de maneras únicas, con historias que pasaban de abuelos a nietos. ¡Como si cada lugar tuviera su propio cuento de Navidad!

Esto hace que, en muchas familias, sea común recibir visitas de más de una de estas figuras a lo largo de las fiestas. Cada uno tiene su propia historia, y aunque son diferentes, todos tienen algo en común: hablan de la generosidad, de pasar tiempo con nuestras familias y de la importancia de disfrutar de las pequeñas cosas.



Según la zona en la que hemos crecido, de dónde es nuestra familia o el lugar en que vivimos, podemos conocer unos o otras figuras, todas mágicas y maravillosas y con una historia muy interesante que conocer.

En este caso, vamos a hablaros de las que conocemos, pero estamos encantadas de descubrir si, en vuestro hogar, conocéis otras. ¡No dejéis de hacernos partícipes! Ya sabéis nuestro mantra... Las creencias de las personas son sagradas.



LOS REYES MAGOS

Los Reyes Magos, Melchor, Gaspar y Baltasar, son los protagonistas del 6 de enero. Según la tradición cristiana, la noche del 5 al 6 de enero, traen regalos a los niños y niñas, quienes les escriben cartas y les dejan dulces, comida para sus camellos y alguna bebida para que descansen en el camino.

Aunque el Evangelio de San Mateo no es muy específico sobre ellos, se sabe que, los Magos de Oriente -que eran realmente astrólogos o sabios que se guiaban por las estrellas para entender los acontecimientos-, llegaron a Belén, guiados por una estrella, para adorar al rey de los judíos, que acababa de nacer.

A estos magos, que trajeron a Jesús oro -metal de los reyes-, incienso -ofrenda a los dioses- y mirra -como señal de su futuro sufrimiento-, se los conoce como los Tres Reyes Magos y, en España, son protagonistas del Auto de los Reyes Magos, el texto teatral más antiguo que se conserva en castellano (escrito en el siglo XII). Son un verdadero símbolo de sabiduría, generosidad y diversidad.

Podemos invitar a los peques a escribir cartas, hacer dibujos o preparar tarjetas para dejar a los Reyes, como parte de un círculo de cuidado y agradecimiento.

Preparar una mesa de observación sobre los elementos que los Tres Magos llevaron a Belén. Oro, incienso y mirra.
Buscar libros y materiales para aprender sobre ellos.

Preparar un juego de pistas por la casa donde los niños sigan estrellas hechas de cartulina con pistas o pequeños mensajes. Al final, pueden encontrar un “tesoro” simbólico.

Llena una bandeja con arena, pequeñas piedras, camellos de juguete, estrellas brillantes, y figuritas de los Reyes. Permite que los niños exploren y creen su propia historia.





ARTABÁN: EL CUARTO REY

Artabán es conocido como el cuarto Rey Mago, un personaje de leyenda que decidió unirse a Melchor, Gaspar y Baltasar para llevar regalos al niño Jesús. Artabán planeaba llevarle una perla preciosa, pero en su camino encontró personas que necesitaban ayuda: un anciano enfermo, una mujer pobre, y otros en apuros. Cada vez, usó su tiempo y sus riquezas para socorrerlos, por lo que nunca llegó a Belén a tiempo para ver a Jesús. Sin embargo, al final de su vida, según la historia, Jesús le aparece y le dice que todas las veces que ayudó a los necesitados, en realidad, lo había ayudado a Él.

EL APALPADOR (GALICIA Y EL BIERZO)

Este personaje es un gigante carbonero que vive en las montañas y baja a visitar a los niños en Nochebuena. Según la tradición, O Apalpador “apalpa” suavemente la barriga de los pequeños para asegurarse de que están bien alimentados. En el pasado, las niñas y niños comían muy bien la noche en que venía, pues se decía que si O Apalpador notaba tu barriga llena, entonces comerías bien todo el año.

Está también relacionado con las celebraciones del Solsticio de Invierno y, actualmente, trae regalos o castañas como símbolo de buena suerte y prosperidad durante las navidades.



TIÓ DE NADAL (CATALUNYA)

El Tió de Nadal, conocido también como "Caga Tió", es un tronco mágico decorado con una cara sonriente y una barretina (gorro típico catalán). Los niños lo alimentan con comida en los días previos a la Navidad, y el 24 de diciembre lo golpean con palos mientras cantan canciones tradicionales para que "cague" regalos y dulces. Representa la abundancia y la conexión con la naturaleza.



OLENTZERO Y MARI DOMINGI (PAÍS VASCO Y NAVARRA)

Olentzero es un carbonero que baja de las montañas para llevar regalos a los niños en la víspera de Navidad. Aunque su origen está relacionado con antiguas tradiciones paganas, hoy en día simboliza la generosidad y la llegada de la Navidad.

Mari Domingi es pastora, simboliza la conexión con la tierra y la naturaleza. A pesar de ser una creencia extendida, Mari Domingi no es la mujer ni la ayudante de Olentzero. Mari Domingi es pastora y bruja, amiga de los seres del bosque y conocedora de los ritmos de la tierra. Es

fiel a lo que siente en cada momento, siempre atenta a los mensajes internos.

En los pueblos vascos y navarros, ambos son la conexión con el solsticio de invierno y traen regalos a las criaturas en estos días navideños.

ESTERU (CANTABRIA)

Esteru es un leñador amable y fuerte que vive en los bosques de Cantabria. Su trabajo es cortar leña de madera seca o vieja, para que la gente pueda calentarse en invierno, porque hace mucho frío. Pero Esteru no es un leñador cualquiera, ¡es mágico! No solo corta leña, también hace juguetes con las ramas de los árboles y los regala a los niños y niñas. A veces viaja en un carro tirado por un burro para llevar los regalos a los pueblos más lejanos.



ANGULERU (ASTURIAS)

Es un pescador que vive en la Ría de Villaviciosa (Asturias) y trabaja recolectando angulas, un manjar típico de la región. Según la tradición, Anguleru no pasa toda la Navidad pescando... En cuanto llega diciembre, el Anguleru deja su caña de pescar y viaja al Polo Norte para ayudar a Papá Noel a organizar los regalos. Después, regresa a Asturias y entrega los regalos a los niños y niñas de allí.





SAN NICOLÁS DE BARI SANTA - PAPÁ NOEL- FATHER CHRISTMAS

Una figura internacional, y conocida con diferentes nombres según la región es nuestro Papá Noel. Este bonachón que vive en Rovaniemi y trae regalos la noche del 24, montado en su trineo, tirado por renos voladores y ayudado por elfos navideños.

En Francia, Père Noël; en Italia, Babbo Natale; Papai Noel en Brasil o Santa Claus en gran parte de América. Os dejamos el mapa de Preply con los nombres que recibe en diferentes lugares del mundo.



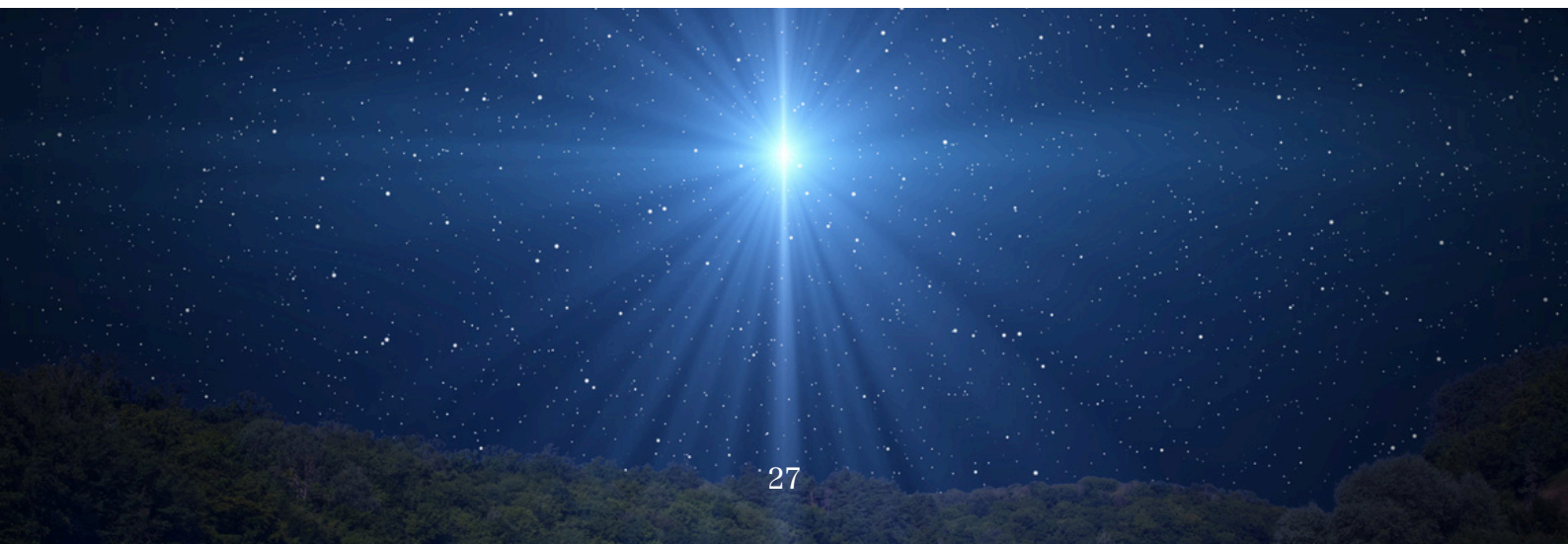


Navidad en todo el Mundo

El invierno trae consigo no solo cambios en la naturaleza, sino también una rica variedad de tradiciones y celebraciones en todo el mundo. Desde las luces cálidas de los mercados navideños en Europa hasta las barbacoas en las playas de Australia, las fiestas invernales reflejan la creatividad y el espíritu de las comunidades para celebrar la vida, la familia y la esperanza, incluso en los días más oscuros o, en el caso del hemisferio sur, bajo el calor del verano.

Enseñar a niñas y niños sobre estas tradiciones no solo les ayuda a comprender la diversidad del mundo, sino que también fomenta el respeto y la curiosidad por las costumbres de otras culturas. Cada celebración, ya sea religiosa, cultural o comunitaria, lleva consigo un mensaje único que enriquece nuestra perspectiva y nos conecta con los demás.

En este recorrido por las fiestas invernales, exploraremos cómo diferentes países y culturas celebran la llegada del invierno, el final del año y el renacimiento de la luz. Desde los villancicos en Sudáfrica hasta los rituales del solsticio de invierno en China, descubriremos cómo estas festividades reflejan los valores universales de amor, comunidad y renovación.





Los seres mágicos en el **Mundo**

Alrededor del mundo, las festividades invernales están llenas de seres mágicos que traen regalos, alegría y un toque de misterio. Estos personajes, profundamente arraigados en las tradiciones culturales de cada región, reflejan valores como la generosidad, la conexión con la naturaleza y la esperanza que caracteriza esta época del año. Además de Santa, podemos encontrar los siguientes

DED MOROZ Y SNEGURCHKA (RUSIA Y EUROPA DEL ESTE)



Ded Moroz (Abuelo Frío) es una figura parecida a Santa Claus, que viaja con su nieta Snegurochka (Doncella de Nieve). Juntos entregan regalos y traen alegría a los niños en Año Nuevo.

Ded Moroz está profundamente conectado con la tradición folclórica rusa y la naturaleza invernal.

TOMTE / NISSE (ESCANDINAVIA)

En Suecia, Noruega y Dinamarca, el Tomte o Nisse es un duende protector que cuida las granjas y hogares durante el año. En el solsticio de invierno, el Nisse deja regalos a los niños y espera, a cambio, un plato de porridge para reconfortarse.

Es uno de los personajes más conocidos del folklóre nórdico y aparece en multitud de cuentos e historias infantiles.

La imagen del Tomte o Nisse, o Tomtenisse que está más extendida es la de los gnomos de jardín o la del elfo que, durante el Adviento, nos hace alguna broma, esconde regalitos, o cambia de sitio cada mañana. Un personaje similar a un humano, pero muy pequeñito, con un gorro rojo y ropas grises.

GRÝLA Y LOS JÓLASVEINAR (ISLANDIA)

Grýla, era una ogresa gigante y muy temida. Su historia se usaba para aterrorizar a los niños y niñas de Islandia, explicando las catástrofes como actos de Grýla. Asociada a la Navidad o a Yule, porque era el momento en que bajaba de la montaña para llevarse a los “niños malos” y zampárselos en estofado.

Durante mucho tiempo, esta fue la leyenda contada, Grýla y sus hijos eran como “el hombre del saco”, hasta que, en 1746, un decreto oficial prohibió aterrorizar a los niños con ninguna de estas figuras.

Desde entonces, Grýla y sus 13 hijos, los Jólasveinar o muchachos de Yule, visitan a los niños durante los días previos a Navidad. Los Jólasveinar son quienes, en el solsticio, dejan regalos a los niños y niñas de Islandia.



KRAMPUS (ALPES EUROPEOS)

Otro personaje que contrasta con los bondadosos seres mágicos navideños es el Krampus. Una criatura con cuernos y de apariencia demoníaca que se lleva a los niños q “se portan mal” en algunas regiones alpinas la noche del 5 de diciembre. En Austria, los jóvenes se disfrazaban de Krampus para ser el complemento oscuro de San Nicolás, reflejando el equilibrio entre el bien y el mal en las tradiciones navideñas.

GRINCH (USA)

El más moderno de los personajes navideños, pero ya en el imaginario de todos los estadounidenses y, por extensión, de todos y todas las seguidoras del magnífico Dr. Seuss; el Grinch es el gruñón navideño más entrañable. Un personaje cuyo corazón se hizo pequeñito, debido a todas las atrocidades que vivió de pequeño por ser diferente y que odia la Navidad con todas sus fuerzas. Por suerte, gracias a una niña que no se rinde ante la adversidad, es capaz de recuperar el tamaño de su corazón y convertirse en el rey de las navidades en Villa Quién.

LA BEFANA (ITALIA)

Una bruja bondadosa que visita a los niños el 6 de enero, durante la Epifanía. La Befana vuela en su escoba y deja dulces a los niños y niñas. La leyenda cuenta que los Reyes Magos pidieron ayuda a la Befana cuando iban buscando el portal de Belén y ella les indicó el camino. Ellos la invitaron a acompañarla pero se quedó en casa, porque tenía que barrer. Al arrepentirse e intentar ir por su cuenta, no llegó a tiempo, así que decidió parar, casa por casa, repartiendo los dulces que había cogido para entregar al niño.



Podemos dibujar una cena con todos los seres mágicos que nos gusten. Y podemos animar a las niñas y niños a inventar otros que salgan de su imaginación.

Podemos buscar en la biblioteca libros del folklore de diferentes regiones y preparar una mesa de observación para investigar las historias y leyendas.

Preparar un quién es quién de personajes Navideños, nacionales e internacionales y jugar para intentar adivinarlo. También puede ser con preguntas de sí o no.

Hagamos un banquete con diferentes comidas tradicionales de esta época del año en las diferentes regiones. Quizá hasta podemos disfrazarnos.



Fiestas de invierno en el Mundo

La riqueza de las festividades y las diferentes maneras de celebrar en diferentes partes del mundo nos ayudan a descubrir y respetar las diferentes culturas. La Navidad no es una celebración común a todas las culturas, pero sí lo son las celebraciones en invierno.

EUROPA

Mercados navideños, Adviento, el día de San Nicolás y las reuniones familiares. Comer las uvas en Nochevieja, las cabalgatas de Reyes Magos, Yule y las tradiciones vikingas o los grandes Belenes desplegados en las ciudades, son algunas de las celebraciones europeas.

AMÉRICA

Las Posadas y las piñatas de 7 puntas, Santa Claus y las casas decoradas, la Navidad veraniega en los países del sur, los bailes de Navidad, el día de las Madres, los fuegos artificiales o la quema del diablo son algunas de las muchas actividades que se celebran en el invierno Americano. Bebidas como la cola de mono o comidas como el pan de Pascua son típicas en el continente. Investigar sobre estas y otras muchas tradiciones puede llenar varios inviernos de la infancia de los niños y niñas.

ASIA

En Asia la Navidad es una fiesta moderna, pues el calendario, en varios países, no coincide con el nuestro. Pero las fiestas invernales son comunes también entre nuestros vecinos del este. Los árboles de Navidad adornan muchas calles y, en Japón, se celebra un segundo San Valentín. Las cosechas y los ritmos de la tierra suelen estar muy presentes en muchos de los países de Asia.

LAS DISTINTAS FORMAS DE ACOMPAÑAR LAS FESTIVIDADES ENRAÍZAN CON LAS DIFERENTES RELIGIONES QUE HAY EN EL MUNDO. ESTAS FIESTAS Y SU DIVERSIDAD PUEDEN SER EL PUNTO DE PARTIDA PARA HABLAR DE LAS RELIGIONES EN EL MUNDO.

AQUÍ PODRÉIS VER ALGUNOS LIBROS QUE OS AYUDARÁN EN ESTA TAREA.

*Libros para
hablar de
Religiones*



ÁFRICA

En África, las danzas y celebraciones llenas de color y comidas especiadas son típicas, también, del invierno. En Ciudad del Cabo, el nuevo año se celebra dos días seguidos, en honor a los antepasados esclavos que solo podían descansar el día después de año nuevo. Ese día se conoce como Tweede Nuwe Jaar, que significa “segundo año nuevo” y se celebra el día 2 de enero. Los carnavales de Gahna, los desfiles, los adornos en forma de flor o muñecos, y los árboles de alambre son algunas de las tradiciones africanas que difieren de las nuestras.

OCEANÍA

Desde las barbacoas navideñas en la playa, con gorros de Papá Noel, hasta los fuegos artificiales de fin de año, las Navidades australianas, aunque parecidas en muchas cosas a las tradiciones occidentales, se celebran en plena época estival. Calor, sol y largas horas de día. Aún así, los banquetes, las decoraciones, los villancicos y los regalos son, también tradicionales en Oceanía.

NAVIDAD ES UNA DE LAS LLAMADAS FESTIVIDADES DE LA LUZ, QUE TENEMOS EN TODO EL MUNDO Y QUE CELEBRAN LOS CICLOS DE LUZ Y OSCURIDAD DE LA TIERRA.

Muchas de las festividades del mundo que coinciden con el Solsticio de Invierno y con las Navidades europeas, son parte de las llamadas Fiestas o celebraciones de la Luz.

Así, podemos encontrar, en esta época del año, celebraciones como Kwanzaa, una tradición de las comunidades afroamericana; Dongzhi, la festividad del solsticio de invierno en China, Hannuka en la tradición judía o las Hogueras de Hogmanay, que equivalen en Escocia a nuestras fiestas de fin de año.

En el blog tenéis mucho más sobre estas y otras celebraciones de la luz.





Disfrutar la Navidad en familia

En esta guía, hemos integrado los principios Montessori y con nuestra manera de Educar en Conexión, para asegurar que niñas y niños vivan estas celebraciones desde el disfrute, el respeto y la autonomía, fomentando el vínculo y la conexión. Y qué mejor manera de hacerlo que con libros, pelis o juegos en familia, al calor del hogar y creando recuerdos de por vida.

LIBROS

Listado
de libros



Los libros son un regalo que nunca sobra en nuestra casa y en esta época, nos encanta rebuscar en las librerías o bibliotecas en busca de alguna joya navideña desconocida. Te compartimos en el blog algunos de nuestros favoritos.

PELÍCULAS

Listado de
películas
para ver
en familia.

Las películas son una excelente opción para celebrar Navidades en familia. En casa, nos encanta ver series o pelis al calorcito de la chimenea y con una taza de chocolate o infusión. Creamos recuerdos y tradiciones, tanto, que algunas de las películas las vemos, sin falta, cada Navidad.

JUEGOS DE MESA

Los juegos de mesa también construyen recuerdos memorables. Crear conexión jugando es, seguramente, una de las actividades que más disfrutamos en nuestra familia. Os dejamos algunos de los juegos que nos encantan en casa.

Listado
de juegos de mesa.
para jugar
en familia.

Anexo: Cuentos para una noche mágica



LA CUARTA REINA

La leyenda cuenta que había un 4º rey, que seguramente sería una cuarta reina, todo sea dicho xD que no pudo llegar a tiempo a la foto porque se entretuvo cuidando por ahí todo lo cuidable.

Cuidó, cuidó y cuidó.

Y se frustró, se frustró y se frustró.

Porque no llegaba.

Por más que se esforzaba, no llegaba.

Pero tenía un camello que es el verdadero protagonista de la historia (que quizás fuera una camella, todo sea dicho XD) que es todo lo contrario a un Pepito Grillo convencional y que siempre le hacía ver sus fortalezas y enfocarse en lo que sí y no en lo que no.

Al final la reina no sale en la foto que pondría para postear en IG porque estaba dedicada a lo verdaderamente importante.

Al final (spoiler) realmente se la sopla porque se va a la cama en paz porque el éxito para ella significa justamente eso.

Lo que no se ve, no existe, dicen.

Pues yo te veo.

Te he visto haciendo o comprando roscón.

Te he visto envolviendo o preparando regalos.

Te he visto dándole un mordisco a esa zanahoria o bebiéndote un trago del champín.

Te he visto triste porque no haya cabalgata o agradecida por no tener que soportar un has sido bueno más.

Te he visto preocupada pensando si esto es o no mentir o pensando cuantas navidades os quedan de magia como hasta ahora.

Te he visto suspirando porque hay un hueco en tus zapatos o siendo proactiva y colocándote un autorregalo.

Te he visto también llorando a escondidas por las naricitas que no han venido o se fueron demasiado pronto y te he visto recomponer una sonrisa antes de salir del baño.

Te he visto, ojalá que tu también te puedas ver.

Ojalá que te puedas regalar un poquito de mirada mágica (que empieza en tus pestañas).

Ojalá la vida te regale camellas (de las drogas más bonitas: la endorfina, serotonina, dopamina y oxitocina., que nos dan la risa, las conversaciones y los abrazos).

Menos oro, incienso y mirra y más drogas chulas (bueno el oro que lo dejen XD).

Y puestos a pedir que algún día de este año las naricitas se duerman "a las 8" en tu casa y no en el pacífico.

Pero como nos diría nuestra camella interior: tienes naricitas que besar y todas han sobrevivido, medallita.

*La cuarta
reina*

PRESENTE Y LA NOCHE DE REYES Y REINAS

Era la noche del cinco de enero y Presente no podía dormir, iba de cama en cama intentando despertar a sus niños humanos pero en vez de jugar, lo abrazaban hasta estrujarlo sin despertarse. Aburrido, fue al salón de su casa y de repente dijo:

Miaaaaaauuuuuuuuu

-Madre mía, ¡qué susto me has dado gatito! Supongo que yo también te he asustado a ti, estoy muy atareada terminando de colocar los regalos y no te he saludado.

Miaaaaaauuuuuuuuu

-¿No te fías de mí? Ah, claro, tú esperabas hoy aquí a los tres Reyes Magos, ya veo que los niños han dejado unas galletas y un poco de leche y han estado hablando de ellos, ¿verdad?

Miaaaaaauuuuuuuuu

-Mira, en ningún sitio de la Biblia dice que fueran tres, ni que fueran solo hombres, ni que fueran reyes, y lo que eran magos se refiere a que eran sabios, pero se ha contado la historia tantas veces que esto es lo que nos ha llegado, pero un montón de sabios y sabias son también los protagonistas de esta historia.

Miaaaaaauuuuuuuuu

-Vaya, no estás muy conforme. Mira, gatito, hacemos una cosa, bébete tú la leche y yo me como las galletas y mientras te cuento toda la historia.

Miau

-¿No te puedes resistir a la leche, verdad? Mira, hoy celebramos la Epifanía y muchos niños y niñas en el mundo reciben regalos, es uno de los recuerdos que nos quedan de que hace muchos años nació un niño que, todavía hoy, llena de esperanza a la humanidad. La leyenda cuenta que un grupo de personas sabias vieron las señales en el cielo y decidieron llevarle regalos: oro, incienso y mirra,

Miau

- ¿Qué no te parecen buenos regalos para un niño? Hoy en día los niños prefieren juguetes y eso es lo que les regalamos, pero en aquellos tiempos eran buenos regalos y fueron muy importantes para la historia de ese niño, Jesús.

Miaaaaaauuuuuuuuu

-¿Que lo que no te convence es que yo sea una mujer? ¿Te acuerdas de que te contaba que hoy es la Epifanía? Pues hay una mujer en Italia, Epiphania, aunque todo el mundo la conoce por Befana, que cuenta la leyenda que ofreció cobijo para las personas sabias que estaban buscando a este niño tan especial y le ofrecieron unirse a la comitiva, y ella lo rechazó, ¡porque tenía que limpiar! Así que hoy en día los niños y niñas de Italia reciben cada año regalos de su parte para que no se olviden de lo importante.

Miaaaaaauuuuuuuuu

-¿Que eso es una excepción? Los niños y niñas del País Vasco esperan con mucha ilusión los regalos de Mari Domingi y su compañero Olentzero. En Alemania los niños quieren mucho a Frau Holle, la llaman Holda, y en Rusia está Snegúrochka que, junto a su abuelo Ded Moroz, reparte regalos en Nochevieja en una troika.

Miaaaaaauuuuuuuuu

-¿Te sorprende que sea en Nochevieja? No muy lejos de aquí, en Galicia también el Apalpador baja en Nochevieja. En cada familia se dan los regalos el día que quieren, los niños japoneses, por ejemplo, esperan regalos de Hoteiosho en año nuevo. Lo llaman el Santa japonés.

-¿Santa te suena, verdad? Muchos niños y niñas esperan el día 24 de diciembre regalos de Santa Claus. La leyenda cuenta que hace muchos muchos años existió un obispo muy generoso que regaló todo sus bienes a quienes no tenían nada, se llamaba San Nicolás y hoy en día tiene muchos nombres: Sinterklass, Papá Noel, Pere Noel, Father Christmas... Ah, y Joulupukki, antes era la cabra de Yule, aunque ahora se parece bastante a Santa, ¡y también le piden regalos!

Miau

-Sí, Santa lleva unos renos. ¿Sabes qué? En algunos lugares también son unos animales muy importantes en estas fiestas, hay una leyenda sobre una rena madre que llevaba el sol entre sus cuernos durante el solsticio de invierno para asegurarse de que a nadie le faltaba luz y calor.

Miaaaaaauuuuuuu

-¿Qué es imposible? Hoy ya sabemos que el solsticio de invierno es parte del ciclo del año, pero en ese momento, ¿te imaginas el miedo que debía darles quedarse sin luz? O quizás se acercaban unos a otros y fue ahí cuando empezaron con la tradición de adornar las casas, reír juntos e intercambiarse regalos.

Miaaaaaauuuuuuu

-¿Gatos? No, que yo sepa no hay gatos, pero en Catalunya los niños y niñas recogen los regalos debajo de un tronco de árbol, el Caga Tío.

Miaaaaaauuuuuuu

- ¿A los que se portan bien? Qué va, eso es una leyenda urbana, no hay niños malos. Les hacemos regalos porque nos gusta verlos felices y nos derribe el corazón su carita de sorpresa. Algunos adultos lo dicen porque se les ha olvidado cómo hablar a los niños y las niñas.

Miaaaaaauuuuuuu

-¿Qué te parece que pasan demasiadas cosas en diferentes partes del mundo en las mismas fechas? Esto es largo de explicar y esta noche todavía tengo muchas cosas que hacer gatito, te prometo que te lo contaré el año que viene. Venga, que tengo mucha prisa, levántate de mi regazo.

Miaaaaaauuuuuuu

-¿Qué te recuerdo yo un poco a la Befana? Pues igual tienes razón, estoy harta de ir toda la noche con prisa y no llegar a tiempo a nada. ¿A ti te pasa que lo urgente te impide hacer lo importante?

Miaaaaaauuuuuuu

-Ya veo que no, cómo me gustaría vivir como tú Presente. Ven anda, que te acurruco junto al fuego y te cuento una historia. Hay una leyenda que cuenta que había otro rey mago, nunca recuerdan su nombre pero se llamaba Artabán, y no pudo llegar a tiempo a conocer al niño porque se entretuvo por el camino cuidando a los demás, a mi me ha pasado lo mismo esta noche, pero porque me ha entretenido un gato que se llama Presente. Toma, esta diadema de reno, claro que tenías un regalo...

Miaaaaaauuuuuuu

-¿Qué para qué hacemos todo este lío? Pues por la alegría que les traerá en sus recuerdos de por vida. Bueno, comeré un trocito de turrón, ¡anda! hay una nota: "Para la cuarta reina maga" ¿Para mí? A ver qué pone... ¡Ay!, ruidos en las habitaciones y no está todo listo. ¡Ay! ¿Y ahora qué hacemos?

Miaaaaaauuuuuuu

-Sí, genial sube a jugar con los niños y yo termino de preparar todo. Haré sonar un cascabel para avisarte.

Y así fue como los cascabeles se convirtieron en los juguetes preferidos de los gatos y la cuarta Reina Maga se acordaba, cada vez que sonaba, de vivir el presente.



Anexo 1: Lámina de emociones

¿Cómo me siento?



CONFUNDID@



AVERGONZAD@



CULPABLE



INSEGUR@



ENAMORAD@



CANSAD@



ENERGÉTIC@



SORPRENDID@



CELOS@



TRISTE



DESALENAD@



ENFADAD@



AGRADECID@



CONFIAD@



ASUSTAD@



ILUSIONAD@



FRUSTRAD@



IRRITAD@



TRANQUIL@



ORGULLOS@



VENGATIV@



FELIZ



DESILUSIONAD@



PREOCUPAD@



ALEGRE



CONTENT@



APENAD@



ESPERANZAD@



RESENTID@



MOLEST@



MOTIVAD@



DOLID@



AGOBIAAD@



DISGUSTAD@



DESESPERAD@



SATISFECH@



ilustraciones: jennifer sotillo

Anexo 2: propuestas de calendario basadas en la guía

Este calendario está pensado para vivir el Adviento desde la calma, la presencia y la conexión familiar. Cada día incluye una **pequeña actividad** inspirada en la guía de Navidad, y un cierre para **cultivar conversación, gratitud y mirada interior**. No hace falta mucho tiempo ni materiales especiales: basta con unos minutos y una intención compartida. Puedes elegir el orden que mejor se ajuste a tu logística y dinámica familiar. En el anexo 3 tienes más propuestas fuera de la guía.

Ojalá estas propuestas os acompañen a crear recuerdos sencillos y luminosos.

Día 1: Dibujar la espiral de Adviento (pg. 8)

Propuesta: Dibuja una espiral grande en un folio, o hazla con un churro de masa. No tiene que quedar perfecta: lo importante es el gesto.

Cierre: ¿Qué te hace pensar la frase “la salida es hacia dentro”?

Día 2: Velas de los cuatro reinos (pg. 9)

Propuesta: Dibuja cuatro velas (mineral, vegetal, animal, humano). Si tenéis placa de cera, enrollad una o cread las velas, pero no es necesario.

Cierre: ¿Qué reino te representa más y por qué?

Día 3: Escuchar la gran historia Montessori (pg. 3-4)

Propuesta: Busca 10 minutos de calma. Pon el audio y escuchadlo juntos/as, sin prisa.

Cierre: ¿Cómo crees que vivían estas fechas en la antigüedad, con frío y oscuridad?

Día 4: Cena con velas (pg. 6-7)

Propuesta: Apaga las luces, pon una o dos velas y cenad así. Aunque sean macarrones. Lo simple también vale.

Cierre: ¿Cómo sería notar los cambios de la naturaleza sin luz eléctrica?

Día 5: Escuchar una canción tranquila (pg. 4)

Propuesta: Elige una canción suave. Escuchad un minuto con ojos cerrados. Nada más.

Cierre: ¿Qué parte de la canción te ha dado más calma?

Día 6: Añadir un elemento de naturaleza (pg. 9-11)

Propuesta: Salid un minuto a coger algo del suelo: una hoja, una piña, una piedra. Colocadlo en la mesa de estación.

Cierre: ¿Cuál de todos los elementos de la mesa te gusta más?

Día 7: Observar los colores del invierno (pg. 11)

Propuesta: Asomaos a la ventana o salid a la calle. Fijaos en 3 colores que veáis en plantas, cielo o tierra.

Cierre: ¿Cómo imaginas que están los árboles en el hemisferio sur ahora?

Día 8: Leer la leyenda de la Madre Reno (pg. 15)

Propuesta: Leed la historia y luego dibujad al reno con el sol entre sus cuernos.

Cierre: Haz tres respiraciones como si tuvieras un sol calentito en el pecho.

Día 9: Hacer un adorno sencillo con naturaleza (pg. 10–12)

Propuesta: Coge una piña, ramita u hoja y átale una cuerditita. Ya es un adorno.

Cierre: Di tres cosas que te gustan de ti.

Día 10: Crear una mini Rueda del Año (pg. 16–17)

Propuesta: Dibuja un círculo y divídelo en estaciones. Pon un color o símbolo en cada parte.

Cierre: Mi estación favorita es... porque...

Día 11: Mirar el cielo nocturno (pg. 14)

Propuesta: Salid un minuto a mirar la noche, incluso desde la ventana. Observad la oscuridad.

Cierre: Piensa en algo pequeñito que te dio luz este año.

Día 12: Contar la historia de Modraniht (pg. 18)

Propuesta: Explica que es una fiesta antigua que honra a las madres y a quienes cuidan.

Cierre: Agradezco a mi madre por...

Día 13: Conocer una planta típica de Navidad (pg. 12)

Propuesta: Busca en internet o en casa el significado del acebo, la poinsettia o el abeto.

Cierre: Dile a alguien de la familia tres fortalezas que ves en él/ella.

Día 14: Hacer un pequeño altar familiar (pg. 18)

Propuesta: Colocad juntos/as 2–3 fotos o recuerdos importantes de la familia.

Cierre: Mi recuerdo favorito en familia es...

Día 15: Contar la historia de Saturnalia (pg. 19)

Propuesta: Explica que era una fiesta romana de regalos y diversión. Intercambiad notitas de agradecimiento.

Cierre: Gracias por...

Día 16: Crear un sol y hablar de Sol Invictus (pg. 20)

Propuesta: Dibuja un sol grande. Hablad de cómo celebraban el regreso de la luz.

Cierre: ¿Qué te ayuda a encender tu luz cuando todo se pone oscuro?

Día 17: Leer el nacimiento de Jesús (pg. 21)

Propuesta: Contad la historia de manera sencilla, como un nacimiento lleno de esperanza.

Cierre: Lo que más admiro de Jesús es...

Día 18: Elegir un ser mágico de España (pg. 22–26)

Propuesta: Buscad la historia de Olentzero, Tió, Apalpador, Esteru o Anguleru.

Cierre: Lo que más me sorprendió fue...

Día 19: Elegir un ser mágico del mundo (pg. 28–30)

Propuesta: Escoged un personaje: Tomte, Ded Moroz, Befana, Gryla... y contad su historia.

Cierre: Lo que más me sorprendió fue...

Día 20: Tradición de invierno de otro país (pg. 27–32)

Propuesta: Elegid un país al azar y buscad cómo celebran el invierno o la luz.

Cierre: Lo que más me sorprendió fue...

Día 21: Ver una película navideña (pg. 33)

Propuesta: Elegid una peli navideña. No hace falta que sea nueva. Preparad manta y bebida.

Cierre: Mi momento preferido fue...

Día 22: Juego de mesa o veo-veo navideño (pg. 33)

Propuesta: Jugad 5 minutos a algo: veo-veo, cartas o un mini juego.

Cierre: Cuenta algo que hayas aprendido hoy.

Día 23: Leer La Cuarta Reina (pg. 34–36)

Propuesta: Leed el cuento. Hablad de cómo cuidar de otros a veces hace que lleguemos tarde.

Cierre: Nombra un error que acabó siendo algo bueno.

Día 24: Cena del Solsticio o ritual de luz (pg. 10 y 14)

Propuesta: Cenar con velas para despedir el año solar y dar la bienvenida a la luz que vuelve.

Cierre: Hoy estoy agradecido por...



Anexo 3: Otras propuestas

Más propuestas

1. Pintar las ventanas con motivos navideños
2. Concurso de pizzas navideñas
3. Pintar un belén en piedras
4. Figuritas de Navidad con arcilla (o falsa arcilla)
5. Paseo sensorial por el bosque
6. Mini obra de teatro navideña
7. Bombas de baño para regalar
8. Amasar galletas de Navidad
9. Fabricar una corona con ramitas
10. Pintar un paisaje navideño con acuarelas
11. Farolillos de acuarela
12. Sesión de fotos navideña
13. Postales navideñas con foto familiar
14. Árbol de Navidad de hojaldre
15. Concurso de disfraces navideño
16. Adornos de naranja y clavo
17. Caminar por la espiral de Adviento
18. Juego de la gratitud
19. Maratón de cuentos navideños
20. Tronco de Navidad casero
21. Tarro de los deseos de invierno
22. Mapa de olores navideños
23. Mini museo de cosas bonitas
24. Preparar servilleteros personalizados para la cena de Nochebuena

Anexo 4:

Nuestro Calendario

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
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	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11

Tenemos más para ti



**RASCALENDARIO
DE ADVIENTO**



**CALENDAUDIO
DE ALIENTO**



**CALENDAUDIO
PREMIUM**



**TARJETAS
DE ADVIENTO**

Durante los 12 años que tiene ya nuestro proyecto, hemos creado muchos materiales y cursos sobre y para la Navidad, el Adviento y todo lo que rodea estas celebraciones tan especiales. Estos materiales forman parte de **nuestro Kit de Navidad** e incluyen, entre otras cosas, las **tarjetas de Adviento en familia**, con propuestas de actividades en familia para incluir en el calendario de Adviento, y **nuestro calendario de Adviento en audio Investigando en Adviento**, un proyecto donde, cada día del Adviento, puedes escuchar la historia de uno de los personajes del folklore navideño, con audios de unos 30 minutos en los que, de la mano de mi familia, compartimos contigo las historias sobre las que hemos investigado a lo largo del tiempo, y que nos han ayudado a celebrar desde un lugar más consciente. También tenemos un **CalendAudio de Aliento**, un **calendario de autocuidado para las adultas**, ¡te encantará! Y varios “**rasCalendarios de adviento**”, con propuestas fáciles y sencillas para toda la familia (ideas para todos sin complicaciones, canciones de Navidad para el sector adolescente, pequeñas grandes propuestas para manitas pequeñas, etc.)



GRACIAS

POR HABER COMPARTIDO TU TIEMPO CON NOSOTRAS.



*Navidad
en conexión.
Cultura de paz*