VIVENCIA FAMILIAR CUARESMAL

**S***e sugiere que cada miembro de familia primero revise las sugerencias ofrecidas, haga un examen de conciencia y luego se comparte en familia respecto a lo que podemos hacer todos juntos.*  
*Obras de Caridad.*Estas tienen que ver con dos tipos de acciones:   
la perfección de nuestro deber diario y la perfección de nuestra caridad hacia nuestro prójimo. Algunas ideas para practicar la caridad son:  
  
Analiza tu deber diario como: hijo(a) de Dios, esposo(a), papá, mamá, hijo(a), trabajador, empleador, estudiante...  
  
¿Los deberes hacia Dios son parte de tu rutina?  
  
Esfuérzate por hacer tu deber lo mejor posible, y buscar ser más pacientes, más alegres, más eficientes, más caritativos, menos criticones, menos chismosos, etc.  
  
Aprovecha conscientemente el tiempo que Dios te da cada día, evita perder el tiempo.  
  
Practicar las virtudes como la obediencia, la caridad, la humildad, la castidad y la perseverancia.  
  
Piensa más en los demás y menos en tí. Se pro-activo al buscar pasar más tiempo con tu familia en lugar de ver Tele, leer, navegar por internet, jugar un video juego, etc.  
  
Haz un esfuerzo consciente de ser más alegres y positivo con nuestra familia, no sólo con extraños.  
Nuestros propósitos como familia son...

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
  
  
  
*Estudio y Superación.*El estudiar nuestra fe ayuda a desarrollar nuestro espíritu. Para vivir y amar nuestra fe católica necesitamos leer, reflexionar y conocer la Palabra de Dios, las enseñanzas de nuestra Iglesia y nuestra Tradición católica. La finalidad de esta práctica es buscar crecer espiritualmente en la oración y por consecuencia, en la relación personal con Jesús nuestro Señor. Esto le dará más sentido a nuestra vida, y nos ayudará a ser santos. Esto lo podemos hacer a través de lectura tanto personal como familiar  
Algunos autores sugieren estos tipos de lectura:  
Para la mente: Puede ser estudiar encíclicas, leer el Catecismo de la Iglesia Católica, hacer investigación en algún tema de historia, filosofía, etc.  
  
Para el alma: Debe ser lectura de formación espiritual que ofrezca un programa de crecimiento, guía, dirección espiritual...como los escritos de Sta. Teresa de Ávila o an Francisco de Sales, etc. Busca asistir a las Reflexiones Cuaresmales de tu parroquia.  
  
Para el corazón: También necesitamos inspiración. Lo mejor es leer la vida de los santos o de gente que ha puesto su vida de fe en acción.  
  
Para cada día: “La Sagrada Escritura es nuestro alimento espiritual por excelencia, la iglesia anima a leerla, a estudiarla y a meditarla”. (CIC #2653)  
  
Nuestros propósitos como familia son...

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
  
  
Escoge metas accesibles. No te propongas más de lo que puedes lograr.  
  
Escoge penitencias prácticas, es decir, que sean de servicio a los demás.  
  
Se honesto - Busca las penitencias que valgan la pena y hazlo sin buscar el crédito de la gente.  
  
Escribe tus propósitos en una hoja y colócala en algún lugar que sólo tú puedas ver, como recordatorio diario.   
  
Busca activamente vivir la Cuaresma en familia y asiste a las celebraciones de tu parroquia.  
  
Fuentes: CIC (Catecismo de la Iglesia Católica); "Lo que todo Católico debe saber acerca de la Cuaresma”; "Evangelizar con la Vida", SEDEC. Parroquia de San Martín de Porres. Monterrey, N.L. México. 2002; "A Personal Lenten Program”, Knights of Columbus. Lent 2001