Lente Católico: Guía de Actividades

Episodio 3: Cuaresma

Profundizando

- El tiempo de Cuaresma es principalmente un tiempo de preparación y entrenamiento que nos ayuda espiritualmente para la Pascua, así mismo nos concientiza sobre la necesidad de penitencia y conversión.
- ¿Qué te está invitando a hacer Dios durante este tiempo de Cuaresma, para prepararte espiritualmente para la Pascua?
- ¿De qué manera podrías utilizar tus talentos para ponerlos al servicio de los pobres?
- ¿Qué renuncia podrías hacer para tener más tiempo en tu vida cotidiana y acercarte más a Dios y crecer en tu relación con Él?

Sigue Adelante

- Actividades Sugeridas:
- Realiza un buen examen de conciencia y acude al sacramento de la Reconciliación.
- (Encontrarás una guía útil en la sección de recursos)
- Esfuérzate por encontrar un momento de cada día para leer las lecturas diarias del tiempo de cuaresma, reflexiona por 5 minutos acerca de alguna palabra o frase que te atrae. Reflexiona sobre las preguntas: ¿Cómo toca mi vida el contenido de esta lectura hoy? y ¿Qué crees que Dios quiere que hagas hoy?
- Visita un asilo de ancianos y pasa un tiempo con ellos, quizás leyéndoles o solo escuchando sus historias.
- Esfuérzate por asistir a misa algunos otros días de la semana además de la misa del Domingo.
- Reza el santo rosario meditando en los misterios dolorosos.

Recursos

- Examen de Conciencia completo
- ¿No sabes cómo confesarte? Aquí está una guía
- Examen de conciencia para adolescentes…
- 5 datos para entender qué es y cómo se vive la Cuaresma…
- ¿Cómo puedo vivir una auténtica Cuaresma?