

## HABLAMOS DE LA CUARESMA >>>

La Cuaresma es un recorrido de cuarenta días que comienza el Miércoles de Ceniza. Recibir las cenizas en la frente marca la promesa de arrepentirnos o cambiar para acercarnos más a Dios y a la Iglesia. La Cuaresma es un tiempo de cambio interior. La mayoría de los adultos ha tenido experiencias de vida que los han estimulado a cambiar malos hábitos por hábitos desinteresados. La Cuaresma es un tiempo para cambiar los hábitos antiguos en preparación para la Pascua. La oración, el ayuno y la limosna, las tres prácticas de la Cuaresma, ayudan a las familias a crecer en Cristo.

### La Sagrada Escritura



Lean **Romanos 8, 31** y reflexionen sobre sucesos familiares pasados que hayan evidenciado de que Dios está con ustedes. ¿Cómo puede su familia mostrar gratitud por la presencia de Dios entre ustedes?

## AYUDEN A SUS HIJOS A COMPRENDER >>>

### La Cuaresma

- La mayoría de los niños de esta edad comprenden que la Cuaresma es un tiempo de cambios, tanto del corazón como de la conducta, y son capaces de aplicar estos conceptos a sí mismos.
- Generalmente, los niños de esta edad son curiosos y se interesan por los hechos. A ellos les gustará buscar más información sobre la Cuaresma.
- Por lo común, a los niños les encantan los rituales y podrán involucrarse en las Estaciones de la Cruz, la práctica de recordar la Muerte de Jesús, que empieza con la condena de Pilatos y termina con la colocación del cuerpo inerte de Jesús en el sepulcro.



## COSTUMBRES DE LA FAMILIA CATÓLICA >>>

La Cuaresma es tiempo de reflexionar en qué necesitamos cambiar. Como padres, pueden orientar a su hijo para que desarrolle la fortaleza espiritual ejercitando su disciplina espiritual.

- Dediquen un tiempo a la oración silenciosa para discernir en qué áreas su hijo puede necesitar mayor guía espiritual.
- Hablen con su hijo de acciones específicas que podría realizar para desarrollar su fortaleza espiritual.
- Hablen periódicamente con su hijo acerca de su progreso.

## ORACIÓN EN FAMILIA >>>



Dios de amor, a medida que recorremos este tiempo santo de la Cuaresma, acompáñanos, abre nuestro corazón. Ayúdanos a ver nuestra vida en profundidad, a través de la oración, el ayuno y la limosna. Ayúdanos a reconocer las necesidades de los demás y a responder a esas necesidades.

En el nombre de tu Hijo, Jesús, Amén.



Visiten [vivosencristo.osv.com](http://vivosencristo.osv.com) para encontrar un glosario multimedia de Palabras católicas, lecturas dominicales, y recursos de Santos y tiempos festivos.