

# El camino de Cuaresma

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
			<b>10</b> Asistir a la Iglesia para recibir la ceniza.	<b>11</b> Ver menos tiempo la Televisión.	<b>12</b> Rezar la Corona de la Divina Misericordia.	<b>13</b> Participar con respeto y devoción en Misa.
<b>14</b> Pasar menos tiempo en Internet.	<b>15</b> Renunciar al alimento que más me gusta.	<b>16</b> Regalar una comida a un necesitado.	<b>17</b> Hacer una Hora Santa.	<b>18</b> Rezar el Viacrucis.	<b>19</b> No beber bebidas alcohólicas.	<b>20</b> Rezar el Santo Rosario.
<b>21</b> Rezar un Padre Nuestro antes de cada comida.	<b>22</b> Levantarme más temprano de lo habitual.	<b>23</b> Visitar a Jesús 15 minutos en el Sagrario.	<b>24</b> Hacer un sacrificio en la comida por amor a Jesús.	<b>25</b> Hacer un acto de caridad discretamente.	<b>26</b> Hacer una buena Confesión.	<b>27</b> Rezar 3 Avemarías antes de acostarme.
<b>28</b> Hoy no me quejaré del clima.	<b>29</b> Visitar un enfermo.	<b>1</b> Perdonar de corazón al que me ha ofendido.	<b>2</b> Sufrir con paciencia los defectos de los demás.	<b>3</b> Hacer una breve lectura espiritual.	<b>4</b> Daré un buen consejo a quien lo necesite.	<b>5</b> Suprimir el postre el día de hoy.
<b>6</b> Acostarme más temprano de lo habitual.	<b>7</b> Agradecer al Señor todo lo que ha hecho por mí.	<b>8</b> Pedir por los sacerdotes.	<b>9</b> Mi primer saludo será para el Señor.	<b>10</b> Ofrecer este día al Señor.	<b>11</b> Pedir ayuda a los ángeles custodios.	<b>12</b> Responder amablemente a alguna ofensa.
<b>13</b> Ayudar con un poco más en la colecta.	<b>14</b> Pasar 10 minutos en silencio.	<b>15</b> Ser amable al conducir.	<b>16</b> Regalar alguna ropa que ya no uso.	<b>17</b> Ordenar las cosas de la casa u oficina.	<b>18</b> Contactar un familiar que hace tiempo no ves.	<b>19</b> Moderar las llamadas de celular.

## **LAS OBRAS DE MISERICORDIA**

Las “obras de misericordia” son un hermoso catálogo de acciones, o mejor, de sentimientos y actitudes, que hacen efectivo y concreto el precepto del amor fraterno, distintivo de los cristianos.

La Iglesia nos propone practicar y vivir estas “obras de misericordia” en todo tiempo y en toda ocasión; pero especialmente, nos las recuerda para que sepamos ponerlas en práctica a lo largo de la Cuaresma, como una buena preparación al Misterio Pascual de Cristo.

### **Corporales:**

- 1a.** Visitar a los enfermos.
- 2a.** Dar de comer al hambriento.
- 3a.** Dar de beber al sediento.
- 4a.** Dar posada al peregrino.
- 5a.** Vestir al desnudo.
- 6a.** Socorrer a los presos.
- 7a.** Enterrar a los muertos.

### **Espirituales:**

- 1a.** Enseñar al que no sabe.
- 2a.** Dar buen consejo al que lo necesita.
- 3a.** Corregir al que yerra.
- 4a.** Perdonar las injurias.
- 5a.** Consolar al triste.
- 6a.** Sufrir con paciencia los defectos de nuestro prójimo.
- 7a.** Rogar a Dios por los vivos y los difuntos.