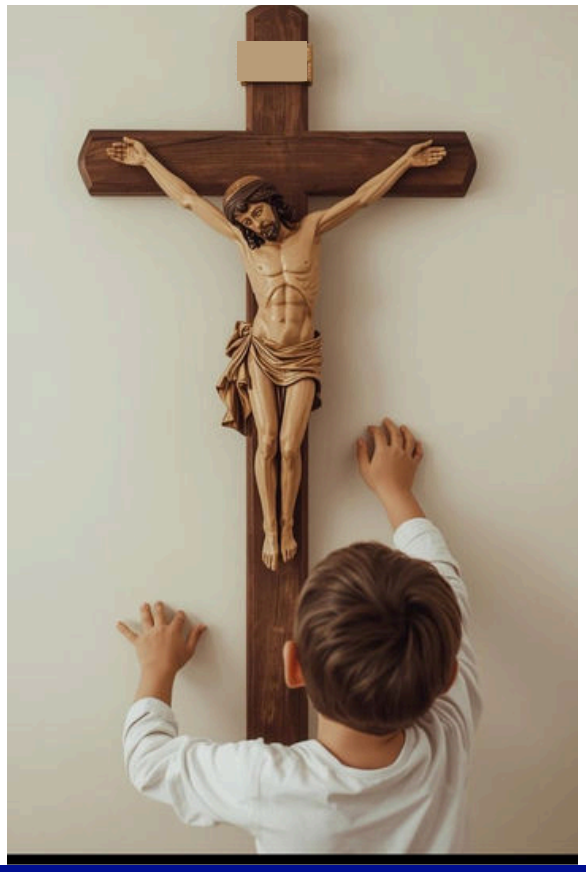


Vivir la Cuaresma en familia

La Cuaresma es un tiempo litúrgico especialmente significativo en la vida de la Iglesia, que nos invita a la conversión del corazón, a la renovación interior y a la preparación para vivir con profundidad la Pascua del Señor. Es una oportunidad privilegiada para reencontrarnos con Cristo, dejarnos transformar por su amor y renovar nuestro compromiso de vivir como cristianos auténticos. ¿Cómo vivirla en familia?

Enseñar que la fe se encarna en la vida diaria

La familia es la primera escuela de fe y de amor. De ahí la importancia de vivir la Cuaresma en familia, mostrando a nuestros hijos que cuando la fe es profunda y real, se encarna en la vida diaria. El seguimiento de Cristo se construye a través de pequeños gestos vividos con constancia y sentido. La Cuaresma nos brinda una oportunidad única para enseñárselo a nuestros hijos.



Algunas ideas...

- **Reza en familia.** Busca momentos sencillos de oración en familia: al comenzar o terminar el día, dar gracias juntos por cómo ha ido un examen o lo bien que lo hemos pasado en una fiesta, encomendar una intención concreta... ¡Que vean que hacemos parte a Dios de nuestra vida cotidiana!
- **Pequeñas renuncias.** Propón a tus hijos que piensen en pequeñas renuncias a las que se comprometan por amor a Jesús y para preparar el corazón. El ayuno no es solo dejar de comer algo, también es reducir el uso del móvil, apagar la televisión un rato para conversar, o renunciar a algún capricho. No todo gira en torno al "me apetece", sino al "merece la pena". ¡Esta es la verdadera libertad interior!
- **Servir.** Enséñales que dar limosna es vivir la caridad en lo concreto. Ayudar sin que me lo pidan, pensar en los demás, compartir tiempo y atención, etc.
- **Háblale de tu fe.** Que tus hijos sepan cómo estás viviendo tú la Cuaresma. ¡Ellos crecen viendo lo que tú haces e imitándote!
- **Cine en familia.** ¿Y si os reserváis una tarde para ver una película religiosa en familia? Hay muchas que os pueden servir según la edad y que dan pie a hablar después de la vida de Jesús. Desde las clásicas como la Túnica Sagrada, Nazaret hasta otras más modernas como La Pasión o The Chosen.
- **Visitas y cultos en la Iglesia.** Durante estas semanas Sevilla se llena de cultos, besamanos, triduos, Via Crucis. ¡Aprovéchalo y organiza un plan en familia entorno a ello!
- **Historias de los Santos** Hay numerosos libros que cuentan la historia de los santos, adaptadas a todoas las edades. Habitualmente, a los niños les atraen estas historias. ¿Por qué no leer alguna y comentarla?

VOLVER A HIFAMILY HUB

VOLVER A RECURSOS PARA CASA