

Si compartes, se multiplica  
Aquí hay un joven que tiene cinco panes y dos peces (Jn 6,9)



## «CUARESMA: AYUNO»

*Buenos días del 26 Febrero al 2 de Marzo de 2018*

**Lunes:**

**En el nombre del padre...**

¡Buenos días! Ayer fue el segundo Domingo de Cuaresma, ¿recordáis lo que significa Cuaresma? Vamos a repasar...



En la Cuaresma recordamos los cuarenta días que Jesús pasó en el desierto, en estos días tuvo muchas dificultades, pero con esfuerzo y queriendo mucho a Dios consiguió superarlas.

La Cuaresma empieza el Miércoles de Ceniza y termina con la Fiesta de la Pascua. Durante este tiempo nosotros podemos prepararnos para acercarnos más a Dios ¿Cómo podemos hacerlo?

Siguiendo el ejemplo de Jesús y esforzarnos para llegar a tener un corazón puro y limpio.

Para comprender mejor:  
<https://www.youtube.com/watch?v=9inNwSQL6Gw>

**El Verdadero Ayuno.**



**Jesús, dame la capacidad y voluntad para:**

- Ayunar de palabras hirientes y transmitir frases de cariño.
- Ayunar de descontento y llenar de gratitud.
- Ayunar de enojos y ser más paciente.
- Ayunar de pesimismo y llenar de esperanza.
- Ayunar de preocupaciones y confiar en Dios.
- Ayunar de quejarme y mejor asombrarme con las cosas sencillas de la vida.
- Ayunar de las presiones, llenar de oración.
- Ayunar de juzgar a otros y descubrir al Jesús que vive en ellos.
- Ayunar de tristeza y amargura para alegrar el corazón.
- Ayunar de egoísmo y tener compasión por los demás.
- Ayunar de faltas de perdón y reconciliarme.
- Ayunar de palabras para llenar de silencio y escucha a los otros.

**Santa Manía**  
Inspiración Divina

**María Auxiliadora de los Cristianos...**



Si compartes, se multiplica  
Aquí hay un joven que tiene cinco panes y dos peces (Jn 6,9)



**Martes:**

## En el nombre del padre...

¡Buenos días! Continuamos aprendiendo más cosas sobre la Cuaresma. Hoy vamos a hablar de la palabra *ayuno* ¿Alguien sabe lo que significa? El ayuno es privarnos de algo que nos gusta para demostrar nuestro amor por Dios, y de esta forma acercarnos a Él y demostrarle lo que le queremos.



Jesús estuvo 40 días en el desierto para rezar. Lo pasó mal porque no tenía cosas para comer, pero gracias a sus oraciones y a su confianza en el Padre Dios, fue capaz de superarlo y de salir del desierto.

¿Qué os parece si hoy empezamos nuestro ayuno y hacemos el esfuerzo de no pedir chuches? ¿A qué otra cosa podrías renunciar?

**Para comprender mejor:**

<https://www.youtube.com/watch?v=qhmi41oYGv4>

**El Verdadero Ayuno.**



**Jesús, dame la capacidad y voluntad para:**

- Ayunar de palabras hirientes y transmitir frases de cariño.
- Ayunar de descontento y llenar de gratitud.
- Ayunar de enojos y ser más paciente.
- Ayunar de pesimismo y llenar de esperanza.
- Ayunar de preocupaciones y confiar en Dios.
- Ayunar de quejarme y mejor asombrarme con las cosas sencillas de la vida.
- Ayunar de las presiones, llenar de oración.
- Ayunar de juzgar a otros y descubrir al Jesús que vive en ellos.
- Ayunar de tristeza y amargura para alegrar el corazón.
- Ayunar de egoísmo y tener compasión por los demás.
- Ayunar de faltas de perdón y reconciliarme.
- Ayunar de palabras para llenar de silencio y escucha a los otros.

**Santa Mania**  
Inspiración Divina

## María Auxiliadora de los Cristianos...



Si compartes, se multiplica

Aquí hay un joven que tiene cinco panes y dos peces (Jn 6,9)



**Miércoles:**

**En el nombre del padre...**

La Cuaresma es una buena ocasión no solo para renunciar a algo que nos gusta, sino también para hacer algo positivo, voy a portarme mejor con mi familia, voy a compartir lo que tengo, a cuidar a mis amigos...

Vamos pensar en aquellas cosas que no hacemos bien y que vamos a hacer el esfuerzo de mejorar, igual que hizo Jesús. ¿Qué cosas estáis dispuestos a cambiar aunque os cueste trabajo? Por ejemplo a ser obediente aunque no me apetezca hacer lo que me diga mamá... (Que cuenten aquellas cosas por las que se van esforzar).



Para comprender mejor:

<https://www.youtube.com/watch?v=N4ev1Jyd1fs>

**El Verdadero Ayuno.**



**Jesús, dame la capacidad y voluntad para:**

- Ayunar de palabras hirientes y transmitir frases de cariño.
- Ayunar de descontento y llenar de gratitud.
- Ayunar de enojos y ser más paciente.
- Ayunar de pesimismo y llenar de esperanza.
- Ayunar de preocupaciones y confiar en Dios.
- Ayunar de quejarme y mejor asombrarme con las cosas sencillas de la vida.
- Ayunar de las presiones, llenar de oración.
- Ayunar de juzgar a otros y descubrir al Jesús que vive en ellos.
- Ayunar de tristeza y amargura para alegrar el corazón.
- Ayunar de egoísmo y tener compasión por los demás.
- Ayunar de faltas de perdón y reconciliarme.
- Ayunar de palabras para llenar de silencio y escucha a los otros.

**María Auxiliadora de los Cristianos...**



Si compartes, se multiplica  
Aquí hay un joven que tiene cinco panes y dos peces (Jn 6,9)



## Jueves:

### En el nombre del padre...

Buenos días, ¿Cómo lleváis la semana? ¿Habéis hecho algún esfuerzo por mejorar algo? ¿el qué? Fenomenal porque es tiempo de prepararnos y cambiar.

Como ya sabéis los jueves los dedicamos a un momento de interioridad.

En silencio y escuchando la música pensamos que más cosas positivas podemos hacer...

<https://www.youtube.com/watch?v=7Iny3n7Y4Q8>

**El Verdadero Ayuno.**

**Jesús, dame la capacidad y voluntad para:**

- Ayunar de palabras hirientes y transmitir frases de cariño.
- Ayunar de descontento y llenar de gratitud.
- Ayunar de enojos y ser más paciente.
- Ayunar de pesimismo y llenar de esperanza.
- Ayunar de preocupaciones y confiar en Dios.
- Ayunar de quejarme y mejor asombrarme con las cosas sencillas de la vida.
- Ayunar de las presiones, llenar de oración.
- Ayunar de juzgar a otros y descubrir al Jesús que vive en ellos.
- Ayunar de tristeza y amargura para alegrar el corazón.
- Ayunar de egoísmo y tener compasión por los demás.
- Ayunar de faltas de perdón y reconciliarme.
- Ayunar de palabras para llenar de silencio y escucha a los otros.

**Santa Mania**  
Inspiración Divina

## María Auxiliadora de los Cristianos...



Si compartes, se multiplica  
Aquí hay un joven que tiene cinco panes y dos peces (Jn 6,9)



**Viernes:**

**En el nombre del padre...**

Buenos días, ya se acerca el fin de semana y os propongo un reto, hemos hablado de que estamos en Cuaresma, y es tiempo de conversión y de prepararnos para la Pascua.



Os propongo unas tareas para el fin de semana:

<b>TAREA</b>
<b>Rezar por la mañana , da gracias al Señor por lo que tienes, por tu familia. Y pide por las personas que necesitan ayuda.</b>
<b>Abraza a tus seres queridos y diles cuanto les quieres.</b>
<b>Con ayuda de un adulto separa las cosas que ya no usas para donar a los niños necesitados.</b>
<b>Ayuda en casa a poner la mesa, a ordenar tu habitación...</b>
<b>Obedece las órdenes de mamá y de papá, que quieren lo mejor para ti.</b>
<b>Ayuna de algo que te guste, chocolate, chuches...</b>
<b>Comparte tus juguetes con hermanos o amigos.</b>
<b>Haz un dibujo con mucho cariño y regálalo a un familiar.</b>
<b>Rezar antes de dormir, en la oración pide perdón a por las cosas que no has hecho bien y pide ayuda a Dios para cambiarlas por cosas buenas.</b>



Si compartes, se multiplica

Aquí hay un joven que tiene cinco panes y dos peces (Jn 6,9)



¿Qué os parece? ¿Vais a ser capaces de hacerlo? Vamos a ver si podemos renunciar a aquello que nos gusta en un momento dado, como tuvo que hacer Jesús. A esforzarnos por ser mejores personas, y de eliminar esas que nos alejan de Dios. La semana que viene veremos quien lo ha hecho y que ha sentido.

**El Verdadero Ayuno.**



**Jesús, dame la capacidad y voluntad para:**

- Ayunar de palabras hirientes y transmitir frases de cariño.
- Ayunar de descontento y llenar de gratitud.
- Ayunar de enojos y ser más paciente.
- Ayunar de pesimismo y llenar de esperanza.
- Ayunar de preocupaciones y confiar en Dios.
- Ayunar de quejarme y mejor asombrarme con las cosas sencillas de la vida.
- Ayunar de las presiones, llenar de oración.
- Ayunar de juzgar a otros y descubrir al Jesús que vive en ellos.
- Ayunar de tristeza y amargura para alegrar el corazón.
- Ayunar de egoísmo y tener compasión por los demás.
- Ayunar de faltas de perdón y reconciliarme.
- Ayunar de palabras para llenar de silencio y escucha a los otros.

**Santa Mania**  
Inspiración Divina

**María Auxiliadora de los Cristianos...**

