

Cómo podemos pasar este tiempo de Cuaresma acercándonos más a Cristo y una disciplina cristiana.

### ORACIÓN

- Esfuércese por asistir a misa todos los días.
- Rezar el Santo Rosario.
- Lee la Biblia.
- Rezar el Viacrucis
- Perdonar y orar por aquellos que te han lastimado.
- Confesión humilde y de corazón.

### AYUNO

- Piense en un hábito / adicción que le ha impedido ser quien Dios te llama a ser. Deje ese hábito conscientemente durante la Cuaresma.
- Desconectarse de las redes sociales.
- Ayune comiendo sano y en familia.
- Ayune de la preocupación, la ansiedad y la amargura
- Evite los comentarios insensibles y crueles sobre los demás y los chismes.
- Ayune del pesimismo y las quejas, de juzgar a los demás y de la negatividad.
- Ayuna de la ira por las cosas y la hostilidad hacia las personas
- Ayuna de la justicia propia y los rencores
- Ayuna de la codicia y el engaño
- Ayuna de la envidia y la arrogancia.

LIMOSNAS: dinero, bienes, actos de caridad

- Haga limosnas durante esta cuaresma contribuyendo a la apelación de Ministerios Anuales 2021 (apelación del obispo).
- Cuide mucho a los enfermos y necesitados de nuestra familia y vecindario.