



Ya estamos a punto de iniciar el tiempo litúrgico llamado Cuaresma con el próximo Miércoles de Ceniza.

La Cuaresma es un tiempo de reflexionar y de prepararnos para acompañar a nuestro Señor en su pasión, muerte y resurrección.

No siempre tenemos claro todo esto y por lo mismo nuestros hijos no saben que la cuaresma se puede vivir en familia y así todos participamos de ésta preparación.

Aquí les dejo 5Tips para lograr vivir la cuaresma en familia

PRIMERO. EXPLICALES QUÉ ES

Como ya dijimos la cuaresma son los 40 días antes de la Semana Santa y nos sirven para prepararnos para vivir junto con Jesús su pasión muerte y resurrección.

El color de éste tiempo es el Morado que significa penitencia o preparación.

Si nosotros no lo tenemos claro no podemos explicárselo a nuestros hijos. Para esto podemos usar películas animadas donde se cuente la verdad sobre la vida de Jesús.

Si nuestros hijos ya son más grandes es bueno que además leamos la Biblia.

SEGUNDO. PREPARA ACTIVIDADES GRÁFICAS Y DIDÁCTICAS

Siempre podemos hacerles dibujos sencillos para que ellos los iluminen; y si no somos muy buenos para el dibujo existen algunos en línea listos para imprimir.

También es importante tener algo gráfico o tangible para que nuestros hijos vean como nos vamos acercando a la Semana Santa, a esto le podemos llamar calendario de Cuaresma.

Lo podemos hacer muy sencillo como un calendario de cuadros grandes y ahí vamos marcando con color morado los días que van pasando o lo podemos hacer un poco más completo y podemos organizar algún dibujo de un camino y marcar los días que vamos pasando y lo que vamos ofreciendo para prepararnos.

Otra actividad que nos ha funcionado muy bien es hacer una corona de espinas con una corona de ramas secas y las espinas se las ponemos con palillos de madera. La actividad consiste en que conforme van pasando los días y hacen sacrificios o buenas acciones van cambiando la espinas por flores para que cuando resucite Jesús ya tengamos una corona de flores para ofrecerle.

TERCERO. AYUNO Y ABSTINENCIA PARA NIÑOS

En el tiempo de cuaresma tenemos ayuno el Miércoles de Ceniza pero para los niños no es obligatorio, pero si podemos acostumbrar a nuestros hijos a hacer y a ofrecer pequeños sacrificios; no importa la edad que tengan.

Con mis hijos les pido que dejen de comer el dulce que tanto les gusta o que por ese día no vean algún programa de tv.

Lo importante es que lo ofrezcan así el sacrificio no quedará sin sentido.

CUARTO. LIMOSNA PARA NIÑOS

También es importante educar a nuestros hijos para que aprendan a ser caritativos y a dar limosna.

No tiene que ser sólo económica, también puede ser en especie. Cuando mis hijos eran pequeños lo que hacíamos era que íbamos juntando algo de despensa y en cuanto pasaba alguna persona a pedir ayuda les dábamos una bolsa de sopa o algún pan.

Ahora que ya están más grandes tenemos una alcancía donde ponemos todas las monedas y de ahí vamos dando a los que nos piden.

Otra forma es que si vemos que hay alguna necesidad en la parroquia, donamos algo más de lo normal y cuando ellos nos dicen que por que damos más si no tenemos tanto dinero, les decimos que es una caridad para las obras de Dios y ellos lo entienden y además aprenden.

QUINTO. NOSOTROS DEBEMOS SER LOS PRIMEROS

Es importante que nuestros hijos vean nuestro ejemplo. **Se trata de que tengamos en la familia un ambiente de recogimiento, austeridad y preparación por lo que es bueno evitar lujos en ésta época.**

Y me refiero también a las comidas en los días de abstinencia porque a veces he visto que por ser días que no se come carne, se gasta más por comprar mariscos que están muy caros. Así se pierde el sentido del sacrificio.

Podemos cambiar esos lujos por alguna comida a base de verduras o algún platillo de pescado pero no tan caro.

También nosotros podemos ofrecer sacrificios junto con nuestros hijos, así es más fácil que ellos aprendan de nuestro ejemplo.

La época de cuaresma es un tiempo de preparación por lo que también podemos aumentar nuestras devociones familiares rezando diario el rosario y cada viernes el vía crucis.

Ojalá que de verdad podamos vivir la Cuaresma en familia.