

Lección 19

No te veas triste.

Vision General de la lección:

Las tres prácticas de Cuaresma, oración, ayuno (mortificación) y limosna serán el foco de nuestras próximas lecciones. La idea general es conectarlos con el tema principal de la conversión hacia Cristo, el arrepentimiento del pecado, y la caridad, o el amor, hacia Dios y el prójimo. Hasta cierto punto, porque todo el año se centra en la oración, la oración se discutirá de una forma explícita, las Estaciones de la Cruz. Esta lección se centrará en el ayuno/mortificación

Oración de Aperturar: Señor Jesús, tal vez nunca me enfrente a la persecución que ha quitado la vida de muchos de tus seguidores, pero rezo por su fuerza y determinación. Cuando me acerco con mis adversarios, ya sean externos o internos, fortaléceme con valor y devoción. Lo pedimos por medio de Cristo nuestro Señor. Amén.

Sagrada Escritura: Evangelio de Mateo 6:16-18

Esto es parte del Evangelio del Miércoles de Ceniza que se lee todos los años. Deje que los estudiantes lo encuentren con un amplio silencio.

-hemos visto esa palabra hipócrita varias veces (significa actor): ¿alguna vez sientes que estás dando un show para que otros lo vean?

-¿Alguna vez has practicado el ayuno tan bien que cambió tu aspecto? ¿Te cambió como persona, no sólo como tu apariencia física?

-¿Qué es lo más difícil que has renunciado a la Cuaresma?

Catecismo #1430-34, 2015

Enseñanza:

1) **CCC 1430-1434:** Les animo a leer todo antes de presentarlo a nuestros estudiantes. Presta especial atención a 1431 y 1432, considerando la necesidad de conversión y arrepentimiento interior como el foco de por qué ayunamos y mortificamos nuestra carne; apartándose de la carne y nuestros deseos de tener un corazón concentrado en Dios.

2) **CCC 2015:** mortificación, tenemos que descuidar nuestros cuerpos, no son templos si los tratamos como un contenedor de basura. Hable sobre la necesidad de abstenerse del tiempo de pantalla, de las redes sociales en general, de estas cosas que pueden ser una fuente de distracción y damos demasiado tiempo a otros dioses.

3) Estas cosas no tienen que ser importantes: renunciar a la sal, la pimienta, el azúcar y la leche en su café, negarse música cuando está estudiando, tener una hora de dormir y despertar.

Preguntas para Dialogar:

-¿Cuál es la mayor indulgencia en tu vida? Lo que sabes que puedes prescindir de todo lo que

-¿Entiendes la conexión entre tu necesidad de conversión y arrepentimiento y mortificación/ayuno?

-¿Qué se puede hacer durante todo el año (como ningún pez los viernes espera solemnidades)?

-¿Qué podemos hacer como grupo para seguir mejor el camino de Cristo?

Frase de un Santo:

"Donde no hay oración y ayuno, están los demonios"-San Teófilo el Recluso