

# PROGRAMA CUARESMAL PARA NUESTRA PARROQUIA

+ **ORACIÓN COMUNITARIA DE LAUDES:** Todos los días de Cuaresma, **empezando el lunes día 19 a las 6´30h de la mañana**, iniciamos la jornada, con la oración de LAUDES. Será en el *Catecumenium* en la Sala Azul.

+ **VIA CRUCIS:** Todos los viernes de Cuaresma a las **12h de la mañana**, tendremos la oración contemplativa del *Via crucis*. Los viernes de Cuaresma son *días de abstinencia* de comer carne y, para los que lo deseen, **un día oportuno para poder ayunar y ayudar a los pobres.**

+ **SACRAMENTO DEL PERDÓN:** La Cuaresma es un tiempo propicio para acercarnos al Sacramento de la *Reconciliación y Penitencia*. **Todos los días, media hora antes de la Eucaristía.**

+ **ORACIÓN PERSONAL, AYUNO Y LIMOSNA:** Con las "tres armas" que la Iglesia nos invita a poner en práctica durante este tiempo, podemos **buscar un tiempo, en silencio, para leer la Escritura, el Evangelio del día y meditarlo.** La oración cuando va acompañada del **ayuno** tiene más fuerza y eficacia, tener presente la **identidad penitencial de los viernes, proponerse, de cara a Dios, sin que nadie más lo sepa, alguna renuncia ayuda a nuestro espíritu a estar en actitud de combate.** Por último, desprenderse del dinero, haciendo **limosna**, en secreto, cubre multitud de pecados y ayuda al sostenimiento y mantenimiento de las necesidades de los más pobres.

+ **REZAR EL ROSARIO Y PARTICIPAR EN LA EUCARISTÍA:** Siempre que podamos, **si es posible, cada día**, contemplar con María los Misterios de nuestra salvación que Ella ha vivido en primera persona, nos ayudará a sentir que no estamos solos, que nuestra Madre está con y por nosotros. También, la participación en la **Misa diaria**, para los que puedan, es un don inestimable. Ella es el *viático* el *Pan* que nos da fuerzas para el camino de la vida.