



Cada año, antes de comenzar la Cuaresma, el Papa nos regala un mensaje con el cual nos invita a reflexionar durante estos 40 días y sobre todo nos invita a llevarlo a la práctica en nuestro día a día.

Ahora que estamos comenzando este camino cuaresmal, estamos a tiempo de tomar este pequeño documento en cuenta para ponerlo en práctica en nuestra familia y disponernos para vivir una Semana Santa más plena.

Pero ¿cómo lograr involucrar a nuestros hijos en esta dinámica cuaresmal? Aquí te dejo mis *5Tips* para lograrlo.

### **PRIMERO. Hagamos un plan familiar de cuaresma.**

Es básico tener un plan, pero lo es más que todos los miembros de la familia lo conozcan para que lo puedan acoger, es decir, para que lo puedan hacer propio y lo caminemos juntos.

Si toda la familia entra en esa dinámica cuaresmal se vuelve más fácil todo ya que nos vamos acompañando y podemos implementar acciones muy concretas en las que todos podremos participar, cada uno a su nivel y conforme a su madurez, física y espiritual.

Recordemos que la cuaresma es un tiempo fuerte en cuanto a lo espiritual porque implica prepararnos, purificarnos, quitar lo que nos sobra, lo que nos hace pesados y nos impide caminar acompañando a Jesús en la próxima Semana Santa.

### **SEGUNDO. Veamos la Cuaresma como un caminar por el desierto.**

De manera particular la figura del desierto nos ayuda mucho a situarnos en este ambiente cuaresmal ya que el mismo Jesús fue llevado por el Espíritu al desierto y ahí pasó cuarenta días en los que no probó alimento y fue tentado por el diablo.

Esto nos hace muy gráfico lo que debemos hacer durante la cuaresma, por eso los viernes de cuaresma se nos invita a hacer ayuno y abstinencia, para mortificar un poco el espíritu y purificarlo de los apegos materiales y hasta de los espirituales.

En la cuaresma podemos sentir desolación, desánimo, tristeza profunda, angustia, etc. pero no debemos caer ante estas tentaciones que nos invitan a dejar este camino cuaresmal para volver al mundo y a todo lo que él nos invita, pero debemos tener fuerza de voluntad para resistir las tentaciones que el enemigo nos pone, llevando una vida de oración más profunda y ofreciendo todo a Dios.

Esto también lo pueden hacer nuestros hijos si tenemos un altar familiar con la Biblia abierta y con un lugar donde pongan un papelito por cada vez que sienten una tentación, por cada ofrecimiento de sus acciones o sentimientos o por cada oración realizada. Esto les ayuda mucho, sobre todo a los más pequeños, a darse cuenta de todo lo que van alcanzando y trabajando en esta cuaresma.

Al final, podemos llevar todos los papelitos a Misa y ofrecerlos ahí a Dios para que nuestros hijos vean que todo lo que hacemos y sentimos le puede dar gloria a Dios.

### **TERCERO. Veamos la realidad. Muchos factores nos alejan los unos de los otros.**

Es bueno que comencemos nuestro camino por el desierto cuaresmal desde una ubicación en la realidad, tanto familiar como personal. ¿A qué me refiero? A que debemos comenzar haciendo un examen de conciencia para ver en lo que tenemos que trabajar, lo que tenemos que purificar y poner en las manos de Dios para que nos ayude a superar en esta cuaresma.

Podemos también analizar qué tanta esperanza tenemos o si somos de los que creemos que ya no hay nada que hacer para que el mundo mejore y nos cruzamos de brazos, derrotados por los problemas actuales.

Es bueno ubicar nuestros puntos débiles, lo que más trabajo nos cuesta superar, lo que nos hace falta perdonar, lo que debemos trabajar para no volver a caer en la tentación, para hacer un plan familiar y personal de trabajo en esta cuaresma.

### **CUARTO. En cuaresma actuar es detenerse.**

Debemos tener en cuenta que en este tiempo las acciones son más interiores, es decir, que implican detener nuestro ritmo de vida y voltear hacia dentro de nosotros para ver qué nos duele o incomoda de nuestras acciones, no de las de los demás, que podamos cambiar para acercarnos más al actuar de Jesús en cada situación.

Podemos hacer un alto para entrar en oración y estar en comunicación más cercana con Dios, para contarle nuestras cosas y pedirle las virtudes que nos hacen falta para acompañarle en la Semana Santa. Y con nuestros hijos podemos hacer una dinámica para que también ellos, a su nivel, hagan más oración y dialoguen con Dios.

Podemos y debemos propiciar espacios y tiempos de oración familiar y personal.

Pero esta oración se debe ver traducida en obras de misericordia y la cuaresma es el tiempo perfecto para practicarlas desde lo más profundo de nuestro corazón.

Podemos proponernos como familia, hacer un alto en la vida cotidiana y dedicar tiempo a realizar obras de misericordia, materiales o espirituales, permitiendo que nuestros hijos las conozcan y las pongan en práctica.

**Y QUINTO. Que se libere el amor que hace nuevas todas las cosas, empezando por las más pequeñas y cercanas.**

Debemos recordar que no hay amor más grande que el que da la vida por sus hermanos, sobre todo los que están más necesitados; y no tenemos que irnos muy lejos, debemos empezar con los que tenemos junto, con nuestra familia y vecinos.

Y no es necesario hacer cosas exageradas o muy elaboradas, debemos comenzar por las más pequeñas y sencillas, eso que a diario nos cuesta trabajo superar y que nos lo dicen a cada rato, eso que nos incomoda porque "lo volvimos a hacer".

Nuestros hijos también pueden aprender a poner amor a las cosas pequeñas que se les presentan en el día a día y buscar ayudar al que lo necesita en lo cotidiano, haciendo extraordinario lo ordinario, desde el Amor que Dios nos regala para superar nuestras limitaciones y para compartirlas con los que pone en nuestro camino.

Si logramos poner esto en práctica tendremos una cuaresma muy especial y dedicada a preparar nuestro corazón para acompañar a Jesús en su Pasión, Muerte y Resurrección.

Dios te bendiga y la Santísima Virgen María te cubra con su manto.