

## GUÍA DE ESTUDIO

**Nombre del estudiante:** \_\_\_\_\_ **Grado:** 6° y 7°

**Nombre del docente:** \_Angélica Domínguez\_

**Asignatura:** \_\_\_\_\_Religión\_\_ **Semana:** \_\_\_Del 23 al 27 de marzo

**Tema:**

ME PREPARO PARA LA CUARESMA

**Objetivo:**

Fomentar los compromisos de mejora, todos ellos orientados a un cambio personal

**Indicadores de logro:**

Preparación personal para vivir el Misterio de la Muerte y Resurrección de Jesús.

**Actividades:**

**Actividad #1: Lee y analiza lo siguiente**

Los pilares de la cuaresma, nos prepara para caminar como Jesús quiere, para entregar la cruz de cada día y decidir cambiar y renovar el deseo de seguirlo.

Después de reflexionar con los tres pilares de la cuaresma, resuelve el taller, guiado de una Biblia.

**Evaluación: (Formativa/ sumativa )**

Formativa

**Bibliografía:**

[www.catholic.net](http://www.catholic.net)

**PARA LEER Y REFLEXIONAR**

01

CUA  
RES  
MA

# LA LIMOSNA

1/3

**QUÉ ES**

Es la acción que lleva al cristiano a **volverse al prójimo**, amarlo, escucharlo y darle su tiempo, ayuda, consejo, dinero, casa, compañía, afecto. No se limita a dar bienes materiales, es la entrega de uno mismo. Se basa en la **CARIDAD**, el amar a Dios y a los demás como uno mismo. Es unirse a Cristo en su pobreza.

## CÓMO VIVIRLA



▶ Dedicar tiempo a la familia, el estudio, el trabajo.



▶ Ayudar material y servicialmente al prójimo y al necesitado.



▶ Ayudar espiritualmente al prójimo: en casa, en la parroquia y otras asociaciones.

▶ Vivir las virtudes generosamente: caridad, perdón, paciencia, etc.

**"YO NO  
PRESTO, YO DOY.  
¿ACASO DIOS NO ME  
DA ANTES A MI?"**

SANTO CURA DE ARS



PILARES DE LA CUARESMA | FUENTE: CATHOLIC.NET

02

CUA  
RES  
MA

# EL AYUNO

2/3

**QUÉ ES**

El **AYUNO** es **restricción del consumo del mundo**, es privación en honor de Dios. En sentido estricto es **moderación en la comida**, haciendo, en el día que se practique, una comida regular y austera y dos pequeñas. Durante la Cuaresma se practica el **Miércoles de Ceniza** y el **Viernes Santo**. La **ABSTINENCIA** se practica los viernes de Cuaresma (no se comen carnes rojas, solo pescado y mariscos).

## CÓMO VIVIRLO



▶ Moderación en la comida y la bebida.



▶ Reducir gastos de viajes, vestido y bienes materiales.



▶ Moderación en el consumo de Internet, TV, espectáculos.

▶ Evitar el pecado, en especial los de la carne: pereza, gula y lujuria.

**"EL AYUNO  
NO ES UNA CUESTIÓN  
DE ESTÓMAGO, SINO  
DE CORAZÓN."**

SAN AGUSTÍN



PILARES DE LA CUARESMA | FUENTE: CATHOLIC.NET

03

CUA  
RES  
MA

# LA ORACIÓN

3/3

**QUÉ ES**

Es la acción que lleva al hombre a **volverse a Dios**, a mirarlo y contemplarlo, a escucharlo, hablarle y a unirse a Él sacramentalmente, **celebrando con alegría los misterios de la Redención del mundo**. Es lo que le da sentido a las prácticas de Cuaresma, las cuales deben llevarnos a acercarnos a Dios

## CÓMO VIVIRLA



▶ Meditación de la Sagrada Escritura, lectura de escritos de santos, padres de la Iglesia, etc.



▶ Recibir los sacramentos regularmente (Confesión y Eucaristía).



▶ Actos diarios de consagración o devoción personal.

▶ Asistir a retiros, jornadas de oración, ejercicios espirituales, etc.

**"LA ORACIÓN DILATA EL  
CORAZÓN HASTA EL  
PUNTO DE HACERLO  
CAPAZ DE CONTENER  
EL DON QUE DIOS NOS  
HACE DE SÍ MISMO"**

MADRE TERESA



PILARES DE LA CUARESMA | FUENTE: CATHOLIC.NET

## Miércoles de Ceniza

Mateo 6, 1-6. 16-18

En este tiempo litúrgico, la iglesia nos invita a practicar de manera especial tres propuestas de Jesús:

*(Busca en el evangelio y escribe las citas bíblicas. Luego une con una flecha los textos con los dibujos y coloréalos )*

Mateo 6, 3-4

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Mateo 6, 6

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Mateo 6, 17

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## Sabías que...?

Recuerda una antigua tradición del pueblo Hebreo, que cuando se sabían en pecado o cuando se querían preparar par una fiesta importante en la que debían estar purificados se cubrían de cenizas y vestían con un saco de tela áspera. De esta forma nos reconocemos pequeños, pecadores y con necesidad de perdón de Dios, sabiendo que del polvo venimos y que al polvo vamos.

