

IDEAS PARA LA CUARESMA

ABSTINENCIA

Citas bíblicas

1 Corintios 9,25

Gálatas 5,16ss

1 Pedro 2,11

1 Tesalonicenses 5,8

Daniel 10,3

Mateo 4,1

Lucas 2,37

Hechos 13,2

PODRIAS LEER Y ESTUDIAR ALGO ACERCA DE LA CUARESMA.

<https://goo.gl/dGCiU6>

Abstinencia La ley de abstinencia exige a un Católico de 14 años de edad y hasta su muerte, a abstenerse de comer carne los Viernes en honor a la Pasión de Jesús el Viernes Santo. La carne es considerada carne y órganos de mamíferos y aves de corral. También se encuentran prohibidas las sopas y cremas de ellos. Peces de mar y de agua dulce, anfibios, reptiles y mariscos son permitidos, así como productos derivados de animales como margarina y gelatina sin sabor a carne.



Canon 1252 La ley de la abstinencia obliga a los que han cumplido catorce años; la del ayuno, a todos los mayores de edad, hasta que hayan cumplido cincuenta y nueve años. Cuiden sin embargo los pastores de almas y los padres de que también se formen en un auténtico espíritu de penitencia quienes, por no haber alcanzado la edad, no están obligados al ayuno o a la abstinencia.

Con estos sacrificios, se trata de que todo nuestro ser (espíritu, alma y cuerpo) participe en un acto donde reconozca la necesidad de hacer obras con las que reparemos el daño ocasionado con nuestros pecados y para el bien de la Iglesia.

LA ABSTINENCIA que Dios quiere:

1. Que no seas esclavo del consumo, los juegos, las modas.

IDEAS PARA LA CUARESMA

2. Que te abstengas de tanta televisión y de tanto DVD..
3. Que frecuentes menos bares, discotecas y lugares parecidos.
4. Que no seas esclavo del sexo ni de nada.
5. Que te abstengas de toda violencia.
6. Que respetes todo ser vivo.
7. Que te abstengas de palabras ociosas y necias.
8. Que te alimentes de la palabra de Dios.
9. Que comas la carne de Dios.
10. Que ofrezcas al Señor estar menos tiempo conectado a Internet durante Cuaresma (*navegación, redes sociales, etc*)
Que ofrezcas al Señor utilizar sólo lo imprescindible el teléfono móvil o enviar menos mensajes por WhatsApp.

Recomendación: Preséntale al Señor una lista de propósitos para esta Cuaresma con el fin de esforzarte por quitarte defectos y ser mejor persona y estar más cerca del Señor.