

UNA ORACIÓN DE 10 MINUTOS EN PREPARACIÓN PARA LA CUARESMA

Al inicio de la Cuaresma, con esta breve actividad, presente Plato de Arroz de CRS a los alumnos.

PREPARACIÓN:

Distribuya los Platos de Arroz de CRS y dé tiempo a los alumnos para ensamblarlos. Ellos deben tener a la mano los **calendarios de Cuaresma** adjuntos para esta actividad.

GUÍA

Durante la Cuaresma, los católicos hacemos tres cosas para acercarnos más a Dios: orar, ayunar y dar limosna. Estos son los tres pilares de este tiempo litúrgico. El calendario y el Plato de Arroz nos guiarán al reflexionar sobre nuestra responsabilidad de cuidar, acompañar y ayudar a los miembros de nuestra familia humana que pasan necesidad, en particular a aquellos que sufren hambre y desnutrición, agravados por el cambio climático.

En Cristo todos somos hermanos, ¿cómo no cuidarnos unos a otros? Durante estos 40 días, nosotros también estamos llamados a estar atentos a las necesidades de nuestros hermanos, solidarizarnos, sentir compasión y tomar medidas para no dejarlos solos. Dios nos pide que vivamos sirviendo al prójimo, viendo a Jesús en cada persona, sin importar quién es o la fe que profesa.

LECTOR 1

El primer pilar de la Cuaresma es la oración. Rezamos para crecer en nuestra relación con Dios y pedirle que nos guíe en nuestras vidas. En nuestra oración, también le damos gracias a Dios por los dones que hemos recibido y rezamos por quienes experimentan necesidades de cualquier tipo: físicas, espirituales o emocionales.

Invite a los alumnos a buscar la oración de Cuaresma en sus Platos de Arroz de CRS y léanla juntos en voz alta. Anímelos a leer en casa, con sus familias, las reflexiones diarias que se encuentran en sus calendarios.

LECTOR 2

El segundo pilar es el ayuno. Al ayunar, dejamos de consumir algo para volvernos más conscientes de los retos que enfrentan nuestros hermanos que pasan hambre en todo el mundo. Iluminados por el Espíritu Santo, reconocemos que su bienestar es importante y está conectado con el nuestro.

Invite a los alumnos a probar las recetas sin carne que aparecen en sus calendarios de Cuaresma con sus familias. Anime a los alumnos a ayudar a otros poniendo el dinero que ahorran al comer de manera sencilla en sus Platos de Arroz.

LECTOR 3

El tercer pilar de la Cuaresma es la limosna. La limosna es el acto de dar a quien necesita, motivados por la compasión. Cuando damos dinero o realizamos alguna obra de caridad, reconocemos que hay personas que no cuentan con lo necesario para vivir dignamente, honramos el llamado de Jesús de velar por nuestro prójimo, servirlo, y compartir con ellos los dones que hemos recibido. En esta Cuaresma, iremos a Honduras, Filipinas y Kenia para conocer cómo muchas familias trabajan para transformar sus vidas con el apoyo de nuestros sacrificios a través de Plato de Arroz de CRS.

Invite a los alumnos a ver las historias y fotos que aparecen en sus calendarios de Cuaresma. Anímelos a leer estas historias en casa con sus familias.

GUÍA

Dios de la Esperanza,

Rezamos para que las oraciones, recetas e historias de Plato de Arroz nos ayuden a reconocer el rostro de Cristo en nuestros hermanos alrededor del mundo, y, al hacerlo, nos acerquemos más a Ti durante este tiempo de Cuaresma. Al comenzar nuestra jornada de 40 días, te pedimos que bendigas estos Platos de Arroz y caminos con nosotros abriendo nuestros corazones a nuestra familia humana.

Amén