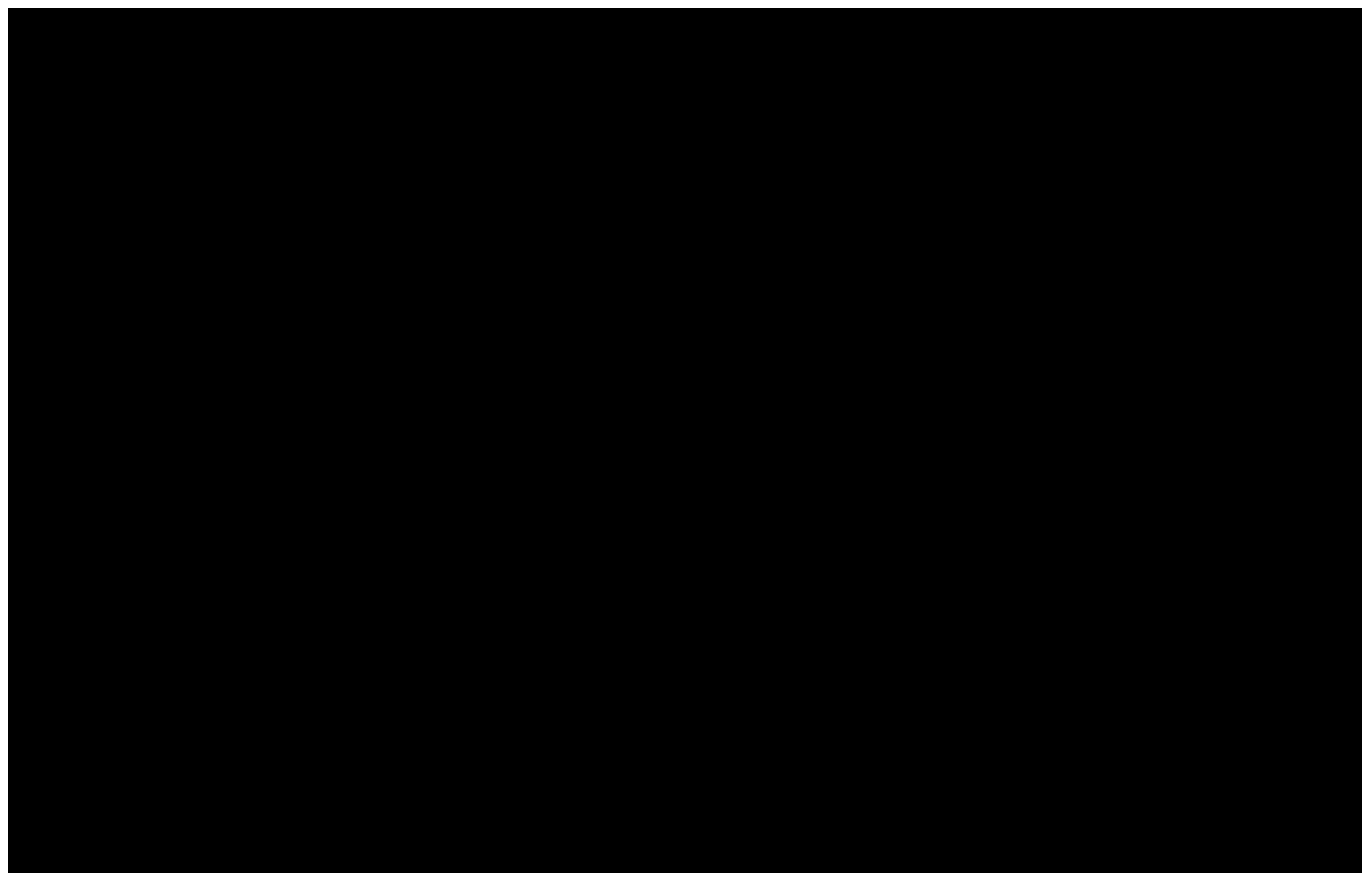


15 actes de caritat per a la Quaresma

Una quinzena de consells solidaris per viure aquest període litúrgic més intensament

17 febrer, 2016 - ESGLÉSIA DE BARCELONA



En aquest període litúrgic que és la Quaresma i de preparació interior de la Pasqua, la festa més important del calendari cristià, us proposem 15 actes de caritat per portar a terme com a bon cristià:

1. Somriure perquè un cristià sempre és alegre
2. Donar les gràcies tot i que no hagi de fer-ho
3. Recordar els altres quan els estimes
4. Saludar amb alegria aquestes persones que veus diàriament

5. Escoltar la història de l'altre sense prejudicis i amb amor
6. Aturar-te per ajudar i estar atent a qui et necessita
7. Aixecar els ànims a algú
8. Celebrar els èxits d'un altre
9. Seleccionar el que no fas servir i regalar-ho a qui ho necessita
10. Ajudar quan sigui necessari perquè l'altre descansi
11. Corregir amb amor i no callar per por
12. Tenir bons detalls amb els que estan a prop teu
13. Netejar el que es fa servir a casa
14. Ajudar els altres a superar obstacles
15. Trucar per telèfon als teus pares, si tens la fortuna de tenir-los

Com en tot període de Quaresma també hi trobem el dejuni. Però no és només un dejuni alimentari sinó que va més enllà:

Evitar paraules colpidores i transmetre paraules bondadoses

Evitar descontents i omplir-se de gratitud

Evitar disgustos i omplir-se de mansuetud i de paciència

Evitar el pessimisme i omplir-se d'esperança i optimisme

Evitar preocupacions i omplir-se de confiança en Déu

Evitar les queixes i omplir-se de les coses senzilles de la vida

Evitar pressions i omplir-se d'oració

Evitar les tristeses i l'amargor i omplir-se d'alegria el cor

Evitar l'egoisme i omplir-se de compassió per els altres

Evitar la falta de perdó i omplir-se d'actituds de reconciliació

Evitar les paraules i omplir-se de silencis per escoltar els altres