

PIENSA COMO UN APÓSTOL

# RETO CUARESMAL PARA OBTENER UNA MENTALIDAD APOSTÓLICA



CALENDARIO Y CONTENIDO

## Introducción

Vivimos en un tiempo único, un tiempo que requiere que los católicos aceptemos el reto de aprender a pensar y actuar como los primeros discípulos. Hoy más que nunca, debemos adoptar una mentalidad apostólica.

Por eso, los animamos a invitar a sus feligreses a vivir esta Cuaresma de manera más intencional y a tomar pasos concretos que les ayuden a adquirir una mentalidad apostólica. Con este motivo, hemos diseñado un calendario cuaresmal con tareas y prácticas basadas en las cinco cualidades claves que definen al discípulo que posee una mentalidad apostólica. Esta herramienta ayudará a los fieles a transformar su mente y corazón.

Pueden utilizar este calendario de distintas maneras para el provecho de sus feligreses. Lo pueden incluir en el boletín dominical, pueden imprimirlo y tener varias copias disponibles en algún lugar de la iglesia o se lo pueden recomendar a los distintos grupos parroquiales.

Además, los invitamos a leer la última edición de la revista de *El Pueblo Católico*, titulada “Aprende a ver como un discípulo”, que explica cada una de estas cualidades. Para obtener más información, pueden visitar [elpueblocatolico.org](http://elpueblocatolico.org).

Pedimos a Cristo que estas cualidades formen parte de nuestra vida diaria y que nos equipen mejor para ser los discípulos que estamos llamados a ser.

Descarga  
recursos para tu parroquia:

[DENVERPARISH.ORG/LENT22](http://DENVERPARISH.ORG/LENT22)

## Retos semanales

Puedes obtener imágenes e infografías para las redes sociales en **denverparish.org/lent22** o las puedes compartir cuando se publiquen en *El Pueblo Católico* u otra página de la arquidiócesis.



### Semana 1: El apóstol sabe que tiene un llamado único del Padre (3/6 – 3/12)

**Versículo para memorizar:** *“Así te habla Yavé, que te ha creado, Jacob, o que te ha formado, Israel. No temas, porque yo te he rescatado; te he llamado por tu nombre, tú eres mío”. (Isaías 43,1)*

- » Descubre cuáles son tus dones y talentos utilizando una herramienta de evaluación de temperamento. (link)
- » Sé voluntario en tu parroquia.
- » Usa uno de tus dones o talentos para ayudar a una persona.
- » Haz una lista de cinco cosas que te hacen feliz para crear un hábito de gratitud.
- » Haz un examen de conciencia: reflexiona sobre el día y sobre cómo Dios estuvo presente.



### Semana 2: El apóstol imita a Cristo sin importar el precio (3/13 – 3/19)

**Versículo para memorizar:** *“Si alguno quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz y sígame. Porque todo el que quiera salvar su vida, la perderá; y el que pierda su vida por causa de mí, la hallará”. (Mateo 16,24-25)*

- » Reza el viacrucis con la disposición de perdonar a las personas que necesitas perdonar.
- » Da limosna: renuncia a una cosa que te brinde comodidad (además de tu penitencia cuaresmal).
- » Ayuna y abstente de comer carne el miércoles y el viernes.
- » Regala cosas materiales que no necesites o que ya no uses.
- » Apártate un momento y ora, como lo hizo Jesús; haz una hora santa

Descarga  
recursos para tu parroquia:

**DENVERPARISH.ORG/LENT22**



### Semana 3: El apóstol confía plenamente en el Espíritu Santo (3/20 - 3/26)

**Versículo para memorizar:** *“Y la esperanza no avergüenza; porque el amor de Dios ha sido derramado en nuestros corazones por el Espíritu Santo que nos fue dado”. (Romanos 5,5)*

- » Reza una decena del rosario y medita sobre el don del Espíritu en Pentecostés.
- » Reza la letanía de la confianza. (link)
- » Carga un rosario en tu bolsillo y pide a Dios la gracia de ceder el control y confiar en él.
- » Haz algo que esté fuera de tu zona de confort.
- » Ora en silencio durante una hora escuchando atentamente la voz del Espíritu Santo; si percibes una señal, respóndele! No te quedes pensando.



### Semana 4: El apóstol está convencido del poder del Evangelio (3/27 - 4/2)

**Versículo para memorizar:** *“En el mundo tendrás aflicción. Pero confía; yo he vencido al mundo”. (Juan 16,33)*

- » Novena de abandono
- » Ora y medita sobre tus promesas bautismales.
- » Lee el Evangelio todos los días.
- » Únete a un estudio de Biblia (o invita a alguien más a aprender contigo).
- » Regala una Biblia a una persona, escuela, prisión, etc. (o invita a alguien a leerla).
- » Lee y aprende sobre los Padres de la Iglesia.



### Semana 5: El apóstol es un testigo alegre y contracultural (4/3 - 4/9)

**Versículo para memorizar:** *“Les he dicho todas estas cosas para mi alegría esté en ustedes y su alegría sea completa”. (Juan 15,11)*

- » Confiésate.
- » Medita: ¿Tengo “falsos ídolos” en mi vida: cosas o personas que pongo antes que Dios? Entrégalos a Dios con alegría.
- » Ve a Misa al menos una vez entre semana.
- » Reza el rosario afuera de una clínica de abortos o en otro lugar público.
- » Comparte alegremente con alguien el mensaje del Evangelio.

Descarga  
recursos para tu parroquia:

[DENVERPARISH.ORG/LENT22](https://denverparish.org/lent22)

## Contenido digital para tus redes sociales

Puedes obtener imágenes e infografías para las redes sociales en **denverparish.org/lent22** o las puedes compartir cuando se publiquen en *El Pueblo Católico* u otra página de la arquidiócesis. Abajo encontrarás algunos ejemplos de lo que puedes bajar y compartir.



Descarga  
recursos para tu parroquia:

**DENVERPARISH.ORG/LENT22**