

INDICAZIONI DEL PAPA PER LA QUARESIMA

Prestate attenzione.....

Arriva il periodo di Quaresima...

Per quelli che staranno 40 giorni senza bere.... mangiare cioccolato, senza bibita, senza fumare, senza spettegolare e..... ecc...

A nulla serve questo per essere una persona migliore...

Ecco la lezione di Papa Francesco:

Per la quaresima il papa Francesco propone 15 semplici atti di carità che ha citato come manifestazioni concrete d'amore:

- * 1. Sorridere, un cristiano è sempre allegro!
- * 2. Ringraziare (anche se non "bisogno" farlo).
- * 3. Ricordare all'altro quanto lo ami.
- * 4. Salutare con gioia le persone che vedi ogni giorno.
- * 5. Ascoltare la storia dell'altro, senza processo, con amore.
- * 6. Stop per aiutare. Stare attento a chi ha bisogno di te.
- * 7. Animare qualcuno.
- * 8. Riconoscere i successi e le qualità dell'altro.
- * 9. Separare ciò che non usi e dare a chi ha bisogno.
- * 10. Aiutare qualcuno in modo che possa riposare.
- * 11. Correggere con amore; non tacere per paura.
- * 12. avere finezze con quelli che sono vicino a te.
- * 13. Pulire ciò che si è sporcato a casa.
- * 14. aiutare gli altri a superare gli ostacoli.
- * 15. Telefonare o visitare + i vostri genitori.

Il miglior digiuno

- Digiuno di parole negative e dire parole gentili.
- Digiuno di malcontento e riempirsi di gratitudine.
- Digiuno di rabbia e riempirsi con mitezza e pazienza.
- Digiuno di pessimismo e riempirsi di speranza e ottimismo.
- Digiuno di preoccupazioni e riempirsi di fiducia in Dio.
- Digiuno di denunce e riempirsi con le cose semplici della vita.
- Digiuno di tensioni e riempirsi con preghiera.
- Digiuno di amarezza e tristezza e riempire il cuore di gioia.
- Digiuno di egoismo e riempirsi con compassione per gli altri.
- Digiuno di mancanza di perdono e riempirsi di riconciliazione.
- Digiuno di parole e riempirsi di silenzio per ascoltare gli altri... assicurati, aiuterà molte persone..

