

Una experiencia dominical poderosa

Formas de fortalecer tu experiencia en la misa

Chequeo

¿Cuán poderosa es hoy tu experiencia en la misa? (por favor califica): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Plan de acción

(elige un ejercicio de cada categoría, escríbelo en el espacio provisto y reserva un momento y un lugar para completarlo).

Preparación (Antes de la misa):

- Lee el Evangelio dominical antes de la misa.
- Ora: "Dios, muéstrame una manera en esta misa, que puedo ser la mejor versión de mí mismo".
- Escribe los nombres de tres personas por quienes vas a rezar durante la misa.
- Sal de su casa temprano para que sea más fácil encontrar un asiento.

Antes de la misa, haré lo siguiente_____.

Participación (Durante la misa):

- Escucha las palabras claves en las lecturas, los himnos, las oraciones y la homilía. Escribe estas palabras en un diario para reflexionar más adelante.
- Anima a otros a ser pacientes mientras tu parroquia resuelve las cosas. Recuerda enfocarte en el progreso y no en la perfección.

Durante la misa, haré lo siguiente_____.

Reflexión (Después de misa):

- Siéntate con Dios en la clase del silencio durante al menos diez minutos después de la misa, y reflexiona sobre tu experiencia.
- Inviere tiempo para reflexionar como familia. Habla sobre las lecturas y la homilía. Comparte tus reflexiones después de la misa o tal vez alrededor de la mesa. Algunas preguntas que podrías hacer son: "¿Qué mensaje recibiste hoy en misa?" o "¿Por qué crees que Dios quería que escucharas ese mensaje esta semana?"

Después de la misa, haré lo siguiente_____.

Padre amoroso, a veces me cuesta sentirme más cerca de ti porque la experiencia en la misa es muy diferente en este momento. Por favor, ayuda a que mi mente supere esta diferencia, para que pueda acercarme más a ti y convertirme en la persona que has creado, comenzando aquí mismo en esta misa. Ayúdame a tener una experiencia poderosa contigo hoy. Amén.