

EJERCICIOS  
ESPIRITUALES  
de Cuaresma 2024

Los niños aprendemos a vivir juntos,  
en comunión y participación



# ¡Amiguito!

## Bienvenido a tus Ejercicios Espirituales 2024

*Disfrútalos y escucha al Espíritu de Dios que te invita a caminar junto con otros en la comunión (la unión con los demás) creando vínculos, tomando acuerdos, cultivando la pertenencia y siendo misionero del amor. Prepara así tu corazón para vivir la Pascua del Señor.*

### Índice

- |                                                                      |    |
|----------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Vivimos la comunión y participación... escuchando a Dios          | 2  |
| 2. Vivimos la comunión y participación... creando vínculos           | 5  |
| 3. Vivimos la comunión y participación... tomando acuerdos           | 8  |
| 4. Vivimos la comunión y participación... cultivando la pertenencia  | 11 |
| 5. Vivimos la comunión y participación... siendo misioneros del amor | 14 |

# Los niños aprendemos a caminar juntos, en comunión y participación



**Ejercicios Espirituales para Niños 2024** Los niños aprendemos a vivir juntos, en comunión y participación

**Autor y editor:** Ediciones Casa del Catequista S.A. de C.V.

**Dirección editorial:** María Elena Ocegueda Juárez **Coordinación editorial:** Ma. Elena Cabrera Armenta

**Responsable de producción:** Joaquín Moya **Diseño y Diagramación:** Beatriz Olmos

SESIÓN

1

# Vivimos la comunión y participación... escuchando a Dios



Miro mi realidad y pido a Dios

Dios te invita a vivir la comunión estando a su escucha. ¿Qué situaciones te ponen a la escucha de Dios? ¿Cuáles situaciones te impiden la escucha de Dios? Dibújalas:

Me ponen a la escucha de Dios:

Me impiden la escucha de Dios:

Pide el don a Dios

**“Dios amoroso y tierno, que siempre estás a nuestro lado, te pedimos que nos concedas el don \_\_\_\_\_”.**

Lee

*“Escucha, Israel, el Señor es nuestro Dios, el Señor es uno. Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma, y con todas tus fuerzas. Guarda en tu corazón estas palabras que hoy te digo”.*

(Dt 6, 4-6)

## Una luz para tu fe



Dios nos dice “escucha”, lo primero que nos pide es que estemos atentos a su voz. Escuchar a Dios nuestro Señor para amarlo con todo el corazón, con toda el alma y con toda la fuerza. Escuchar requiere humildad, paciencia, valentía, poner el corazón y el alma.

Escuchar es mucho más que oír. Escuchar se refiere a comunicación, y necesita cercanía, hacer silencio, prestar atención.

Para vivir la comunión (unión), como verdaderos hermanos, hijos de un solo Dios, necesitamos escuchar al Señor, y quien escucha a Dios, escucha también al hermano, escucha sus consejos, escucha su necesidad de ser ayudado. Dios mismo se relaciona con nosotros y lo primero que hace es escucharnos, escucha lo que le pedimos y lo que le platicamos en la oración.

## Memoriza

En hebreo la palabra escucha es: “Shema”. Escuchar significa prestar atención, tener deseo de comprender, de valorar y respetar al otro.

## Luces y engaños

En nuestra mente y corazón tenemos pensamientos y sentimientos que buscan el bien, el amor, la verdad, la comunión, impulsándonos a realizar lo que es bueno, noble y recto, a eso le llamamos luces e inspiraciones del Espíritu de Dios. Pero también podemos tener pensamientos y sentimientos de egoísmo, envidia, mentiras, desconfianza, a eso le llamamos engaños del mal espíritu.

Siguiendo el ejemplo, completa el ejercicio.

**Cuando quiero escuchar a Dios, escuchar los buenos consejos de mis papás, y escuchar que alguna persona necesita ayuda y caridad:**



La voz del **mal espíritu** me dice en mi interior:

- Tus papás son unos aburridos.

---

---

---

---



La voz del **buen espíritu** me dice en mi interior:

- Tus papás te quieren, por eso te dan consejos.

---

---

---

---



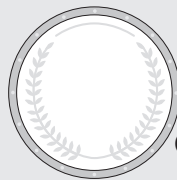
## Hago la voluntad de Dios

Escribe, dentro de la imagen de los oídos, tres propósitos para ejercitarte en la escucha de Dios.



  
**¡A vivir  
y compartir!**

Comparte con tu familia lo que has aprendido hoy, y propongan un momento a la semana para leer juntos la Biblia, y escuchar a Dios.



**Gracia recibida** \_\_\_\_\_





# Vivimos la comunión y participación... creando vínculos

## Miro mi realidad y pido a Dios

Dios te invita a vivir la comunión creando vínculos y rehaciendo los vínculos que se han roto. Es importante que reflexiones ¿cómo están los vínculos (relaciones) con tu familia, en tu escuela y con tus vecinos? Responde:

**FAMILIA**  
Vínculos rotos...

---



---



---

**ESCUELA**  
Vínculos rotos...

---



---



---

**VECINOS**  
Vínculos rotos...

---



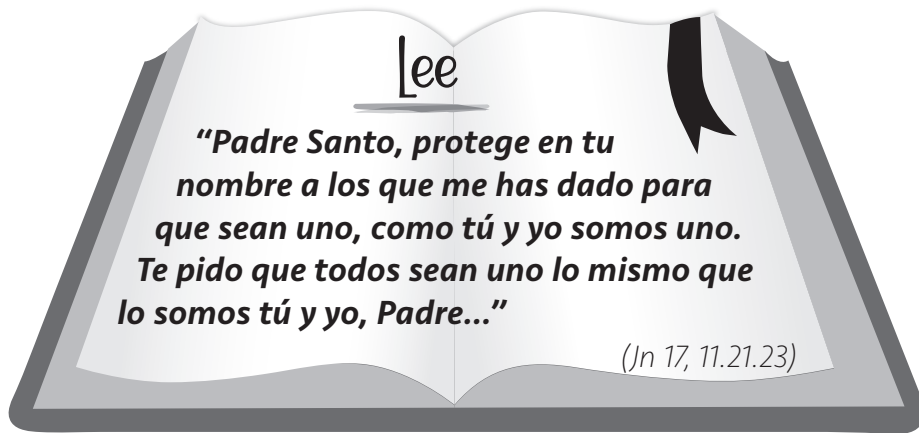
---



---

## Pide el don a Dios

**Papá Dios, te pedimos nos regales el don de la**  
 \_\_\_\_\_ **a toda nuestra familia,**  
**a nuestros compañeros de escuela y a**  
**nuestros vecinos. Que vivamos como**  
 \_\_\_\_\_ **, y que** \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ **siendo amables**  
**y solidarios.**



## Una luz para tu fe



Somos imagen de Dios y Él es unidad, por tanto hagamos conciencia de una profunda unión y armonía que debemos cuidar entre todos. Estamos vinculados desde la Creación. También debemos hacer conciencia que toda la Creación necesita ser cuidada para vivir esa armonía y unión que Dios dejó plasmada en ella.

En la lectura escuchamos que Jesús le pidió a Dios Padre: “protege”, es decir “cuida”, y cuidar, entre otras muchas cosas, significa: atender, ser solidario, preservar la vida. Dios nos invita a que también nosotros lo vivamos unos con otros.

Necesitamos rehacer los vínculos rotos, esto implica confianza y cuidado para vivir juntos en esta “casa común”, nuestro planeta Tierra.

“Te pido que todos sean uno, lo mismo que lo somos tú y yo”, así dice Jesús.

Estamos llamados a mantener esa unión que Jesús pedía, siempre reconciliándonos y ayudándonos unos a otros; tejiendo nuestras relaciones con los demás, construyendo vínculos: conviviendo, trabajando, estudiando, orando, ayudando, siempre buscando un bien común (un bien para todos).

## Memoriza

Necesitamos rehacer los vínculos, esto implica **confianza y cuidado**. Para tener confianza debemos tener una sana estima por nosotros mismos (querernos) y por las demás personas; y para cuidar es necesario ser solidarios y proteger la vida, la paz, la verdad.

## Luces y engaños

Distingue las voces del bien y del mal, mira los ejemplos y escribe algunos otros que escuchas en tu corazón. Toma conciencia de lo importante que es elegir siempre la voz de Dios, para seguir recorriendo el camino de la comunión y participación.

**Cuando quiero ser amable, amistoso, respetuoso y perdonar ofensas de mis familiares, compañeros y vecinos (rehacer vínculos):**



La voz del **mal espíritu** me dice en mi interior:

- Defiéndete, regrésale el daño.



La voz del **buen espíritu** me dice en mi interior:

- Acércate y dile que le disculpas.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Hago la voluntad de Dios

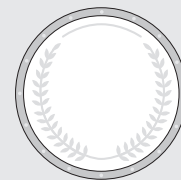
Escribe, dentro de las manos, tres propósitos para cuidar los vínculos en la familia, con los compañeros de escuela y, en la colonia con los vecinos.

## Escuela

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_



## Gracia recibida

\_\_\_\_\_

## Familia

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

## Colonia

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_



¡A vivir  
y compartir!

Comparte con tu familia lo que has aprendido hoy, hagan una oración por la familia, e invita a tus papás a reflexionar si necesitan rehacer algún vínculo en la familia, con algunos compañeros o con algunos vecinos.



SESIÓN

3

# Vivimos la comunión y participación... tomando acuerdos



Miro mi realidad y pido a Dios

El diálogo nos permite “tomar acuerdos” para una sana convivencia. Recuerda alguna situación en la que hayas participado del diálogo y se hayan “tomado acuerdos” para el bienestar de todos. Completa el ejercicio:



En mi familia hemos dialogado y “tomado acuerdos” cuando:

---

En la escuela he participado y dialogado “tomando acuerdos” para:

---

En la colonia con mis amigos hemos dialogado y “tomado acuerdos” para:

---

Pide el don a Dios

“Dios, regálanos el don del \_\_\_\_\_,  
para que reconociendo el aporte de cada uno,  
nos esforcemos en \_\_\_\_\_  
para el bien común. Amén”.

Lee

*“Les ruego, hermanos,  
por el nombre de nuestro Señor Jesucristo,  
que se pongan de acuerdo para que no haya  
divisiones entre ustedes, sino que conserven  
la armonía en el pensar y en el sentir”.*

(1 Cor 1, 10)

## Una luz para tu fe



Para vivir la comunión es importante dialogar y tomar acuerdos. El diálogo es una condición necesaria para que podamos vivir unidos, y requiere de una iniciativa de la persona, de una actitud de participación. Cuando las personas se pelean, lo primero que hacen es dejarse de hablar y esto no está bien, pues crea la división. También es común ver divisiones porque no nos ponemos de acuerdo, y entonces cuando vamos a realizar algunos trabajos o actividades, no logramos las cosas porque “caminar juntos” “hacer juntos” requiere mucho diálogo y “tomar acuerdos”.

Esto es lo que necesita nuestro mundo de hoy “tomar acuerdos” para “hacer juntos” el bien, y no para hacer el mal. En las familias, la escuela, la parroquia, la colonia, es necesario darle espacio al diálogo y “tomar acuerdos”, que permitan una sana convivencia y que ayuden a resolver juntos los problemas de violencia, bullying, rechazo, etc. Sólo la unión nos lleva a encontrar la paz y a sentirnos plenos como personas.

## Memoriza

Cuando dialogamos es necesaria una actitud de escucha, hacer silencio, no interrumpirnos al hablar. El diálogo es signo de respeto. Una de las finalidades del dialogo es “tomar acuerdos” y esto permite que, aún en medio de las diferencias, encontremos la armonía de hacer juntos las cosas para un bien común.

## Luces y engaños

Ante el deseo de participar y tomar acuerdos en nuestra familia, escuela y comunidad, surgen las luces que son inspiraciones del Espíritu de Dios, pero también los engaños del mal espíritu. ¡Oye tu voz interior e identifícalos!

Mira con atención los ejemplos:

### Cuando quiero participar, dialogar y tomar acuerdos en mi familia, en mi escuela o con los vecinos:



La voz del **mal espíritu** me dice en mi interior:

- ¡Tú mandas aquí!

---

---

---

---



La voz del **buen espíritu** me dice en mi interior:

- ¡Decidan entre todos!

---

---

---

---



# Hago la voluntad de Dios

Escribe algunos propósitos (acciones concretas) para dialogar, tomar acuerdos y participar en la: **1.** Familia. **2.** Escuela. **3.** Parroquia. **4.** Colonia con mis amigos.

**1.** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**2.** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**3.** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

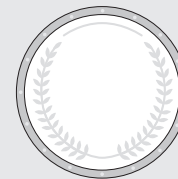
**4.** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Comunión  
Dios  
Participación



¡A vivir  
y compartir!

Comparte con tu familia lo que has aprendido hoy, y motiva a tus papás para que, el día de descanso semanal, hagan un ejercicio de dialogar y tomar acuerdos, preguntándose en familia: ¿Qué cosas quieren hacer este día de descanso?



**Gracia recibida**

\_\_\_\_\_

SESIÓN

4

# Vivimos la comunión y participación... cultivando la pertenencia



## Miro mi realidad y pido a Dios

Saber quiénes somos y cuáles son nuestras raíces es fundamental para poder tener sentido de pertenencia y vivir la comunión. Completa →

### Pide el don para tu comunidad

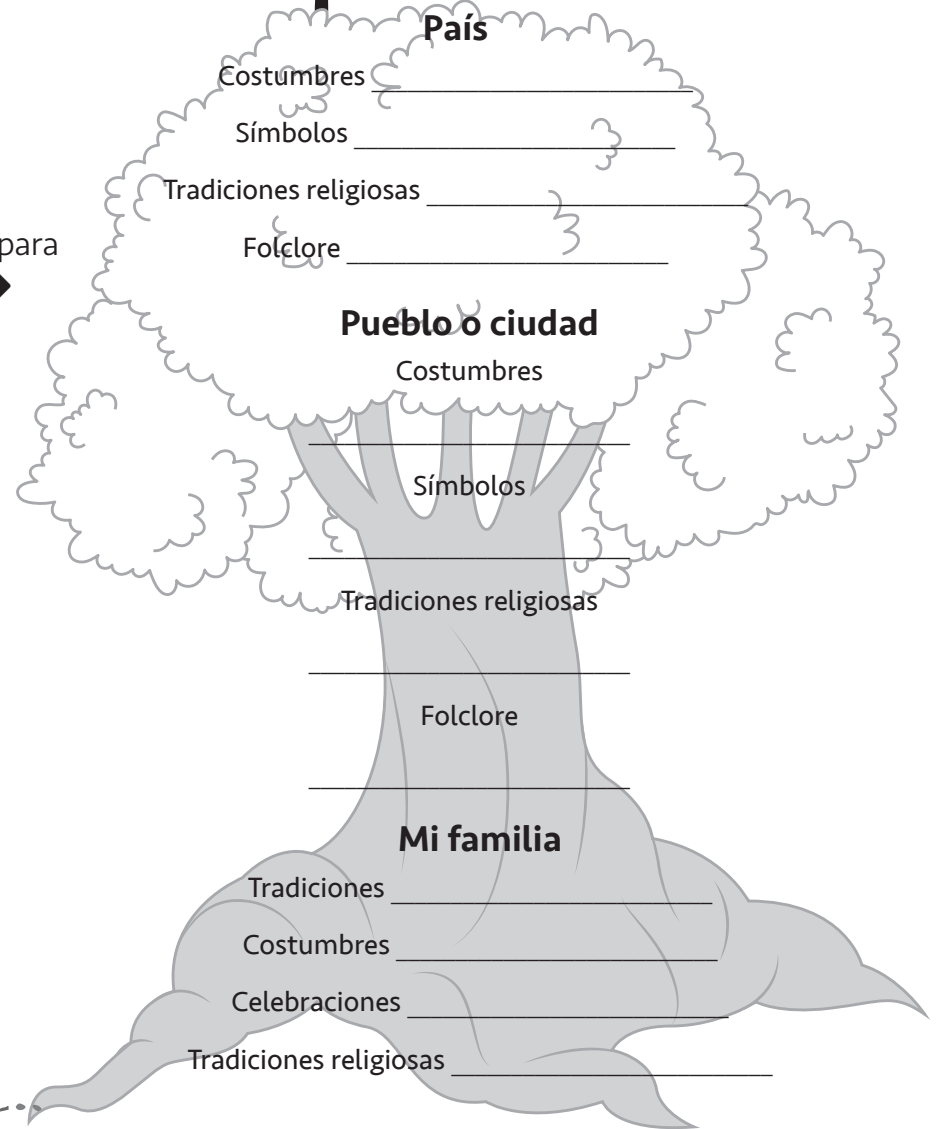
**“Papá Dios, te pedimos nos regales el don de saber quiénes somos, de conocer nuestra**

\_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_

**nuestra \_\_\_\_\_ a ti,  
a nuestra familia y a nuestra comunidad”.**

Lee

**“Somos hechura de Dios,  
creados... para realizar  
buenas obras”. (Ef 2, 10)**



## Una luz para tu fe



En el tema de los vínculos decíamos que de Dios venimos, es decir, estamos hablando de una pertenencia, Dios es nuestro origen, y Él nos ha elegido una familia en la cual nacimos y a la que pertenecemos, y además, cada uno de nosotros vivimos en un lugar, pueblo o ciudad determinado; y a la vez en un país, es decir pertenecemos también a ellos. Todo esto nos da una identidad, es decir, unas características que nos constituyen y nos definen como somos como personas, haciendo que pertenezcamos a un grupo y nos distingamos de los demás. Pero ¿qué significa pertenecer?

Los diccionarios definen “pertenecer” como “formar parte de un conjunto o grupo”.

Hemos sido creados en Cristo Jesús para realizar las buenas obras que Dios nos señaló. Nuestro sentido de pertenencia a Cristo (el ser cristianos) debe abrazar todas las demás relaciones de pertenencia: familia, pueblo, país; y es, en cada uno de estos grupos, que debemos realizar las buenas obras que Dios nos señaló, estamos invitados a cumplir nuestra misión en todos estos grupos a los que pertenecemos.

## Memoriza


El sentido de pertenencia es una actitud de amor, de filiación, de compatibilidad con el grupo al que pertenecemos. Viene dado por la responsabilidad, compromiso y confianza.

## Luces y engaños

Para vivir la comunión es indispensable cultivar nuestra pertenencia (sentirnos parte de...). Desde nuestro interior surgen las luces que son inspiraciones del Espíritu de Dios, pero también hay voces externas e internas que encierran engaños del mal espíritu. ¡Oye tu voz interior e identifícalos!


Mira con atención los ejemplos:

### Quando quiero conocer ¿quién soy? y vivir mis valores cristianos y familiares:



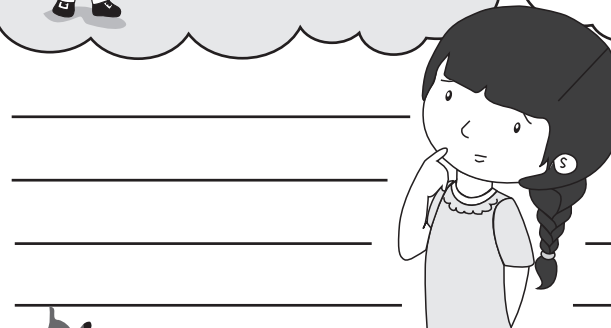
La voz del **mal espíritu** me dice en mi interior:

- Tú no eres valiosa.
- Nadie te quiere.



La voz del **buen espíritu** me dice en mi interior:

- Tú eres muy valiosa.
- Dios te ama.





# Hago la voluntad de Dios

Escribe algunos propósitos (acciones concretas) para cuidar las tradiciones que te dan identidad y cultivar más tu pertenencia a Cristo, en:



**Familia**

---

---

---

---

---



**Parroquia**

---

---

---

---

---



**Comunidad**

---

---

---

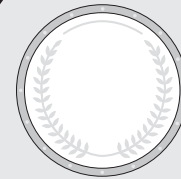
---

---



**¡A vivir  
y compartir!**

Comparte con tu familia lo que has aprendido hoy, y motiva a tus papás para que te platiquen sobre algunas costumbres y tradiciones que ellos vivían cuando eran niños.



**Gracia recibida**

---

SESIÓN

5

# Vivimos la comunión y participación... siendo misioneros del amor

Lee

*"Y por encima de todo, revístanse del amor que es el vínculo de la perfección. Que la paz de Cristo reine en sus corazones; a ella los ha llamado Dios para formar un solo cuerpo".*  
(Col 3, 14-15)

Actividad

Expresen, en este espacio, cuál fue su experiencia o con qué aprendizajes se quedan al vivir esta celebración en familia.



**Día 4**



**Día 2**



**Día 3**



**Día 1**



Hoja recortable







# Materiales de apoyo para vivir la Cuaresma



**LÁMINAS COLECCIÓN  
CUARESMA**



**LÁMINAS COLECCIÓN  
SEMANA SANTA**



Folleto  
**Via Crucis**  
Para niños



**LÁMINAS COLECCIÓN  
VIA CRUCIS**



**Caminito bíblico  
"Con Jesús hacia la Pascua"**