

Un Libro, Una Parroquia: *Este es mi Cuerpo: Una Llamada al Renacimiento Eucarístico* por el Obispo Robert Barron

Esta primavera animamos a todos los miembros de nuestra parroquia a que se unan para leer el mismo libro en comunidad, compartiendo las ideas, los conocimientos y el crecimiento espiritual que obtendremos unos de otros. En este breve texto, el Obispo Barron ofrece un triple análisis de la Eucaristía como comida sagrada, sacrificio y Presencia Real. Descubre la profunda verdad que brota de las palabras de Jesús en la Última Cena: "Tomad, comed; esto es mi cuerpo. . . . Bebed todos de él, porque ésta es mi sangre de la alianza". Tendremos cinco semanas para explorar el libro y conectarnos a través de las redes sociales y flocknotes. Si tiene alguna pregunta o idea que le gustaría compartir durante el proceso, por favor póngase en contacto con Megan Cottam en updates@ollrichva.org. Esperamos crecer en la fe contigo durante estas próximas 5 semanas.

Guía de Ritmo

PRIMERA PARTE:

- **Leer Prefacio y Capítulo 1 (v-Pg 35) 27 de abril-3 de mayo**
- **Jornadas sobre la Eucaristía como Comida Sagrada: 4 al 10 de mayo**

Oportunidades para el Reto: Escoge 2 actividades para completar esta semana para mostrar tu fe en acción. Se anima a hacer equipo con otro feligrés o familia parroquial. Por favor, envíe sus historias / reflexiones / fotos a updates@ollrichva.org para que podamos compartir nuestras experiencias con los demás.

Esta semana, me comprometo a:

_____ Preparar una comida casera en familia y comer juntos sin distracciones tecnológicas. (Si tienes una vajilla especial, úsala y cuéntanos su historia).

_____ Reúnete con tus amigos al final de la semana para comer "Panes y Peces". Haz que cada participante comparta algo alegre que haya encontrado durante la semana.

_____ Lleva y comparte una comida con alguien que esté confinado en casa.

_____ Tómate un café con tu hijo adolescente/joven adulto para pasar un rato a solas sin vuestros teléfonos.

_____ Pide a alguien con quien no estés de acuerdo que se reúna contigo para desayunar/tomar café/postre y tómate tu tiempo para escuchar su punto de vista. Reza antes de la reunión para pedir paciencia, corazones abiertos y reconciliación.

_____ Ve a visitar a tu familia para un almuerzo dominical después de Misa.

_____ Pida a sus hijos que organicen un picnic familiar. Ayúdeles a preparar la comida, a elegir el lugar y traigan su juego de cartas favorito. Tened en cuenta la creación de Dios mientras cenan.

_____ Ir a comer juntos con otra pareja.

_____ Haz pan o productos de panadería con un amigo o familiar.

_____ Lleva comida a un nuevo vecino. Intercambia información de contacto y conócelos.

_____ Llama a un familiar y aprende a hacer una receta familiar, o comparte tu famosa receta con una generación más joven.

Oración Fin de la Primera Parte : *Oración: Dios bueno y misericordioso, te damos gracias por las muchas maneras en que nos alimentas y nutres. Reconocemos tu profundo deseo de restaurarnos como comunidad de fe y Cuerpo de Cristo. Abre nuestros corazones y nuestros ojos para ver nuestras comunidades como tú quieres que las veamos. Ayúdanos a encontrar el valor para sentarnos y escuchar a los demás cuando tan a menudo queremos que se nos escuche a nosotros primero. Haz que veamos a todas las personas como hijos tuyos, que nos has creado a todos. Amén.*

SEGUNDA PARTE:

- **Lee el capítulo 2 (págs. 36-68): 11-17 de mayo**
- **Jornadas sobre la Eucaristía como sacrificio: 18-24 de mayo**

Oportunidades para el Reto: ¡Elija 2 actividades para completar esta semana para mostrar su fe en acción! Se anima a hacer equipo con otro feligrés o familia parroquial. Por favor, envíe cualquier historias / reflexiones / fotos a updates@ollrichva.org para que podamos compartir nuestras experiencias con los demás.

Esta semana, me comprometo a:

- _____ Elegir un día y ayunar de comer. Dedicaré el tiempo a la oración.
- _____ Apagar la televisión/las pantallas por la noche durante la semana, y aprovechar el tiempo para leer los pactos del Antiguo Testamento (El Pacto de Dios con Noe - Génesis 9, El Pacto de Dios con Abraham - Génesis 12, El Pacto de Dios con Moises - Éxodo 19-24, El Pacto de Dios con David - 2 Samuel 7, El Nuevo Pacto - Jeremías 31).
- _____ Tómame el tiempo de confesarte antes de ir a Misa.
- _____ Ayuda gratuitamente a un vecino con un proyecto al aire libre (desherbar/raspar/cortar el césped, etc.).
- _____ Sacrifica tu comodidad y ve a Misa en el idioma que no es tu lengua materna.
- _____ Paga la comida de otra persona en un restaurante.
- _____ Tómame una hora de tu tiempo libre para llamar a alguien que esté triste, solo o enfermo.
- _____ Sacrifica tu productividad y pasa un día entero experimentando un verdadero descanso. Apaga los aparatos electrónicos, las notificaciones y esconde tu lista de tareas. Pasa el día en oración, en comunidad, para el Señor.
- _____ Elige a una persona más al día por la que orar en momentos específicos a lo largo del día (mañana, mediodía, tarde, noche) y escríbeles después de haber rezado por ellos para hacerles saber que les estás apoyando.

Oración Fin de la segunda parte: *Padre amoroso, que el santo sacrificio de tu Hijo limpie mi alma, fortalezca mi corazón, perdone mi pasado y me restaure en tu paz. Que te adore siempre uniéndome a su santo sacrificio, sacramento de tu amor divino. Que aprenda a sacrificar mi propia comodidad, mis planes y mis sueños si no es para tu gloria y el bien de los demás. Amén.*

TERCERA PARTE:

- **Lee el capítulo tercero (págs. 69-110): 25-31 de mayo**
- **Actividad desafiante de la Presencia Real :** Únete a nosotros como una comunidad parroquial unida en la Fiesta del Corpus Christi mientras adoramos a Cristo en su Presencia Real, con una procesión y adoración eucarística entre las Misas de las 10am y la 1pm (Domingo, 2 de Junio).