

Eucaristía, Sesiones 1–3

La Señal de la Cruz

A continuación, se presentan algunas ideas sobre cómo incorporar la Señal de la Cruz en su vida diaria. Ponga una marca junto a las cosas que su familia ya hace. Marque una o dos de las sugerencias restantes que su familia puede comprometerse a añadir a su rutina diaria.

- Hacer la Señal de la Cruz antes de rezar una oración en la mañana.
- Hacer la Señal de la Cruz antes de rezar una oración en la noche.
- Hacer la Señal de la Cruz y rezar una oración por la persona que necesita ayuda cuando ve u oye una ambulancia.
- Usar su dedo para hacer la Señal de la Cruz en la frente de su hijo antes de que él o ella se vaya a la escuela por la mañana o antes de acostarse por la noche. Considerar la posibilidad de añadir frases simples, como "vaya con Dios" o "dormir en el amor de Dios" al hacer la Señal de la Cruz.
- Hacer la Señal de la Cruz y dar las gracias antes de comer con la familia en casa.
- Hacer la Señal de la Cruz y dar las gracias antes de comer con la familia en los restaurantes.
- Hacer la Señal de la Cruz antes de discutir con otro miembro de la familia.
- Hacer la Señal de la Cruz cuando se necesita pedir fuerza del Espíritu Santo para hacer algo que resulta difícil hacer, como hablar o actuar ante un grupo grande de personas.