

# EJEMPLO DE UN HORARIO PARA UN DOMINGO DE ORACIÓN

---

A continuación, encontrará tres diferentes ejemplos de programas que podrían usarse un domingo durante este tiempo sin poder estar presente en el Sagrado Sacrificio de la Misa. Uno le dará la opción de dedicar todo el día al Señor, una especie de recuperar el día del Señor. Los otros dos le darán un momento en la mañana que tendrá lugar en el momento en que normalmente iría a Misa. La Liturgia de la Palabra le da la oportunidad de celebrar la primera parte de la Misa juntos como una familia sin la Liturgia de la Eucaristía y podría usarse si no puede ver una misa en vivo en la televisión, por internet o la radio. Esto también podría usarse si observa una misa en vivo. Cualquiera de estos podría reordenarse o podrían usarse pedazos y piezas para crear su propio plan sobre cómo santificar el domingo durante estos tiempos difíciles.

## DOMINGO

### Como un Día para el Señor

- Despierta, persíguate y ora en un momento de silencio entregando el día a Dios como la Ofrenda de la Mañana.
- Coman el desayuno juntos.
- Utilice la Lectio Divina para orar con unas de las lecturas de la palabra de Dios del día.
- Ver o escuchar la Misa y rezar el Acto de Comunión Espiritual
- Descansar o relajarse, jugar juntos, preparar una comida
- Comer el Almuerzo juntos y recuerde bendecir juntos la comida y al finalizar agradecer a Dios por ese regalo.
- Descansar, relajarse, jugar juntos
- Rezar la corona de la Divina Misericordia para que termine la Pandemia
- Reflexionar o hacer lo que les hayan enviado a sus hijos en el paquete de Educación Religiosa que le haya proporcionado su parroquia (o escuela) o vea los recursos diocesanos proporcionados si no tiene niños en casa.
- Preparar una comida
- Cenar juntos
- Rezar el Rosario

## **DOMINGO EN LA MAÑANA**

### **En Ausencia de la Misa**

- Rezar la Lectio Divina sobre una de las lecturas de la Misa
- Ver o escuchar la Misa y rezar el Acto de Comunión Espiritual

## **DOMINGO EN LA MAÑANA**

### **En Ausencia de la Misa, cuando no esté disponible una Misa por Internet o no es posible escucharla**

- Lectio Divina sobre una de las lecturas de la Misa
- Ver algunas reflexiones en video por Internet sobre las lecturas de la semana
- Ver alguna película de la vida de un santo.