

CUARESMA 2019 | Oración. Ayuno. Limosna.

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
			<p>6 de marzo</p> <p>Miércoles de Ceniza </p> <p>—<i>Se inicia la Cuaresma</i></p> <p>“Esto dice el Señor: ‘Todavía es tiempo. Vuélvanse a mí de todo corazón, con ayunos, con lágrimas y llanto’.” (Jl, 2-12, <i>Leccionario</i>)</p>	<p>7 de marzo</p> <p>Hoy es la fiesta de Santa Perpetua y Santa Felicidad, ambas mártires. Toma un tiempo hoy para aprender acerca de ellas y de su amor por Cristo.</p>	<p>8 de marzo </p> <p>Busca recetas que no incluyan carne y este año comprométete a tratar una comida nueva cada viernes de Cuaresma.</p>	<p>9 de marzo</p> <p>Hoy es la fiesta de santa Francisca Romana quien organizó una orden religiosa para mujeres— las Oblatas de María— e ingresó como miembro de la orden luego del fallacimiento de su esposo. Hoy, en su honor, ora por todos aquellos en la vida consagrada.</p>
<p>10 de marzo</p> <p>Primer Domingo de Cuaresma</p> <p>Esta noche recuerda adelantar tus relojes una hora y empieza bien la semana llegando a tiempo a la Misa.</p>	<p>11 de marzo</p> <p>Continúa tu camino de Cuaresma con la aplicación CRS Rice Bowl App y recibe unas reflexiones diarias y recetas que no incluyen carne. La aplicación está disponible en inglés y en español.</p>	<p>12 de marzo</p> <p>La Cuaresma es un tiempo en el que, a menudo, muchos vuelven a dedicarse a la oración. Si sientes que tu oración está algo estancada, piensa en qué forma te puedes reconectar con el Señor.</p>	<p>13 de marzo</p> <p>¿Con qué frecuencia pasas un tiempo de oración en la presencia de la Eucaristía? Averigua cuándo y dónde se ofrece la Adoración de la Santa Eucaristía o anda a visitar una iglesia. Pasa unos momentos en oración ante Nuestro Señor en el Tabernáculo.</p>	<p>14 de marzo</p> <p>Has que ir a confesarte sea una prioridad este año durante la Cuaresma.</p>	<p>15 de marzo </p> <p>¿Sabías que las normas respecto a abstenerse de comer carne son obligatorias para los miembros de la Iglesia Católica latina desde los 14 años en adelante? Si tienen hijos pequeños en casa, anímenlos a participar absteniéndose de comer carne hoy ayudando a preparar comidas sin carne para la cena.</p>	<p>16 de marzo</p> <p>La fiesta de san Patricio es mañana pero este año no será celebrada en la Iglesia ya que su fiesta cae en día domingo. En honor a este santo, quien fuera capturado y vendido como esclavo, ora por todas las víctimas del tráfico humano hoy.</p>

“No perdamos este tiempo de Cuaresma favorable para la conversión. Lo pedimos por la intercesión materna de la Virgen María, que fue la primera que, frente a la grandeza de la misericordia divina que recibió gratuitamente, confesó su propia pequeñez (cf. Lc1,48), reconociéndose como la humilde esclava del Señor (cf. Lc 1,38)”

—Papa Francisco, Mensaje para la Cuaresma, 2016

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
<p>17 de marzo</p> <p>Segundo Domingo de Cuaresma</p> <p>El Evangelio de hoy comparte la historia de la Transfiguración del Señor. Pasa unos momentos reflexionando sobre la gloria de Jesús.</p>	<p>18 de marzo</p> <p>San Cirilo de Jerusalén, a quien veneramos hoy, fue conocido por sus “Instrucciones Catequéticas”. Da gracias por todos los catequistas en tu comunidad y por todo lo que hacen para educar a niños y a adultos por igual.</p>	<p>19 de marzo</p> <p>En la Solemnidad de san José, esposo de la Santísima Virgen María, oramos hoy por todos los padres, para que, a través del ejemplo de San José, abracen plenamente su vocación y acepten el privilegio y la responsabilidad de cuidar a sus hijos así como san José cuidó a Jesús.</p>	<p>20 de marzo</p> <p>Hoy es el equinoccio vernal, el cual marca el inicio de la primavera y los días más largos. Incluye algún producto colorido de primavera en tu cena esta noche y reza por aquellos que trabajan la tierra quienes, muy a menudo, reciben salarios injustos.</p>	<p>21 de marzo</p> <p>Cuando te enfrentes con tu propia debilidad durante la Cuaresma, no te entregues a la ira, la frustración y la autocompasión. Sé paciente, y mírate a ti mismo como Dios lo hace, con amor incondicional.</p>	<p>22 de marzo</p> <p></p> <p>El abstenerse de comer carne y otras indulgencias durante la Cuaresma es una práctica penitencial. Los viernes en Cuaresma recordamos el sacrificio de Cristo en Viernes Santo y nos unimos a ese sacrificio mediante la abstinencia y la oración.</p>	<p>23 de marzo</p> <p>Hoy celebramos la fiesta de santo Toribio de Mogrovejo, un evangelizador nacido en España que fue enviado como misionero al Perú y abrió el primer seminario en el Nuevo Mundo. En su honor, ora por las vocaciones.</p>
<p>24 de marzo</p> <p>Tercer Domingo de Cuaresma</p> <p>Profundiza tu comprensión de las lecturas de hoy con esta guía para la lectio divina.</p>	<p>25 de marzo</p> <p>Solemnidad de la Anunciación del Señor</p> <p>Hoy es el día que celebra la Encarnación de Cristo en el vientre de María. Considera agregar el Ángelus a tu oración diaria para el resto del tiempo de Cuaresma.</p>	<p>26 de marzo</p> <p>“Eres un recipiente, aún estás lleno; derrama lo que tienes dentro, para recibir lo que no tienes”. (San Agustín, Homilías sobre la primera carta de Juan, 2.9)</p>	<p>27 de marzo</p> <p>“El ejercicio de la <i>limosna</i> nos libera de la avaricia y nos ayuda a descubrir que el otro es mi hermano: nunca lo que tengo es sólo mío”. (Papa Francisco, Mensaje para la Cuaresma, 2018)</p>	<p>28 de marzo</p> <p>El dar una limosna es más que poner unos cuantos dólares en la canasta de la colecta; se trata de darles una mano a los demás y ayudarles sin cuestionamientos como una manera de compartir la experiencia del amor incondicional de Dios.</p>	<p>29 de marzo</p> <p></p> <p>“El perdón libera ante todo a quien tiene la valentía de concederlo”. (Papa Benedicto XVI, Discurso dirigido a los obispos de Croacia, 2006)</p>	<p>30 de marzo</p> <p>“Porque todo el que se enaltece será humillado y el que se humilla será enaltecido”. (Lc 18,14)</p>
<p>31 de marzo</p> <p>Cuarto Domingo de Cuaresma</p> <p>Hoy muchas parroquias alrededor del país harán una segunda colecta para Catholic Relief Services. ¡Apoya la labor de CRS hoy!</p>	<p>1 de abril</p> <p>“Es preciso rechazar el deseo de identificarse solamente con quienes no tienen pecado. ¿Cómo habría podido la Iglesia excluir de sus filas a los pecadores? Precisamente por su salvación Cristo se encarnó, murió y resucitó”. (Papa Benedicto XVI, encuentro con el clero de Polonia, 2006 de mayo)</p>	<p>2 de abril</p> <p>“El hecho de dedicar más tiempo a la oración hace que nuestro corazón descubra las mentiras secretas con las cuales nos engañamos a nosotros mismos, para buscar finalmente el consuelo en Dios. Él es nuestro Padre y desea para nosotros la vida”. (Papa Francisco, Mensaje para la Cuaresma, 2018)</p>	<p>3 de abril</p> <p>“Hay una alegría que es aflicción; la miseria se esconde en ella. Hay una miseria que es provecho; es una fuente de alegría en el nuevo mundo”. (San Efrén de Siria, Himnos Nisibianos, 4.13)</p>	<p>4 de abril</p> <p>Hoy recordamos a san Isidoro de Sevilla, patrón de un medio que aún no existía cuando él estaba vivo, ¡la Internet! Lee lo que el papa Benedicto XVI dijo de este santo.</p>	<p>5 de abril</p> <p></p> <p>San Vicente Ferrer fue un conocido predicador en Europa occidental. Piensa en algo que, a través de su prédica, te inspiraron los sacerdotes y los diáconos y ora hoy por su continuo servicio.</p>	<p>6 de abril</p> <p>En esta última semana de Cuaresma que se aproxima, antes de la Semana Santa, examina tu camino de Cuaresma hasta este momento. ¿Estás cumpliendo con las metas espirituales que te fijaste al inicio de este tiempo?</p>

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
<p>7 de abril</p> <p>Quinto Domingo de Cuaresma</p> <p>“Aquel de ustedes que no tenga pecado, que le tire la primera piedra”. (Jn 8,7, <i>Leccionario</i>)</p>	<p>8 de abril</p> <p>“En cada acto que hagamos, en cada paso que demos, dejemos que nuestra mano trace la cruz del Señor”. (San Jerónimo, <i>Cartas</i>, 22.37)</p>	<p>9 de abril</p> <p>“Desconfío de la limosna que no cuesta y no duele”. (Papa Francisco, Mensaje para la Cuaresma, 2014)</p>	<p>10 de abril</p> <p>Al caminar con Jesús hacia la Semana Santa, hoy recordemos a todos aquellos en el mundo quienes cargan la pesada cruz de la pobreza, de vivir sin un techo y de pasar hambre. Hoy ora por los pobres y los vulnerables.</p>	<p>11 de abril</p> <p>San Estanislao, quien provino de una familia adinerada, fue obispo y mártir. Luego de fallecer sus padres, él repartió toda su fortuna entre los pobres. ¿De qué manera repartiste tus dádivas en este tiempo de Cuaresma?</p>	<p>12 de abril</p> <p>Pronto terminará este tiempo de Cuaresma. Toma un tiempo para reflexionar sobre cómo los sacrificios que hiciste en este tiempo servirá para mejorar la vida de los demás a lo largo de la Pascua.</p>	<p>13 de abril</p> <p>“Purifíquense de todas sus iniquidades; renueven su corazón y su espíritu, dice el Señor”. (Ez 18, 31)</p>
<p>14 de abril</p> <p>Domingo de Ramos de la Pasión del Señor</p> <p>Ora para que el Señor te permita acompañarlo serenamente durante estos misterios de la Pascua y que estos te ayuden a salir renovado en la fe, la esperanza y la caridad.</p>	<p>15 de abril</p> <p>La Semana Santa está aquí. Si tu camino de Cuaresma ha sido difícil, recuerda que el sacrificio voluntario nos ayuda a crecer. El dar de nosotros mismos en medio de nuestro sufrimiento y abnegación, nos ayuda a amar como Cristo.</p>	<p>16 de abril</p> <p>Reza una oración por todos los catecúmenos quienes están esperando ser bautizados y ser iniciados plenamente en la Iglesia en este Sábado Santo.</p>	<p>17 de abril</p> <p>Mañana, con la Misa de la Cena del Señor, finaliza la Cuaresma y llegamos a la cumbre del año litúrgico. Luego de nuestro largo ayuno, viene una de las más grandes fiestas. ¡Dentro de poco, estaremos compartiendo la alegría de la Pascua!</p>	<p>18 de abril</p> <p>Jueves Santo</p> <p>La puesta del sol hoy marca el final de la Cuaresma y el inicio del Triduo—los 3 días más solemnes del año litúrgico. Empieza el Triduo yendo a Misa esta noche.</p>	<p>19 de abril</p> <p>Viernes Santo</p> <p>Hoy es Viernes Santo, cuando conmemoramos la muerte de Cristo en la Cruz. Si no te es posible asistir a la liturgia hoy, toma unos momentos para orar las Estaciones de la Cruz.</p>	<p>20 de abril</p> <p>Sábado Santo</p> <p>“Nosotros, con el Bautismo, somos inmersos en esa fuente inagotable de vida que es la muerte de Jesús, el más grande acto de amor de toda la historia”. (Papa Francisco, Audiencia General, enero de 2006)</p>
<p>21 de abril</p> <p>Domingo de Pascua</p> <p>¡Aleluya! ¡Cristo ha resucitado! ¡De hecho, ha resucitado! Celebra la Resurrección de Cristo leyendo o recitando el Pregón Pascual, el Exsultet.</p>	<p>“La Semana santa, que para nosotros los cristianos es la semana más importante del año, nos brinda la oportunidad de sumergirnos en los acontecimientos centrales de la Redención, de revivir el Misterio pascual, el gran Misterio de la fe”</p> <p>—Papa Benedicto XVI, Audiencia General, 8 de abril de 2009</p> <p>Este calendario puede ser impreso y distribuido gratuitamente en su formato original únicamente para uso personal e institucional. No se permite ningún otro uso del contenido protegido por copyright. Los textos de la Sagrada Escritura utilizados en esta obra han sido tomados de los <i>Leccionarios I, II y III</i>, propiedad de la Comisión Episcopal de Pastoral Litúrgica de la Conferencia Episcopal Mexicana, copyright © 1987, quinta edición de septiembre de 2004. Utilizados con permiso. Todos los derechos reservados. Debido a cuestiones de permisos de impresión, los Salmos Responsoriales que se incluyen aquí son los del Leccionario que se utiliza en México. Su parroquia podría usar un texto diferente. Las citas del Papa Francisco, Papa Benedicto XVI, copyright © 2006, 2008, 2009, 2014, 2016, 2018, Libreria Editrice Vaticana, Vatican City State. Todos los derechos reservados. Utilizado con permiso. Copyright © 2019, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. Todos los derechos reservados.</p>					