

**MINISTERIO HISPANO  
DIÓCESIS DE PORTLAND**  
510 Ocean Avenue, Portland, ME 04103  
Teléfono: (207) 773-6471  
Facebook: Hispanos Católicos Maine



**Padre  
Michael Sevigny**  
O.F.M. Cap.  
Director  
Telf: (347)752-3700



**Hermana  
Elsa Telón**  
Hnas. Nuestra Sra. del Sto.  
Rosario  
Coordinadora de Extensión  
Telf: (207) 618-2156



**Rosario Starratt**  
Coordinadora de Extensión  
Telf: (207) 312-4716



**José Pérez**  
Coordinador de Extensión  
Telf: (207) 653-5609



**Hermana  
Miriam Maradiaga**  
Hnas. Nuestra Sra. del Sto.  
Rosario  
Coordinadora de Extensión  
Telf: (207) 838-1584

**Ofic. Lewiston: 16 St. Croix St. Lewiston, ME 04240**  
**Ofic. Portland: 80 Sherman St. Portland, ME 04101**  
**(Iglesia Sagrado Corazón)**



### Servicio de Sanación

Viernes 28 de Marzo, 6:30 pm  
Iglesia Holy Family, **Lewiston**  
**Adoración Eucarística**  
Segundo Sábado de cada mes, 6:00 pm  
Capilla de la Iglesia Sagrado Corazón, **Portland**

### Misas en Español

**Augusta**  
Suspendida hasta nuevo aviso.  
Capilla St. Monica - 5 Kendall St.  
**Brewer**  
Tercer Domingo de cada mes, 1:00 pm  
Iglesia St. Teresa - 425 South Main St.  
**Cherryfield**  
Primer Domingo de cada mes 1:00 pm.  
Iglesia St. Michael - 51 Elm St.  
**Lewiston**  
Todos los Sábados 6:00 pm. (Transmitida en directo)  
Iglesia Holy Family - 607 Sabattus Street  
**Pittsfield**  
Primer Viernes de cada mes, 12:00 m  
Iglesia St. Agnes - 238 Detroit Street  
**Portland**  
Todos los Domingos 1:00 pm.  
Iglesia Sagrado Corazón - 65 Mellen Street  
**Sanford**  
Tercer Miércoles del mes. 6:30 pm  
Iglesia Holy Family - 66 North Ave.  
**Skowhegan**  
Sábados, 12:00 m. (Según aviso)  
Kyes Motel – Salón de Conferencias  
137 W Front St.



# MINISTERIO HISPANO

**DIÓCESIS DE PORTLAND, MAINE**

**No. 53**

**Marzo 2025**

ORACIÓN, AYUNO Y  
LIMOSNA

CUARESMA

TIEMPO DE  
PREPARACIÓN



### **Miércoles de Ceniza**

El Miércoles de Ceniza es un día de especial relevancia para los católicos, ya que marca el inicio de la Cuaresma, un

periodo de 40 días de reflexión, penitencia y preparación espiritual para la Semana Santa. Durante este día, se practica el ayuno y la abstinencia, y se realiza la imposición de ceniza, un acto de humildad y renovación espiritual. Este tiempo invita a los fieles a acercarse a Dios con arrepentimiento y crecimiento espiritual.



*Sábado 8 de febrero, Día de Reflexión, conducido por nuestro Obispo*

*James Ruggieri, en Sagrado Corazón, Portland.*



### **La Anunciación del Señor 15 de Marzo**

Se llama "Anunciación" a la visita del Arcángel Gabriel, enviado por Dios a la Virgen María, para pedirle que sea la Madre del Verbo, por la gracia del Espíritu Santo.

Ella consciente de su dignidad y al mismo tiempo de su pequeñez, consintió, entregándose sin reservas a la voluntad de Dios. El "Sí" de María Santísima, abre el camino a la Encarnación que ocurre en ese momento. En ese instante el Verbo se hizo carne. Dios Eterno vino a habitar en ella asumiendo la naturaleza humana.



### **San José 19 de Marzo**



En el Plan Reconciliador de Dios, San José tuvo el papel esencial: Dios le encomendó la gran responsabilidad y privilegio de ser el padre adoptivo del Niño Jesús y de ser esposo virginal de la Virgen María. San José, el santo custodio de la Sagrada Familia, es el santo que más cerca está de Jesús y de la Santísima de la Virgen María.

Probablemente nació en Belén, la ciudad de David del que era descendiente. Al comienzo de la historia de los Evangelios (poco antes de la Anunciación), San José vivía en Nazaret.

Según San Mateo 13,55 y Marcos 6,3, San José era un "tekton". La palabra significa en particular que era carpintero o albañil.

Nuestro Señor Jesús fue llamado "Hijo de José", "el carpintero" (Jn 1,45; 6,42; Lc 4,22).

Como sabemos no era el padre natural de Jesús, quién fue engendrado en el vientre virginal de la Virgen María por obra del Espíritu Santo y es Hijo de Dios, pero José lo adoptó amorosamente y Jesús se sometió a él como un buen hijo ante su padre.

**La Cuaresma** es el tiempo litúrgico de conversión, que marca la Iglesia para prepararnos a la gran fiesta de la Pascua. Es tiempo para arrepentirnos de nuestros pecados y de cambiar algo de nosotros para ser mejores y poder vivir más cerca de Cristo.

La Cuaresma dura 40 días; comienza el Miércoles de Ceniza y termina antes de la Misa de la Cena del Señor del Jueves Santo. A lo largo de este tiempo, sobre todo en la liturgia del domingo, hacemos un esfuerzo por recuperar el ritmo y estilo de verdaderos creyentes que debemos vivir como hijos de Dios.

El color litúrgico de este tiempo es el morado que significa luto y penitencia. Es un tiempo de reflexión, de penitencia, de conversión espiritual; tiempo de preparación al misterio pascual.

En la Cuaresma, Cristo nos invita a cambiar de vida. La Iglesia nos invita a vivir la Cuaresma como un camino hacia Jesucristo, escuchando la Palabra de Dios, orando, compartiendo con el prójimo y haciendo obras buenas. Nos invita a vivir una serie de actitudes cristianas que nos ayudan a parecer nos más a Jesucristo, ya que por acción de nuestro pecado, nos alejamos más de Dios.

Por ello, la Cuaresma es el tiempo del perdón y de la reconciliación fraterna. Cada día, durante toda la vida, hemos de arrojar de nuestros corazones el odio, el rencor, la envidia, los celos que se oponen a nuestro amor a Dios y a los hermanos. En Cuaresma, aprendemos a conocer y apreciar la Cruz de Jesús. Con esto aprendemos también a tomar nuestra cruz con alegría para alcanzar la gloria de la resurrección.

### **40 días**

La duración de la Cuaresma está basada en el símbolo del número cuarenta en la Biblia. En ésta, se habla de los cuarenta días del diluvio, de los cuarenta años de la marcha del pueblo judío por el desierto, de los cuarenta días de Moisés y de Elías en la montaña, de los cuarenta días que pasó Jesús en el desierto antes de comenzar su vida pública, de los 400 años que duró la estancia de los judíos en Egipto.

En la Biblia, el número cuatro simboliza el universo material, seguido de ceros significa el tiempo de nuestra vida en la tierra, seguido de pruebas y dificultades.

La práctica de la Cuaresma data desde el siglo IV, cuando se da la tendencia a constituirla en tiempo de penitencia y de renovación para toda la Iglesia, con la práctica del ayuno y de la abstinencia. Conservada con bastante vigor, al menos en un principio, en las iglesias de oriente, la práctica penitencial de la Cuaresma ha sido cada vez más aligerada en occidente, pero debe observarse un espíritu penitencial y de conversión.

Fuente: <https://www.aciprensa.com/recurso/2773/cuaresma-que-es-la-cuaresma>

