

CUARESMA 2020 | Reflexiona. Arrepiéntete. Restaura.

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
			<p>26 de febrero</p> <p>Miércoles de Ceniza— Empieza la Cuaresma</p> <p>“Ganarás el pan con el sudor de tu frente hasta que vuelvas a la tierra, de donde fuiste sacado. ¡Porque eres polvo y al polvo volverás! (Gn 3:19)</p>	<p>27 de febrero</p> <p>Hoy es la fiesta de san Gabriel Possenti, religioso pasionista, conocido por haber sido extremadamente paciente y amable. Hoy, tómate un tiempo para hacer algo amable por otra persona.</p>	<p>28 de febrero</p> <p>Busca algunas nuevas recetas sin carne para que las disfrutes los días viernes durante la Cuaresma.</p>	<p>29 de febrero</p> <p>“Pero aún ahora –oráculo del Señor– vuelvan a mí de todo corazón, con ayuno, llantos y lamentos. (Jl 2:12)</p>
<p>1 de marzo</p> <p>Primer Domingo de Cuaresma</p> <p>“Crea en mí, Dios mío, un corazón puro, y renueva la firmeza de mi espíritu”. (Sal 51:12)</p>	<p>2 de marzo</p> <p>“Se ama al prójimo tanto más eficazmente, cuanto más se trabaja por un bien común que responda también a sus necesidades reales”. (<i>Caritas in veritate</i>, no. 7)</p>	<p>3 de marzo</p> <p>En la fiesta de santa Catalina Drexel, quien renunció a su fortuna para convertirse en misionera, se nos recuerda que: “Como Iglesia estamos llamados a ser discípulos misioneros que conocen y viven la fe y comparten con confianza el Evangelio” (<i>Viviendo como Discípulos Misioneros</i>, USCCB).</p>	<p>4 de marzo</p> <p>“Arrojen lejos de ustedes todas las rebeldías que han cometido contra mí y háganse un corazón nuevo y un espíritu nuevo”. (Ez 18:31)</p>	<p>5 de marzo</p> <p>“Las cosas que atañen a la sobriedad y la templanza deben observarse con mayor diligencia en estos días, para que una corta práctica las convierta en un hábito duradero” (San León Magno, <i>Sermones</i>, 68.4)</p>	<p>6 de marzo</p> <p>“El ayuno nos despierta, nos hace estar más atentos a Dios y al prójimo” (Papa Francisco, <i>Mensaje para la Cuaresma</i>, 2018)</p>	<p>7 de marzo</p> <p>Hoy es la fiesta de las santas Perpetua y Felicidad, ambas mártires. El papa Benedicto XVI dijo que: “[El amor de Dios] es la fuerza que nos impulsa poderosamente por el camino de la santidad y, si es necesario, también hasta el martirio” (Papa Francisco, <i>Homilía</i>, 25 de marzo del 2007).</p>

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
<p>8 de marzo</p> <p>Segundo Domingo de Cuaresma</p> <p>Nuestra alma espera en el Señor; él es nuestra ayuda y nuestro escudo. Señor, que tu amor descienda sobre nosotros, conforme a la esperanza que tenemos en ti”. (Sal 33:20, 22)</p>	<p>9 de marzo</p> <p>Hoy es la fiesta de santa Francisca Romana, quien fundó una orden religiosa de mujeres—las Oblatas de María—y era conocida por su gran caridad. Hoy, en su honor, ora por aquellos en la vida consagrada.</p>	<p>10 de marzo</p> <p>La limosna es algo más que echar unos cuantos dólares extra en la canasta de colecta; es interesarse por los demás y darles una mano sin hacer preguntas, a manera de compartir la experiencia del amor incondicional de Dios.</p>	<p>11 de marzo</p> <p>Durante la Cuaresma oramos frecuentemente los siete salmos penitenciales, como éste: “Tú eres mi refugio, tú me libras de los peligros y me colmas con la alegría de la salvación” (Sal 32:7).</p>	<p>12 de marzo</p> <p>La Cuaresma es un tiempo en el que a menudo muchos se dedican más a la oración. Dale una mirada a estas 9 formas de oración (sólo en inglés) en <i>We Are Salt and Light</i> de la USCCB y encuentra ideas para acrecentar tu vida de oración en este tiempo.</p>	<p>13 de marzo</p> <p>¿Sabías que las normas relacionadas a la abstinencia de carne son obligatorias para los miembros de la Iglesia católica latina desde los 14 años en adelante y hasta los 65? Si tienes hijos menores en casa, anímalos a participar en la abstinencia de la carne hoy y ayúdalos preparando comidas sin carne para la cena.</p>	<p>14 de marzo</p> <p>Que ir a confesarte sea una prioridad durante la Cuaresma este año.</p>
<p>15 de marzo</p> <p>Tercer Domingo de Cuaresma</p> <p>Oración a Jesús</p> <p>“Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí pecador” (CIC 435)</p>	<p>16 de marzo</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, <i>Himnos Nisibianos</i>, 4.13)</p>	<p>17 de marzo</p> <p>¡Hoy es la fiesta de san Patricio, el “apóstol de Irlanda”! Él escribió: “Nuestra manera de pagar a Dios es exaltarlo y confesar sus maravillas ante todas las naciones bajo el cielo”. (San Patricio, <i>Confesión</i>, 3).</p>	<p>18 de marzo</p> <p>San Cirilo de Jerusalén, a quien honramos hoy, era conocido por sus “Instrucciones Catequéticas”. Tenemos que dar gracias por los catequistas en nuestras comunidades y por todo lo que hacen para educar a niños y adultos por igual.</p>	<p>19 de marzo</p> <p>Solemnidad de san José</p> <p>En la Solemnidad de san José, esposo de la Santísima Virgen María, oramos por todos los padres de familia quienes, mediante el ejemplo de san José, puedan abrazar plenamente su vocación y aceptar el privilegio y la responsabilidad de cuidar a sus hijos como san José cuidó a Jesús.</p>	<p>20 de marzo</p> <p>El abstenerse de la carne y otras indulgencias durante la Cuaresma, es una práctica penitencial. En los viernes, durante la Cuaresma, recordamos el sacrificio de Cristo en Viernes Santo y nos unimos a ese sacrificio a través de la abstinencia y la oración.</p>	<p>21 de marzo</p> <p>Cuando te enfrentas a tus propias debilidades durante la Cuaresma, no cedas a la ira, la frustración y la auto-compasión. Sé paciente y mírate a ti mismo como lo hace Dios, con un amor incondicional.</p>
<p>22 de marzo</p> <p>Cuarto Domingo de Cuaresma</p> <p>El Cuarto Domingo de Cuaresma, conocido como el Domingo de <i>Laetare</i>, es el punto intermedio de la Cuaresma. Hoy, haz un examen honesto de ti mismo acerca de tu caminar espiritual en esta Cuaresma.</p>	<p>23 de marzo</p> <p>Hoy celebramos la fiesta de santo Toribio de Mogrovejo, evangelizador, nacido en España, quien fue enviado a Perú y estableció el primer seminario en el Nuevo Mundo. En su honor, oremos por las vocaciones.</p>	<p>24 de marzo</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, <i>Encuentro</i>, 25 de mayo del 2006)</p>	<p>25 de marzo</p> <p>Solemnidad de la Anunciación del Señor</p> <p>Hoy es la Solemnidad de la Anunciación del Señor, que celebra la encarnación de Cristo en el vientre de María. Es un gran día para rezar el Ave María.</p>	<p>26 de marzo</p> <p>“Eres un recipiente, aún no estás lleno; derrama lo que tienes dentro, para recibir lo que no tienes”. (San Agustín, <i>Homilias sobre la primera carta de Juan</i>, 2.9)</p>	<p>27 de marzo</p> <p>“El ejercicio de la <i>limosna</i> nos libera de la avidez y nos ayuda a descubrir que el otro es mi hermano: nunca lo que tengo es sólo mío”. (Papa Francisco, <i>Mensaje para la Cuaresma</i>, 2018)</p>	<p>28 de marzo</p> <p>“El perdón libera ante todo a quien tiene la valentía de concederlo”. (Papa Benedicto XVI, <i>Discurso</i>, 6 de mayo 2006)</p>

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
<p>29 de marzo</p> <p>Quinto Domingo de Cuaresma</p> <p>Mientras que caminamos con Jesús hacia la Semana Santa, recordemos a todos aquellos que en nuestro mundo hoy cargan las pesadas cruces de la pobreza, de vivir sin un techo y de pasar hambre.</p>	<p>30 de marzo</p> <p>En esta última semana de Cuaresma, antes de la Semana Santa, piensa honestamente sobre tu caminar hasta ahora en esta Cuaresma. ¿Estás cumpliendo con las metas espirituales que te fijaste al principio de este tiempo?</p>	<p>31 de marzo</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>1 de abril</p> <p>“Porque todo el que se ensalza será humillado y el que se humilla será ensalzado”. (Lc 18:14)</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, <i>Mensaje para la Cuaresma</i>, 2018)</p>	<p>3 de abril</p> <p>“Dios amó tanto al mundo, que entregó a su Hijo único para que todo el que cree en él no muera, sino que tenga vida eterna”. (Jn 3:16)</p>	<p>4 de abril</p> <p>Hoy recordamos a san Isidoro de Sevilla, patrón de un medio que aún no existía cuando él vivía, ¡la internet! Lee aquí lo que dice el papa Benedicto XVI acerca de este santo.</p>
<p>5 de abril</p> <p>Domingo de Ramos de la Pasión del Señor</p> <p>Dentro de una semana celebraremos el Domingo de Pascua. Ora para que nuestro Señor te permita acompañarlo serenamente durante estos misterios pascuales y que salgas renovado en la fe, esperanza y caridad.</p>	<p>6 de abril</p> <p>La Semana Santa ya está aquí. Si tu caminar de Cuaresma ha sido difícil, recuerda que el sacrificio voluntario nos ayuda a crecer. Cuando damos de nosotros mismos en medio de nuestro sufrimiento y abnegación, eso nos ayuda a amar a Cristo quien sufrió y se entregó incondicionalmente en la Cruz por amor a nosotros.</p>	<p>7 de abril</p> <p>Reza una oración por todos los elegidos, quienes están esperando ser bautizados en la Iglesia en el Sábado Santo.</p>	<p>8 de abril</p> <p>La Cuaresma termina oficialmente mañana cuando empieza la Misa de la Última Cena. Planifica participar en las conmovedoras liturgias del Triduo en tu parroquia.</p>	<p>9 de abril</p> <p>Jueves Santo</p> <p>“Con la institución de la Eucaristía, Jesús dio a la Pascua judía un nuevo y definitivo significado. Se mostró a sí mismo como el Sumo Sacerdote de la Nueva Alianza, ofreciéndose a sí mismo como un sacrificio perfecto al Padre”. (USCCA, 228)</p>	<p>10 de abril</p> <p>Viernes Santo</p> <p>Mientras recordamos el día en el que Jesús fue crucificado, recemos las Estaciones de la Cruz para reflexionar sobre la Pasión de Cristo.</p>	<p>11 de abril</p> <p>Sábado Santo</p> <p>Mientras que te preparas para la Pascua, reflexiona en cuan bien has cumplido tus promesas para la Cuaresma durante este caminar por el desierto hasta llegar al pie de la Cruz</p>
<p>12 de abril</p> <p>Domingo de Pascua de Resurrección del Señor</p> <p>“¡Cristo ha resucitado de entre los muertos! ¡Resucita con él! ¡Cristo ha regresado a sí mismo! ¡Regresa tú también! ¡Cristo ha sido liberado del sepulcro! ¡Libérate tú de los lazos del pecado!” (San Gregorio Nacianeno, <i>Oraciones</i>, 45.1)</p>	<p>“Y el camino hacia la Pascua nos llama precisamente a restaurar nuestro rostro y nuestro corazón de cristianos, mediante el arrepentimiento, la conversión y el perdón, para poder vivir toda la riqueza de la gracia del misterio pascual”.</p> <p>—Papa Francisco, <i>Mensaje para la Cuaresma</i>, 2019</p> <p>Este calendario puede imprimirse y distribuirse gratuitamente en su formato original únicamente para uso personal e institucional. No se permite ningún otro uso del contenido protegido por copyright. Todos los derechos reservados. Ni este trabajo ni ninguna parte del mismo pueden reproducirse, distribuirse, ejecutarse o mostrarse en ningún medio, incluido el electrónico o digital, sin el permiso por escrito del propietario de los derechos de autor. Las citas bíblicas, las 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. 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 2011. Utilizados con permiso. Todos los derechos reservados.</p> <p>Copyright © 2020, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. Todos los derechos reservados. Fotos: CNS/Paul Haring.</p>					