



Encontrando a Dios®

Nuestra respuesta a los dones de Dios

© LOYOLA PRESS • Todos los derechos reservados.

Número especial de temporada por Marcos González Villalba

Reactivar nuestra fe

¿Qué le llama Dios a hacer para la Cuaresma?

¿Qué le llama Dios a hacer para la Cuaresma? Antes de responder a esa pregunta, haga una pausa con su familia para reflexionar y aprender juntos en qué consiste el tiempo de la Cuaresma. La Cuaresma es un ayuno de cuarenta días antes de la Pascua en el que “La Iglesia se une todos los años, durante los cuarenta días de la Gran Cuaresma, al Misterio de Jesús en el desierto” (CIC #540).

Piense en la Cuaresma como un don que nuestro Padre celestial nos concede a nosotros, sus hijos, cada año, y que nos ayuda a empezar de nuevo y a acercarnos más a su amado Hijo, Jesucristo. En este boletín descubrirá que la Cuaresma es mucho más que renunciar a una golosina favorita. Más bien, es una emocionante aventura que comienza el Miércoles de Ceniza y culmina en los tres días sagrados conocidos como el Triduo Pascual: Jueves Santo, Viernes Santo y Sábado Santo.

Así que, ahora que sabemos un poco más

sobre el tiempo de Cuaresma, demos un salto de fe y utilicemos este boletín como ayuda para responder a la siguiente pregunta: ¿Cómo aprovecharé esta oportunidad para reactivar la fe con mi familia durante el tiempo de Cuaresma? ✚



EL COMBATE ENTRE DON CARNAL Y DOÑA CUARESMA

Reflexione sobre la obra de Pieter Bruegel *El combate entre don Carnal y doña Cuaresma* (1559). Busque tres imágenes en la obra: las dos personas en contienda, la mujer junto al pozo mirando una cubeta, y un hombre y una mujer siendo guiados por un bufón. ¿Qué cree que estas imágenes le dicen sobre la Cuaresma? ¿Dónde ve a Dios obrando en esta escena caótica? ¿Dónde logra verse a sí mismo en la escena? ■



Miércoles de Ceniza

La Cuaresma comienza con uno de los días más populares del año para los católicos alrededor del mundo: el Miércoles de Ceniza. Es un día de ayuno en el que los católicos entre los 18 y 59 años pueden comer una comida completa, además de dos comidas más pequeñas que, en conjunto, son menos que otra comida completa. El Miércoles de Ceniza es también un día de abstinencia en el que los católicos de 14 años o mayores se abstienen de comer carne.



El Miércoles de Ceniza se nos recuerdan las palabras de Dios a Adán después de ser expulsado del jardín del Edén: “Porque eres polvo y al polvo volverás” (Génesis 3:19). En otras palabras, las cenizas nos recuerdan nuestra mortalidad. Sin embargo, el mensaje del Miércoles de Ceniza no es morboso, como nos recuerda amablemente Joe Paprocki en su libro electrónico *7 Ways to Practice Lent* [Siete maneras de practicar la Cuaresma]: “Es un recordatorio alegre de que, al tener la vida de Dios en nuestro interior, somos mucho más que polvo y cenizas!”. ■

Vídeo de reflexión



Utilice el código QR para ver un [vídeo](#) a manera de reflexión sobre esta obra. Disponible solo en inglés.

La oración

Cuando ustedes oren no hagan como los hipócritas, que gustan rezar de pie en las sinagogas y en las esquinas para exhibirse a la gente. Les aseguro que ya han recibido su paga. Cuando tú vayas a orar, entra en tu habitación, cierra la puerta y reza a tu Padre a escondidas. Y tu Padre, que ve en lo escondido, te lo pagará.

—Mateo 6:5–6



Si desea fomentar y reactivar su vida de oración contemple a Jesús, que es el modelo perfecto de oración en la Biblia. Después de todo, Jesús enseñó a sus discípulos a rezar el Padrenuestro... (Mateo 6:9–13 y Lucas 18:9–14). Lea en su propia Biblia algunos de los ejemplos que aparecen a continuación para descubrir las diversas formas en que Jesús rezó:

- Mateo 14:23; 26:36–44
- Marcos 1:35; 6:46
- Lucas 3:21; 5:16; 9:28–31; 22:41–45; 23:24; 27:47
- Juan 17

Lectio Divina



La Iglesia nos ha dado una hermosa forma de rezar con las Sagradas Escrituras llamada *lectio divina*, o “lectura sagrada”. Utilice este método para rezar con las Sagradas Escrituras durante la próxima misa dominical. Utilice el código QR que aparece arriba para aprender más sobre la [lectio divina](#). Disponible solo en inglés. ■

El ayuno

Cuando tú ayunes, perfúmame la cabeza y lávate la cara, de modo que tu ayuno no lo vean los demás, sino tu Padre, que está escondido; y tu Padre, que ve en lo escondido, te lo pagará.

—Mateo 6:17–18

Jesús ayunó en el desierto durante 40 días y 40 noches justo antes de comenzar su ministerio público (Mateo 4:1–2). ¿Qué hizo Jesús cuando fue tentado por el diablo para convertir una piedra en pan para saciar su hambre? Jesús permaneció firme en lo que realmente lo sustentaba: la Palabra de Dios (Mateo 4:4).

De manera similar, el ayuno es una práctica espiritual que nos recuerda que debemos centrar nuestra atención en lo único que nos sustenta: el amor de Dios. El ayuno puede ser la clave que le faltaba para reactivar su vida de fe. Estas sencillas penitencias relacionadas con los alimentos pueden practicarlas casi cualquier persona en casi cualquier época del año:

- Reserve las golosinas para los domingos y días festivos.
- Evite comer entre comidas.
- Siga hábitos de alimentación sencillos que no impliquen añadir endulzantes ni sal a los alimentos y a las bebidas.
- Eleve una oración de bendición por a todas las personas que intervinieron en la preparación de sus alimentos.
- Elija beber agua en lugar de refrescos, café o bebidas energéticas.

La limosna

Cuando tú bagas limosna, no sepa tu mano izquierda lo que hace tu derecha; de ese modo tu limosna quedará escondida, y tu Padre, que ve en lo escondido, te lo pagará.

—Mateo 6:3–4

La limosna es el flujo natural de la oración y el ayuno, la cual es un ingrediente esencial de la vida cristiana. A través de la limosna, dejamos de lado nuestras necesidades para atender las de los demás sin esperar nada a cambio. “Vale más la oración sincera y la limosna generosa que la riqueza adquirida injustamente. Vale más hacer limosnas que atesorar dinero. La limosna libra de la muerte y purifica de todo pecado. Los que dan limosnas gozarán de una larga vida” (Tobías 12:8–9). He aquí otras ideas para ejercer la limosna, inspiradas por el libro *Blessed by Less* [La bendición de tener menos] (Loyola Press, 2013), por Susan Vogt:

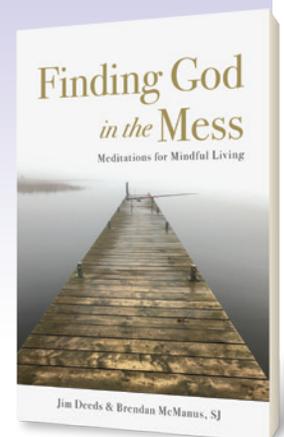
- Identifique una cosa de la cual tenga más de lo que necesite y deshágase de ella.
- Infórmese sobre las personas que viven en el umbral de la pobreza o por debajo de él.
- Intente no comprar nada durante una semana (excepto las cosas esenciales como alimentos, servicios de transporte, pago de facturas y gastos relacionados con emergencias).



Meditaciones para vivir de manera consciente

¿Cómo podemos sacar tiempo para la contemplación consciente y la oración? *Finding God in the Mess* [Encontrar a Dios en medio del desorden] es el recurso perfecto para aprender a hacer una pausa, dedicar tiempo para estar con Dios, contemplar nuestra vida y reconocer la presencia de Dios en medio de todo, especialmente en los momentos difíciles. Las meditaciones de *Finding God in the Mess* pueden usarse de manera independiente o con un grupo parroquial y en cualquier momento del día. ■

Finding God in the Mess [Encontrar a Dios en medio del desorden], por Jim Deeds y Brendan McManus, SJ (Loyola Press, 2020).



Encontrando a Dios: Nuestra respuesta a los dones de Dios

Un boletín informativo para padres y sus familias, publicado por Loyola Press

El boletín de Encontrando a Dios es una expresión de la obra de Loyola Press, un ministerio de la Compañía de Jesús, los Jesuitas.

Autor: Marcos González Villalba

Traducción: Edesio Sánchez-Gómez

Ilustraciones: página 1: D-Keine/iStockphoto/Getty Images, Yusuke Nishizawa/DigitalVision/Getty Images, Warling Studios, Pieter Bruegel the Elder, Wikimedia, página 2: FatCamera/E+/Getty Images, Ponomariova_Maria/iStock/Getty Images, página 3: Marina Seoane, VioletaStoimenova/E+/Getty Images, página 4: Halfpoint/iStock/Getty Images, Loyola Press, Erik Isakson/BlendImages/Getty Images.

Para contactar a nuestros escritores, escribanos a newsletter@loyolapress.com.

Los textos bíblicos corresponden a *La Biblia de nuestro pueblo* © 2006 Pastoral Bible Foundation y © Ediciones Mensajero. Todos los derechos reservados.

Loyola Press publica estos boletines siete veces al año (incluyendo Adviento y Cuaresma).

LOYOLAPRESS. UN MINISTERIO JESUITA

3441 N. Ashland Avenue
Chicago, Illinois 60657
(800) 621-1008
www.loyolapress.com

Visite www.loyolapress.com/familia para acceder a actividades, consejos y otros recursos a fin de fomentar una vida de fe en familia.

Número Web: W1901

Copyright © Loyola Press, 2021

Todos los derechos reservados. Está prohibida la reproducción de estos materiales sin el permiso explícito de la editorial.

El Viacrucis

Los católicos solemos rezar el Viacrucis como una forma de acercarnos a la Pasión de Jesús. Mientras reza las estaciones con su familia, invite a sus hijos a reflexionar sobre las siguientes preguntas.



- I. **Jesús es condenado a muerte:** ¿Cómo actuó cuando se me castiga injustamente a pesar de no haber hecho nada malo?
 - II. **Jesús carga con su cruz:** ¿Qué puedo hacer cuando me piden realizar algo difícil?
 - III. **Jesús cae por primera vez:** ¿Cómo actuó cuando no hago lo que se espera de mí?
 - IV. **Jesús encuentra a su dolorosa madre:** ¿Qué puedo hacer cuando mis padres están tristes o preocupados?
 - V. **Simón de Cirene ayuda a Jesús con la cruz:** ¿Qué puedo hacer por las personas que necesitan ayuda en el hogar o en la escuela?
 - VI. **Verónica limpia el rostro de Jesús:** ¿Qué puedo hacer cuando alguien se lastima o está sufriendo?
 - VII. **Jesús cae por segunda vez:** ¿Qué puedo hacer cuando alguien necesita ayuda con la tarea escolar o los quehaceres?
 - VIII. **Jesús se encuentra con las mujeres de Jerusalén:** ¿Qué puedo hacer cuando una persona mayor necesita ayuda?
 - IX. **Jesús cae por tercera vez:** ¿Cómo actuó cuando estoy cansado y de mal humor?
 - X. **Jesús es despojado de sus vestiduras:** ¿Cómo puedo encontrar ropa para quienes la necesitan?
 - XI. **Jesús es clavado en la cruz:** ¿Cómo puedo ayudar a una persona que no puede defenderse de un acosador?
 - XII. **Jesús muere en la cruz:** ¿Qué puedo hacer para perdonar a alguien que me ha hecho daño?
 - XIII. **Jesús es bajado de la cruz:** ¿Qué puedo hacer cuando un amigo necesita ayuda?
 - XIV. **Jesús es sepultado:** ¿Qué puedo hacer para ayudar a alguien que está triste?
- Oración final: ¡Jesús ha resucitado!**
Señor Jesús, al tercer día después de tu muerte, resucitaste, ¡conquistando la muerte para siempre! ¿Quién me ayuda en momentos de necesidad? (La oración final se incluye a veces como una decimoquinta estación).

El Viacrucis



Escanee el código QR para ver una presentación en línea del [Viacrucis para niños](#) que pueden rezar en familia. ■



La reconciliación

Las palabras “soy un pecador”, del Papa Francisco, suenan a verdad para todos nosotros. Ninguno de nosotros puede vivir de manera perfecta en esta vida, por lo tanto, el conflicto es inevitable. Si tenemos el discernimiento de ver que “todos han pecado y están privados de la presencia de Dios” (Romanos 3:23) —y más específicamente, cómo hemos caído— veremos que no tenemos razón para guardar rencor.

Cuando elegimos reconocer humildemente nuestras faltas, derribamos los muros que nos dividen y creamos un

espacio para la reconciliación. Podemos ser rechazados o podemos ser perdonados. La otra persona puede asumir la responsabilidad de su error, o quizás no. Pero, de cualquier manera, estamos seguros de que Dios nos perdonará. El Papa Francisco escribió en *Evangelii Gaudium*: “Dios no se cansa nunca de perdonar, somos nosotros los que nos cansamos de acudir a su misericordia”.

¿Ha ofendido usted a alguien? ¿Se ha despreocupado de confesar un pecado y de buscar el perdón? La reconciliación es una imagen de lo que Dios ha hecho por nosotros. Sea un agente de paz al buscar y ofrecer el perdón. ■

Semana Santa

¿Sabía que la palabra *santo* significa “consagrado”? Durante siglos, los cristianos han consagrado una semana completa —la Santa Semana— para conmemorar los sucesos relacionados con la Pasión, muerte y Resurrección de Jesús. La Semana Santa comienza el Domingo de Ramos, cuando recordamos la entrada de Jesús en Jerusalén. Recibimos ramos de palmas bendecidas y escuchamos la lectura de la Pasión de Jesús. El punto culminante del calendario litúrgico de la Iglesia es el Triduo Pascual, es decir, “los tres días” que comienzan al atardecer del Jueves Santo con la celebración de la misa de la Cena del Señor. En esta misa, recordamos la Última Cena que Jesús compartió con sus apóstoles. Después de lectura del Evangelio y la homilía, se realiza un solemne lavado de pies para simbolizar el acto en el que Jesús lavó los pies de los Apóstoles.



El Viernes Santo (a las 3 de la tarde), escuchamos una vez más la proclamación de la Pasión del Señor, esta vez, del Evangelio de Juan. Parte del culto del Viernes Santo es la adoración de la Cruz, durante la cual se invita a los miembros de la asamblea a acercarse y mostrar reverencia o respeto por la Cruz de Jesús, ya sea tocándola o besándola. El Sábado Santo se nos conduce desde la muerte de Jesús hasta su gloriosa Resurrección asistiendo a la Vigilia Pascual al atardecer. El sacerdote enciende y bendice una hoguera fuera de la iglesia para simbolizar la luz de Cristo resucitado, que luego se esparce por toda la oscura iglesia a las personas que sostienen velas cónicas.

Después de la homilía, celebramos la nueva vida de Jesús en quienes celebran los sacramentos de la Iniciación (el Bautismo, la Confirmación, la Eucaristía).

Entonces, ¿cómo podemos entrar de lleno en la Semana Santa y reactivar nuestra fe para el resto del año? ¿Por qué no empezar por aplicar los principios y hábitos que ya poseemos? Lo más probable es que hayamos reservado tiempo para ciertas cosas que son importantes para nosotros —como hacer ejercicio, correr, conectarnos con los demás en los medios sociales, o incluso, tomar una breve siesta—. Podemos hacer lo mismo con nuestra vida espiritual, reservando parte de cada día para estar con Cristo. Estos momentos pueden incluir ratos de oración, como el Examen Diario o la *lectio divina*; pueden ser dedicados a realizar obras de misericordia por los demás, o pueden ser dedicados a descansar con calma en la presencia del Señor. ■

Celebrar la Semana Santa en familia

Prepare un altar familiar con un crucifijo y una vela. Cada día de la Semana Santa, reúnanse en familia alrededor del altar y lean un fragmento de la Pasión de Jesús. Dé la oportunidad a los niños de hacer preguntas y responder al Evangelio.

La Pasión según el Evangelio de Marcos se puede leer a lo largo de la semana de la siguiente manera:



- **Domingo:** Marcos 11:1–10 (Evangelio en la Procesión de Palmas)
- **Lunes:** Marcos 14:1–11
- **Martes:** Marcos 14:12–26
- **Miércoles:** Marcos 14:27–52
- **Jueves:** Marcos 14:53–72
- **Viernes:** Marcos 15:1–41
- **Sábado:** Marcos 15:42–47

¡Póngase en contacto!



¡Nos encantaría recibir sus preguntas, comentarios o solicitudes! Los puede enviar a través del código QR que aparece arriba o mediante un correo electrónico a newsletter@loyolapress.com.

