

**Una Cuaresma activa**

**Arzobispo Jerome E. Listecki**

Al comenzar la Cuaresma, la Iglesia nos anima a enfocarnos en la oración, el ayuno y la limosna. Jesús claramente habló sobre la importancia de estas prácticas en el Sermón de la Montaña (Mateo 6: 1-18). Nos anima a todos como fieles discípulos intencionales de Jesús para reflexionar sobre cómo podemos poner en práctica este año estas disciplinas cuaresmales con un espíritu y energía y renovados.  
  
Este año, asegúrense que su limosna incluya actos de caridad y bondad. Visiten a alguien que esté solo; donen alimentos a su despensa local o a un refugio para mujeres.  
  
Este año, dejen que su ayuno le dé la libertad para renunciar a las cosas que les impiden profundizar su relación con Dios. Absténganse del resentimiento, la indiferencia, el aislamiento y el orgullo.  
  
Este año, inviten al Señor en su mente y su corazón a través de una oración sencilla, directa y sincera. Participen en el sacramento de la reconciliación; oren juntos como familia; lean algo espiritual.  
  
Hay tantos recursos y materiales cuaresmales que pueden ayudarnos a orar y a reflexionar sobre nuestro llamado durante este tiempo especial del año. El librito, *Magnifcat*, es una excelente guía para orar y reflexionar sobre las Escrituras y lo que Dios nos pide.  
  
Tracy Welliver de Liturgical Publications, Inc. hizo presentaciones recientemente por toda nuestra archidiócesis. Tracy escribió el libro titulado: La corresponsabilidad diaria: el camino de la cruz. Esta reflexión se puede usar personalmente o con otras personas como una excelente manera para reflexionar sobre el camino de Jesús a la Cruz.  
  
El Obispo Robert Barron, Matthew Kelly, Catholic Relief Services y numerosos editores nos proporcionan materiales que nos pueden ayudar en nuestras prácticas cuaresmales. Incluso el centro Juan Pablo II para la Nueva Evangelización de nuestra arquidiócesis tiene una herramienta maravillosa y sencilla llamada *El reto del 1%, para llegar a conocer a Jesús*. El reto del 1% es ayudarles a conocer a Jesús tomando 1% de su día (15 minutos) para orar con las Sagradas Escrituras durante 30 días.  
  
No hay escasez de recursos para ayudarnos a orar, ayunar y entregarnos durante la Cuaresma. Les animo a encontrar un recurso que les guíe y les ayude a acercarse a Dios esta Cuaresma.

**Recursos para la Cuaresma**

**Magnificat** - Cuaresma y todo el año <http://es.magnificat.net/inicio>

**La corresponsabilidad diaria: El camino de la cruz** – Tracy Earl Welliver – [www.4lpi.com/catholic-store/lent](http://www.4lpi.com/catholic-store/lent)  
**Reflexiones del Evangelio durante la Cuaresma** – Meditaciones diarias con el Obispo Barron - <http://www.lentreflections.com/espanol/>

**El reto del 1% para llegar a conocer a Jesús -** Centro Juan Pablo II para la Nueva Evangelización –

***Little Black Book for the Lenten Season*** – Diocese of Saginaw, MI - http://www.littlebooks.us/liturgical-season-books/

Conferencia de los Obispos de los Estado Unidos - Lecturas y reflexiones diarias  
[**http://www.usccb.org/bible/lecturas**](http://www.usccb.org/bible/lecturas)

Catholic Relief Services- <http://www.crsricebowl.org/es/>

La Palabra entre nosotros - <http://la-palabra.com/>

Aciprensa - Proporciona noticias e información sobre la Iglesia Católica - Cuaresma y todo el año https://www.aciprensa.com/