

We hope you enjoy these sample pages. For ordering information, visit Liguori.org.

Imprimi Potest:
Harry Grile, CSsR, Provincial
Provincia de Denver, Los Redentoristas

Publicado por Publicaciones Liguori
Liguori, Missouri 63057

Para pedidos, llamar al 800-325-9521
www.liguori.org

Derechos reservados © 2012,
Publicaciones Liguori

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada en un sistema de recuperación o transmitida en cualquier forma o por cualquier medio: electrónico, mecánico, fotocopia, grabación o cualquier otro, a excepción de las breves citas impresas en las revisiones, sin el previo permiso escrito de Publicaciones de Liguori.

Datos de publicación en el catálogo de la Biblioteca del Congreso

Reinhard, Sarah.
[Welcome risen Jesus. Spanish]
Bienvenido Jesús resucitado : reflexiones sobre la Cuaresma y la Pascua para las familias / Sarah A. Reinhard.—Primera edición.

páginas cm

ISBN 978-0-7648-2183-7

1. Cuaresma—Oraciones y devociones.
2. Pascua—Oraciones y devociones.
3. Familias—Oraciones y devociones.
4. Iglesia Católica—Oraciones y devociones I. Título.

BX2170.L4R3918 2012

242'.34—dc23

2011048669

Los textos de las Escrituras de este trabajo fueron tomados de la Biblia Latinoamericana. Todos los derechos reservados.

Publicaciones Liguori, organización sin fines de lucro, es un apostolado de los Redentoristas. Para conocer más sobre los Redentoristas, consulta Redemptorists.com.

Impreso en Estados Unidos de América.

14 13 12 11 / 4 3 2 1

Primera edición

Introducción

Pareciera que la Pascua no es tan importante como la Navidad, pero la verdad es que es MUCHO más importante que la Navidad. ¡Jesús resucitó de entre los muertos!

Antes de gozar de la felicidad de la Pascua, tenemos mucho que hacer para prepararnos, tenemos que hacer algo así como la limpieza anual de nuestras almas. En el año eclesiástico, a este tiempo se le llama Cuaresma.

La Cuaresma es el tiempo que reservamos antes de la Pascua y nos ayuda a corregir las cosas que nos obstaculizan el camino que nos lleva a nuestra meta: la vida eterna en el cielo. Tenemos mucho desorden y pecados que nos alejan de Dios.

Sin embargo, para la mayoría de nosotros, pasar cuarenta días, seis largas semanas, haciendo algún tipo de penitencia es muy difícil, y nos resulta fácil darnos por vencidos y renunciar.

Este folleto te ayudará a ti y a tu familia a concentrarte en los tres pilares de la Cuaresma: la oración, el sacrificio y la limosna. Cada día te ofrece un pasaje de la Escritura correspondiente al Evangelio de cada domingo, una breve reflexión, una sugerencia sobre cómo compartir con los demás, una sugerencia para hacer un sacrificio y una oración.

Deseo que tu familia pueda utilizar este folleto para acrecentar su fe durante la Cuaresma. Traten de vivir un momento de silencio cada día y pásenlo juntos como familia. Ya sea que lo hagan juntos o por separado, o si pudieron hacer todo o sólo alguna parte de lo que se sugiere para el día o para la semana, pido a Dios que al llegar la Pascua te encuentres mucho más firme en tu fe y que estés preparado para darle la bienvenida a Jesús resucitado.

Una vez que se han acabado los conejitos de chocolate y que nos hemos olvidado de los huevos de Pascua, aún tenemos ante nosotros a nuestro Salvador que ha resucitado. Él es la razón de nuestros aleluyas y Él debe de ser el amor al que nos debemos aferrar después de poner este folleto en el librero.

Que tu Cuaresma esté llena de bendiciones este año y que tu Pascua sea mucho más feliz debido el tiempo que pasarás con Jesús en los siguientes días. Nuestra recompensa, así lo esperamos, será la vida eterna con Jesús en el cielo.



Sarah Reinhard



Miércoles de Ceniza

Guárdense de las buenas acciones hechas a la vista de todos, a fin de que todos las aprecien. Pues en ese caso, no les quedaría premio alguno que esperar de su Padre que está en el cielo.

MATEO 6:1

Reflexiona Si acudes a recibir las cenizas hoy, seguramente escucharás: “Recuerda que polvo eres y en polvo te convertirás”. Esto nos recuerda que no estamos hechos para este mundo. Nuestra meta es vivir de tal modo que podamos llegar al cielo.

Piensa en algunas cosas que puedan interferir entre tú y Dios. ¿Se te dificulta llevarte bien con cierta persona? ¿Te cuesta trabajo rezar todos los días? ¿Hay algún área de tu vida que debas mejorar?

Esta semana, pensemos en formas en qué podamos hacer sacrificios, ya sea que hagamos alguna labor extra o que dejemos de hacer algo que nos guste. Mientras lo hacemos, recordemos el pasaje de la Escritura de hoy y tratemos de no llamar la atención hacia nosotros.

COMPARTE Mientras Reflexionas sobre el polvo del que vienes y sobre el polvo en que te convertirás, haz una tarjeta en memoria de algún ser querido que ha muerto. Reza una oración por esa persona. Comparte la tarjeta con alguien más que también quiso a esa persona.

Sacrificate Hoy es uno de los dos días en que la Iglesia nos pide ayuno y abstinencia. Para mucha gente, esto significa no comer carne y comer un poco menos de lo habitual. Además de ayunar, intenta recordar de alguna forma a los que tienen menos que tú.

Muchos niños en el mundo no tienen qué comer y por las noches se van a dormir con hambre, con tanta hambre que lloran. Cuando sientas hambre hoy, reza una oración por esos niños, y, si puedes, trata de aguantar tu hambre un rato más.

REZA *Jesús, es difícil hacer sacrificios. Estoy acostumbrado a tener todo lo que quiero cuando yo quiero. Cuando sienta hambre hoy, ayúdame a recordar cuánto me amas.*

Jueves

DESPUÉS DEL MIÉROCLES DE CENIZA

Reflexiona El Evangelio de hoy nos recuerda lo importante que es ser discreto al ser generosos. “Ayudar a un necesitado” muchas veces es darle dinero, pero también puede ser dar comida, ropa u otras cosas.

Muchas veces resulta fácil decirles a los demás lo que estamos haciendo y cómo compartimos nuestras cosas. Tal vez porque queremos ser un buen ejemplo para ellos y los queremos motivar, pero esto puede resultar contraproducente. El Evangelio de hoy nos dice que no seamos presumidos ni que publiquemos lo que hacemos. Nos dice que si otros nos comentan que estamos haciendo un buen trabajo, ya hemos recibido nuestra recompensa.

La alternativa es ser discretos en cuanto a nuestras buenas obras o a los regalos que hacemos. Esto no siempre nos trae una recompensa inmediata, pero Dios nos ve y sabe lo que estamos haciendo.

Una forma de practicar esto es hacer pequeños actos de caridad. Ayuda a tu hermanito a atarse sus agujetas sin decírselo a tu mamá. Ordena tu cuarto, barre o limpia el patio sin decirle a nadie que tú lo hiciste.

No es fácil. Muchas veces ni siquiera te hace sentir bien. Pero los sacrificios te hacen más fuerte y preparan tu alma para todo lo que harás más adelante en tu vida.

COMPARTE ¿Tienes ahorrado algún dinero? Da una parte al dispensario para ayudar a quienes lo necesitan.

Sacrificate Dale tu postre o tu parte favorita del almuerzo a alguien más.

REZA *Jesús, no me gusta hacer sacrificios. No estoy acostumbrado a hacerlos. Camina junto a mí y ayúdame a no desanimarme cuando fracaso o cuando se me olvida y le cuento mis buenas obras a los demás. Guíame para estar más cerca de Ti.*



Cuando ayudes a un necesitado, no lo publiques al son de trompetas; no imites a los que dan espectáculo en las sinagogas y en las calles, para que los hombres los alaben. Yo se lo digo: ellos han recibido ya su premio.

MATEO 6:2



**Pero tú,
cuando reces,
entra en tu
pieza, cierra
la puerta y
ora a tu Padre
que está allí, a
solas contigo.
Y tu Padre,
que ve en lo
secreto, te
premiará.**

MATEO 6:6

Viernes

DESPUÉS DEL MIÉROCLES DE CENIZA

Reflexiona A pesar de que no debemos mantener nuestra vida de oración necesariamente en secreto, el Evangelio de hoy nos dice que debemos tener una vida de oración privada.

Imagina que entrar en tu recámara interior es como compartir un secreto con tu mejor amigo, y ese amigo es Jesús. No tienes que centrarte en que estás rezando, sino que sólo debes hacerlo. La Cuaresma es un buen tiempo para comenzar una vida de oración. Cuando llegue la Pascua, te habrás preparado de la mejor forma posible: pasando tiempo en oración con Dios, solos tú y Él.

Cuando nos ponemos en el centro de atención y hacemos como que somos buenos y piadosos, recibimos nuestra recompensa en el momento en que impresionamos a los demás. Sin embargo, cuando rezamos y hacemos buenas obras en secreto, recibimos una recompensa mucho más grande que nos da nuestro Padre Celestial.

COMPARTE Reza: “Jesús, ten piedad de mí”, antes de hablar con cada persona hoy.

Sacrificate Cada vez que comas hoy, reza por los que tienen hambre.

REZA *Jesús, quiero pasar tiempo contigo. Esta Cuaresma dame fortaleza y perseverancia para formar el hábito de orar y pasar tiempo contigo.*

Sábado

DESPUÉS DEL MIÉROCLES DE CENIZA

Reflexiona Ya sea que ayunemos absteniéndonos de comida o de cualquier otra cosa, ayunar es difícil. Es aún más difícil no quejarnos sobre el ayuno.

Se nos dice en la lectura de hoy que cuando ayunemos no pongamos cara triste, lo que significa que cuando ayunemos, nos debemos ver normales o incluso CONTENTOS. Así es que además de hacer algo difícil, tenemos el reto de ir más allá y estar alegres por el ayuno.

Los primeros cuatro días de la Cuaresma son los más difíciles. Nos estamos acostumbrando a las prácticas que haremos durante este tiempo y tal vez nos demos cuenta de que las cosas van a ser más difíciles de lo que creíamos. En medio de todo esto, se supone que debemos sonreír y no sólo fingir que lo estamos disfrutando, debemos disfrutarlo en verdad.

A medida que nos acercamos a la primera semana de Cuaresma, piensa en los sacrificios que puedes hacer. Mientras te preparas para hacer esos sacrificios, trata de formentar un espíritu de alegría en ti.

COMPARTE Reza una oración especial, tal vez un misterio del rosario, por alguien a quien hiciste enojar esta semana.

Sacrifícate No te quejes el día de hoy.

REZA *Jesús, hacer sacrificios no es fácil. ¡Y la Cuaresma en tan larga! Toma mi mano y ayúdame a recordar que todos los sacrificios que haga por Ti, bien valen todo mi esfuerzo.*



**Cuando
ustedes hagan
ayuno, no
pongan cara
triste, como
los que dan
espectáculo
y aparentan
palidez, para
que todos
noten sus
ayunos. Yo se
lo digo: ellos
han recibido
ya su premio.**

MATEO 6:16

Primer domingo

Y después de estar sin comer cuarenta días y cuarenta noches, al final sintió hambre.

MATEO 4:2

Reflexiona Seguimos en el inicio de la Cuaresma, pero tenemos un pequeño descanso: ¡ya es domingo! Los domingos, incluso durante la Cuaresma, conmemoramos la resurrección de Jesús cuando participamos en la Misa.

Esta semana consideraremos sacrificarnos de forma especial, a pesar de que haremos sacrificios durante toda la Cuaresma. Las lecturas de esta semana mencionan el ayuno del mismo Jesús, cuando se fue al desierto después de haber sido bautizado por Juan el Bautista.

Jesús fue tentado y debemos saber que nosotros también lo seremos. Tal vez falles y pienses que no hay razón para seguir. ¡Pero sí hay razón! Muchas veces lo importante al hacer sacrificios no es hacer todo perfecto, sino volver a la lucha inmediatamente después de haber fallado.

Jesús nos da un ejemplo de cómo debemos reaccionar ante la tentación. En cada una de sus respuestas, Él usa la palabra de Dios. Cuando estemos en tentación, recordemos dirigirnos hacia Dios como Jesús lo hizo.

AYUNA

o de Cuaresma

COMPARTE Levántate temprano y haz (o ayuda a hacer) el desayuno para tu familia.

Sacrificate Este día evita servirte dos veces en tus comidas.

REZA *Ayunar es difícil, Jesús, pero sé que Tú caminas junto a mí en mis momentos difíciles. Recuérdame guardar tu palabra en mi corazón para levantarme cuando fallo.*



¡Aleluya!



Bienvenido, Jesús resucitado ofrece actividades diarias que motivan a las familias a

**REFLEXIONAR * COMPARTIR
SACRIFICARSE * REZAR**

Basado en el Evangelio. Las actividades que se presentan fueron diseñadas para unir y comprometer a toda la familia durante la Cuaresma, relacionando los acontecimientos de la vida cotidiana con reflexiones y pasajes del Evangelio. Cada domingo, la fe de tu familia se fortalecerá más y juntos descubrirán el verdadero significado de estas fechas.



Desde su vida en una granja, entre niños y animales pequeños, **Sarah Reinhard**, madre y esposa católica, escribe en su blog, snoringscholar.com. En él nos habla del matrimonio, la maternidad, entretenimiento y de muchas otras cosas.

Otro título de Sarah Reinhard:

Bienvenido, Niño Jesús: Reflexiones de Adviento y Navidad para la familia.

 **LIBROS
LIGUORI**

ISBN 978-0-7648-2183-7



9 780764 821837