

*DDiario de Reflexión Cuaresma 2022
para su uso con*

THE BEST OF JOE SICA

LENT 2022

A Time
FOR
Mending

*Daily Reflections, Actions
and Prayers*



JOSEPH F. SICA

Para aquellos que usan *Tiempo Para Reparar* para compartir la fe en grupos pequeños, tal como el *Grupo de Fe en Español*, por favor considere las siguientes pautas.

Pautas Para Grupos Pequeños de St. Mónica

Participar en una actividad para compartir la fe en grupos pequeños es una oportunidad espiritual que beneficia a todos los involucrados. Por favor, lea las directrices juntos antes de cada reunión.

- + Dios nos ha creado a cada uno de nosotros de manera única, y reconozco que todos comparten esta experiencia con diferentes antecedentes, experiencias y puntos de vista. Me comprometo a **honrar nuestras diferencias**, sabiendo que se suman a la riqueza de la experiencia del grupo.
- + Dios frecuentemente habla a través de lo desconocido y lo diferente. **Escucharé atentamente** para comprender completamente los diferentes puntos de vista, dándome cuenta de que estos otros puntos de vista ayudarán con mi propio desarrollo espiritual.
- + Escuchar es un acto de amor y atención. **Practicaré el discernimiento como escucha sagrada, escucharé con respeto, no interrumpiré y no participaré en conversaciones secundarias.**
- + La forma en que trato a otra persona es mucho más importante que mis opiniones y perspectivas. **Respetuosamente buscaré aclaraciones** de otras perspectivas para ampliar mi comprensión.
- + Debido a que Dios nos hizo, todas las personas son de igual importancia y valor, y todas las voces son importantes. Me comprometo a asegurar que **todos tengan la oportunidad de hablar**, y animaré a **otros a hablar antes de que yo vuelva a hablar.**
- + **Nunca criticaré ni condenaré** lo que otros comparten en el grupo. **Nunca daré consejos.** Soy **libre de permanecer en silencio**, si lo deseo.
- + Nos reunimos para apoyarnos, no para curar. **Dios hace la curación.**
- + Dios nos ha dado a cada uno de nosotros dones que se dan con la esperanza y la expectativa de que estos dones serán compartidos. **Participaré plenamente**, compartiré la responsabilidad del proceso y la experiencia del grupo, y me comprometeré a la asistencia regular y puntual. **Me comprometo a llegar a tiempo.**
- + Confiamos el uno en el otro completamente. **Todo lo que compartimos en nuestro es siempre confidencial.** Respetaré que todo lo que se comparte dentro del grupo permanecerá dentro del grupo.

Preparándonos para la Cuaresma

... el contexto

La Cuaresma nos invita a la conversión, a un cambio de mentalidad, para que la verdad y la belleza de la vida se encuentren no tanto en poseer sino en dar, no tanto en acumular sino en sembrar y compartir la bondad.

-Papa Francisco, febrero de 2022

Te invitamos a participar en esta temporada de renovación usando **Tiempo Para Reparar** escrito por Joseph F. Sica. Este libro nos guía a través de las lecturas diarias durante la Cuaresma, brindando oportunidades para la oración y la reflexión. Las preguntas se proporcionan en este diario para estimular la reflexión diaria, para su contemplación personal y pueden ser utilizados (o no utilizados) de cualquier manera que le ayude a conectarse con las lecturas del día. Tal vez incluso usted pueda meditar sobre otras preguntas que no se presentan en este libro.

Al reflexionar, es posible que desee considerar lo siguiente:

- ~ SEPA que Dios está presente
- ~ LEA el evangelio
- ~ OBSERVE lo que piense y lo que siente
- ~ ORE a medida que es guiado, por usted mismo y por los demás
- ~ ESCUCHE a Dios
- ~ PÍDALE a Dios que le muestre cómo vivir cada día

SEPA que Dios está presente y listo para conversar con usted. Dedique un tiempo hoy a reflexionar sobre su horario diario. Al comenzar la preparación para la pasión, muerte y resurrección de Jesús, planee dedicar un tiempo específico a la oración y la reflexión cada día de la Cuaresma. ¿Qué cambios positivos le gustaría hacer en esta Cuaresma?

Cuaresma 2022

3/2-3/5 Semana del Miércoles de Ceniza

Miércoles de Ceniza: Todos Estamos “Golpeados”

¿Qué en mi vida me ha hecho sentir "golpeado"? ¿Qué tesoros ha dado Dios para ayudarme? ¿En qué parte de mi vida quiero o necesito cambiar de dirección? ¿Hay hábitos que quiero cambiar? ¿Cómo puedo hacer esto?

Jueves: ¡Esto es Lo Que Soy!

En el fondo, ¿creo en mi propio valor? ¿Cuáles son mis mejores rasgos y fortalezas? ¿Quiénes son las personas en mi vida que me edifican y me hacen sentir bien? ¿Cómo puedo ser una persona que edifica a los demás?

Viernes: La Risa Sana

¿Con qué facilidad encuentro el humor en las cosas? ¿Cuándo fue mi última risa grande? ¿Encuentro humor en mi vida de fe? ¿Cómo podría aumentar la alegría y la risa en mi vida?

Sábado: Todas Somos “Animadores”

¿Uso mis palabras para elevar a los demás? ¿Quién en mi vida puede necesitar aliento hoy? ¿Cómo podría compartir palabras positivas con ellos?

Reflexiones de la Semana:

Semana de Cuaresma 1

3/6-3/12

Domingo: Es hora de Despertar

¿De qué manera soy tentado? ¿Qué "llamadas de despertador" tengo o enfrento? ¿Qué gracias puedo encontrar en estas experiencias? ¿Cómo estoy creciendo a través de mis tentaciones y llamadas de atención?

Lunes: Pequeños Actos de Bondad

¿Cómo me preocupo por los demás? ¿De qué manera impacto a los demás? ¿Qué pequeñas cosas me tocan y cómo puedo hacer lo mismo por otra persona?

Martes: ¡Perdona y Sigue Adelante!

¿Hacia quién en mi vida tengo ira y resentimiento? ¿Hay algo que necesito perdonar? ¿Qué debo hacer para dejar ir y salir de una situación dolorosa?

Miércoles: ¿Oportunidades de Oro u Oportunidades Perdidas?

¿Qué excelente oportunidad puedo aprovechar hoy? ¿Qué me distrae de disfrutar cualquier momento? ¿Qué es algo que he notado recientemente que debo hacer? ¿Cómo puedo identificar las señales de oportunidad a mi alrededor?

Jueves: Lo Que Va Por Ahí, Vuelve

¿Qué relaciones en mi vida son las más importantes para mí? ¿De qué manera actúo en estas relaciones con las que estoy feliz? ¿Y con las que me Disgustan?

Viernes: Reenfocar y Perdonar

¿En qué parte de mi vida necesito reconciliarme? ¿Qué decisiones podría tomar para lograrlo?
¿Dónde podría enfocar mi energía positiva?

Sábado: ¿Cómo Puedo Quererte?

¿A quién en mi vida encuentro difícil? ¿A quién lucho por amar? ¿Qué decisiones puedo tomar para ser más cariñoso? ¿Cómo deseo responder?

Reflexiones de la Semana:

Semana de Cuaresma 2

3/13-3/19

Domingo: Viviendo en la Gloria

¿Cómo me ha afectado el dolor o la tristeza por una situación adversa? ¿Cómo puedo ser más compasivo con alguien padeciendo dolor interno? ¿Qué significa la idea de "algún día" para mí?

Lunes: Caminando en Los Zapatos de Otro

¿A quién juzgo? ¿Por qué? ¿Puedo intentar ponerme en su lugar? ¿Cuándo he errado? ¿Cómo ha lastimado mi error a mí mismo u otro?

Martes: El Poder de Influir a Los Demas

¿A quién influyo? ¿Quién me influye? ¿Cómo puedo usar la influencia para crear resultados positivos?

Miércoles: Aceptando "Lo que es"

¿Qué me ha decepcionado recientemente? ¿Cómo manejé un resultado inesperado? ¿Qué me sorprende? ¿Qué tan bien puedo adaptarme en estas situaciones?

Jueves: Comparte tu Corazón

¿Qué dones tengo para compartir con los demás? ¿Qué experiencias en mi vida puedo convertir en servicio a los demás? ¿Cómo puedo convertir un arrepentimiento en una experiencia de aprendizaje positiva?

Viernes: Ser lastimado Por Aquellos a Quien Amamos

¿Me siento dolido por las acciones de alguien a quien quiero? ¿Cuál podría ser el verdadero problema? ¿Qué puedo hacer para resolver el problema?

Sábado: Enfrentese a lo Inesperado Con Fe

¿Hay algún problema en mi vida que necesito entregar a Dios? ¿Cómo puedo trabajar para entregarme a Dios? ¿Quién puede ayudarme en este esfuerzo?

Reflexiones de la Semana:

Semana de Cuaresma 3

3/20-3/26

Domingo: La Paciencia es Una Virtud

¿En qué área de mi vida necesito cultivar más paciencia? ¿Qué área en mí vida o en la de otros está creciendo más lentamente de lo que me gustaría? ¿Cómo puedo practicar la paciencia?

Lunes: Queriendo Complacer a Todo el Mundo

¿Cómo me sacrifico siempre para complacer a los demás? ¿Cómo se esfuerzan los demás para complacerme? ¿Doy por sentado a los demás? ¿Cómo puedo fijar límites y decir que no a ciertas peticiones, y dedicar más tiempo a cuidarme, descansar o simplemente hacer lo que apetezco en un momento dado? ¿Cómo puedo seguir los pasos de Cristo y aprender a distanciarme?

Martes: Llámeme Si Me Necesitas

¿En qué áreas de mi vida estoy luchando? ¿Quién podría ayudarme a encontrar soluciones adecuadas? ¿Veo a alguien más luchando también? ¿Cómo podría ayudarlo? ¿Qué tan compasivo soy?

Miércoles: Dando lo Mejor de Nosotros

¿Cómo influyo a otros y los ayudo a edificarse? ¿Cómo influyo a otros negativamente y provocho que una persona se desvalorize a sí misma o adopte una actitud o emociones negativas? ¿Cómo puedo esforzarme a dar lo mejor de mí?

Jueves: Bajando la Temperatura

¿En qué parte de mi vida percibo que existe el antagonismo? ¿Cómo puedo lograr la reconciliación para restaurar alguna relación que haya sido alterada por algún conflicto? ¿Cómo reacciono ante un conflicto? ¿Cómo me gustaría responder a un conflicto?

Viernes: Enfrentese a la Vida Sin Miedo

¿Cuáles son mis mayores temores? ¿Cómo puedo esforzarme para superarlos? ¿Qué papel juega mi fe en este aspecto de mi vida?

Sábado: El Poder Para Cambiar

¿Hay áreas en mi vida en las que necesito explorar un cambio? ¿Qué resultado espero surja de este cambio?

Reflexiones de la Semana:

Semana de Cuaresma 4

3/27-4/2

Domingo: Mantener Vivos los Recuerdos

¿Qué recuerdos vienen a mi mente al evocar tiempos pasados? ¿Qué puedo apreciar de estos recuerdos? ¿A qué o a quien me recuerdan estas memorias? ¿Hay personas o lugares a quienes recuerdo?

Lunes: Abraza lo Desconocido

¿Qué tan dispuesto estoy a ser un creyente? ¿Cómo respondo a lo desconocido? ¿Cómo estoy creando propósito en mi vida? ¿Cuáles son las alegrías que hemos experimentado en este día?

Martes: Escucha Con el Corazón

¿Qué tan bueno soy para escuchar a los demás? ¿Hay alguien que necesite que lo escuche atentamente hoy? ¿Cómo puedo prestar más atención a aquellos que necesitan ayuda? ¿Qué me gustaría compartir con alguien que esté dispuesto a escucharme?

Miércoles: ¡Amar Ahora, Veamos Cómo!

¿Qué relaciones en mi vida son las más afectuosas? ¿Cómo contribuyo a estas relaciones? ¿Cuándo soy más sincero con mis palabras y mis acciones? ¿Cómo puedo fomentar esa sinceridad?

Jueves: Elige la Gratitud

¿De qué me he estado quejando últimamente? ¿Por qué? ¿Qué me haría sentir gratitud por esas cosas? ¿Cuál es la causa mayor de gratitud en mi vida?

Viernes: Amigos Para Toda la Vida

¿Quién me ofrece amistad real? ¿Cómo respondo? ¿Qué hago para nutrir mis amistades? ¿Cómo reflejan mi amistad con Jesús?

Sábado: Reconsiderando Nuestras Prioridades

¿Qué es lo más importante para mí? ¿Reflejan mis acciones estas prioridades? Si es así, ¿cómo? Si no, ¿por qué no? ¿Vivo mi vida en la manera que otros entienden lo que es más importante para mí?

Reflexiones de la Semana:

Semana de Cuaresma 5

4/3-4/9

Domingo: Mírese en el Espejo Primero

¿Cómo he lastimado a los demás con mi crítica o he sido lastimado por la crítica de otras personas?
¿De qué manera juzgo a los demás? ¿A quién he juzgado solo para descubrir más tarde que la información que tenía sobre la persona que critiqué estaba incompleta o incorrecta?

Lunes: Existen Posibilidades en Todas Partes

¿Qué es lo que más que anhelo en mi vida? ¿Ha mi actitud negativa interferido con mis intentos de perseguir lo que anhelo? ¿Puedo visualizar correctamente lo que deseo en mi vida, aunque parezca abrumante en este momento?

Martes: Deseando Mi Propia Estrella

¿Qué me gusta de mí mismo? ¿Qué dones me ha dado Dios que yo pueda aprovechar y compartir con los demás? ¿Cómo podría mi auto-rechazo de los aspectos que no me gustan de mí mismo eclipsar los aspectos de mí mismo que más me gustan?

Miércoles: La Verdad, Solo Toda la Verdad

¿Me considero una persona honesta? ¿Soy un narrador de la verdad? ¿Cómo me ha ayudado o perjudicado ser así? ¿Hay cosas sobre las que he sido deshonesto por las que necesito asumir responsabilidad?

Jueves: Vivir Como si no Existiera el Mañana

¿Cuáles son mis sentimientos y actitudes sobre la muerte? ¿Cómo influyen en la forma en que vivo?
¿Qué papel juega mi fe?

Viernes: Qué Hacer Con los Críticos

¿Cómo respondo a las críticas? ¿Por qué? ¿Cómo me gustaría responder? ¿Qué tanto yo crítico a los demás?

Sábado: Contando Mis Bendiciones

¿Qué yo envidio en la vida de los demás? ¿Juega un papel la competitividad? ¿Cómo puedo enfocarme en las bendiciones que he recibido en la vida? ¿Por cuales regalos que he recibido en mi vida me siento agradecido?

Reflexiones de la Semana:

Semana de Cuaresma 6

4/10-4/16 Semana Santa

Reflexione: ¿Cómo me estoy preparando para la Semana Santa? ¿Cómo participaré en los servicios de Semana Santa?

Domingo de Ramos: "¡Uy!" Momentos

¿De qué errores me debo liberar para perseguir mis metas? ¿Por qué? ¿Tiendo a menudo a culpar a los demás por mis errores, o asumo responsabilidad cuando las cosas van mal? ¿Cuán a menudo acepto responsabilidad por mis errores y/o pido disculpa?

Lunes: Elija a Sus Amigos Con Cuidado

¿De qué manera uso a las personas que me rodean para conseguir lo que quiero? ¿Alguna vez me he sentido usado por otros? ¿De qué manera soy generoso? ¿Cómo me siento cuando doy libremente a los demás?

Martes: Cuide Su Espalda

¿Qué consecuencias ha tenido la traición de un vínculo de confianza en mi vida y en mis relaciones? ¿Albergo un sentimiento de enojo por una traición? ¿Cómo puedo vencer el temor a la traición?

Miércoles: Unidos Todos

¿Me acompaña un sentimiento de culpa de forma constante? ¿Utilizo el mecanismo de la racionalización, es decir, busco razones para justificar mi comportamiento o esconder mis errores, o culpo a los demás? ¿Cómo puedo afrontar el sentimiento de culpa cuya causa es válida y deshacerme del sentimiento de culpa por cosas que se escapan de mi control?

Jueves: ¿Cómo Quiere Ser Recordado?

¿En quién pienso cuando imagino a Jesús? ¿Qué cualidades de Jesús quiero imitar y convertir en el legado que dejaré cuando ya no esté? ¿Cómo puedo cultivar estas cualidades en mi vida?

Viernes Santo: Soy Más Grande Que Tú

¿Qué dificultades o grandes cargas estoy dispuesta a llevar como mi propia cruz? ¿Cómo puedo tomar mi cruz con una actitud de entereza? ¿Cómo puede la aplicación de la cruz a la vida personal representar la senda hacia una nueva vida?

Sábado Santo: ¡Nunca Se rinda!

¿Cómo reacciono cuando las cosas no salen como yo esperaba? ¿Me rindo ante un reto que te está mostrando la vida o sigo luchando con perseverancia y esperanza? ¿De qué recursos dependo para ayudarme a seguir adelante?

Reflexiones de la Semana:

¡Aleluya! Jesús ha resucitado... ¡¡Él ha resucitado de hecho!!

Señor, te pido que continúes revelándote en mi vida y que pueda verte en todas las cosas.

Gracias por enseñarme a...

CONOCERTE en la vida y la resurrección,

LEER sobre ti en mi jornada de Cuaresma,

VERTE en todas las cosas cada día,

ORAR a ti en gratitud y necesidad,

ESCUCHAR atentamente tu voluntad y tu dirección

PEDIR ayuda y orientación en el camino.

¡Amén! ¡Aleluya, Jesús ha resucitado en MÍ!