

9 DÍAS POR LA VIDA: LUNES 14 DE ENERO – MARTES 22 DE ENERO

www.9daysforlife.com

Primer Día: Lunes 14 de enero de 2019

Intercesión: Que una cultura de vida se haga cada vez más fuerte en nuestras comunidades.

Oraciones: *Padre Nuestro, 3 Ave Marías, Gloria*

Reflexión: Dios ha creado cuidadosa y amorosamente a cada persona, a su imagen y semejanza, para que tenga una relación amorosa con él. Desde cada minúsculo niño formándose en el vientre de una madre, hasta cada persona que se aproxima a la muerte, todos somos amados por Dios de manera perfecta y completa. “Por tanto, lo que todos debemos asegurar a nuestro prójimo”, explica san Juan Pablo II, “es un servicio de amor, para que siempre se defienda y promueva su vida, *especialmente cuando es más débil o está amenazada* [cursivas añadidas]” (*Evangelium vitae*, 77).

En un mundo en el que los más vulnerables a menudo son pasados por alto e ignorados, Cristo nos llama a abrazar y defender la dignidad incondicional de cada vida humana. Con ello ayudamos a construir “una cultura nueva de la vida, fruto de la cultura de la verdad y del amor” (*EV*, 77).

Actos de reparación (elige uno):

- ¿Te encanta tu taza de té o de café? Abstente de la cafeína hoy, o toma tu café sin azúcar.
- “Desconéctate” por algún tiempo, y reflexiona sobre cómo Dios te está pidiendo que ayudes a construir una cultura de vida en tu hogar, lugar de trabajo o comunidad de la Iglesia.
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer para la intención de hoy.

Un paso adicional: Al mirar las noticias y leer los titulares, a menudo podemos sentirnos impotentes ante una desgarradora falta de respeto por la vida humana. Cuando nuestros esfuerzos por marcar una diferencia parezcan pequeños, es importante recordar que cambiar la cultura es un proceso de conversión que comienza en nuestros propios corazones. Incluye la voluntad de ser instruido y el deseo de estar cerca de Jesús, la fuente de la alegría y el amor.

Para más ideas, “Edificar una cultura de vida” (www.bit.ly/una-cultura-de-vida) explica brevemente por dónde empezar.

Evangelium vitae (*El Evangelio de la vida*), no. 77 © 1995, Libreria Editrice Vaticana. Utilizado con permiso. Todos los derechos reservados. Copyright © 2018, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. Todos los derechos reservados.

Segundo Día: Martes 15 de enero de 2019

Intercesión: Que todas las personas acepten la verdad de que cada vida es un don bueno y perfecto y que merece vivir.

Oraciones: *Padre Nuestro, 3 Ave Marías, Gloria*

Reflexión: En cada etapa y en cada circunstancia, somos sostenidos en la existencia por el amor de Dios. La presencia de una enfermedad, discapacidad u otra circunstancia desafiante nunca disminuye el valor de una vida humana. Porque Dios no nos llama a la perfección de las apariencias o habilidades, sino a la perfección en el *amor*. Cristo nos invita a abrazar la vida que se nos ha dado, por tanto tiempo como se dé, como verdadero don.

Nuestras relaciones en esta tierra son para ayudarnos a crecer en el amor perfecto de Dios. Todas las personas con quienes nos encontramos son un don, no por lo que puedan hacer o lograr, sino por lo que *son*: hijos amados de Dios. Que cada uno de nosotros experimente el poder del amor transformador de

Dios, para que nuestros ojos se abran a la increíble belleza de las personas que el Señor pone en nuestra vida.

Actos de reparación (elige uno):

- Tómate hoy un descanso de la televisión, las películas y las redes sociales. Considera pasar algo de ese tiempo reflexionando sobre el mensaje de hoy.
- Reza la breve oración “Cada vida merece vivir”, reflexionando sobre cómo puedes llevar el amor de Cristo a los demás hoy. (La oración también está disponible en www.bit.ly/cada-vida-merece-vivir.)

*Padre celestial, gracias
por el preciado don de la vida.
Ayúdanos a valorar y proteger
este don, incluso si hay temor,
dolor y sufrimiento.
Danos amor por todas
las personas, en especial las más
vulnerables, y ayúdanos a dar
testimonio de la verdad
que toda vida merece vivir.*

*Concédenos la humildad de
aceptar ayuda si la necesitamos,
y enséñanos a ser misericordiosos
con todos.
Que otros encuentren,
por nuestras palabras y acciones,
el abrazo de Tu misericordia.
Te lo pedimos por Cristo,
nuestro Señor.
Amén.*

- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer para la intención de hoy.

Un paso adicional: Nuestra cultura está obsesionada con la perfección, una perfección superficial. Las redes sociales, revistas y televisión se organizan y editan para representar vidas aparentemente perfectas. Cuando la vida no parece estar a la altura de estos estándares, podemos dudar de nuestro valor o del amor de Dios.

En “Un regalo perfecto” (www.bit.ly/un-regalo-perfecto-2018), una madre comparte la experiencia de criar a un niño con síndrome de Down, contrastándolo con lo que los espectadores podrían percibir: “Es como mirar un vitral desde afuera: Los colores se ven oscuros, y no puedes distinguir bien las figuras. Sin embargo, desde dentro, cuando el sol la atraviesa, el efecto puede ser brillante. Desde dentro de nuestra familia, el amor ilumina nuestra vida con Charlie.* Lo que puede parecer sombrío para otros, tal vez hasta insoportable, realmente está lleno de belleza y color”. Toda vida es un regalo.

* Se cambió el nombre por privacidad.

Copyright © 2018, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. Todos los derechos reservados.

Tercer Día: Miércoles 16 de enero de 2019

Si tú o alguien que conoces ha sido víctima de abuso por un miembro del clero, denuncia el abuso a las agencias de la ley. También puedes comunicarte con tu coordinador diocesano local de asistencia a las víctimas: www.bit.ly/va-coordinators. (Este sitio web está en inglés.)

Intercesión: Que todas las personas que han experimentado abuso sexual reciban justicia, sanación y la paz de Dios.

Oraciones: *Padre Nuestro, 3 Ave Marías, Gloria*

Reflexión: Informes recientes han expuesto una vez más los terribles abusos que muchos han sufrido a manos de un miembro del clero católico. A nuestros corazones les duele el daño grave que se ha infligido a nuestros hermanos y hermanas. Las palabras solas no pueden expresar nuestro dolor, vergüenza y

decepción por el hecho de que tales afrentas a la dignidad humana se hayan llevado a cabo dentro de nuestra Iglesia.

Es nuestra oración y esperanza que todos los que han experimentado abuso encuentren la sanación y justicia que tan justamente merecen, sabiendo que nunca están solos. Porque “solo enfrentando nuestro propio fracaso frente a los crímenes contra aquellos a quienes se nos ha encomendado proteger puede la Iglesia resucitar una cultura de la vida donde la cultura de la muerte ha prevalecido” (*Respuesta del presidente de la Conferencia de Obispos Católicos de los Estados Unidos a la “Carta al pueblo de Dios” del papa Francisco, 2018*).

Actos de reparación (elige uno):

- Ayuna una comida hoy.
- Busca la intercesión de Nuestra Señora rezando un Rosario para la sanación y protección (www.bit.ly/rosario-sanacion-y-proteccion).
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer para la intención de hoy.

Un paso adicional: En 2002, el delito y pecado del abuso sexual infantil en la Iglesia fue puesto de manifiesto a la vista de todos. Si bien aún hay mucho más por hacer, en los últimos 16 años la Iglesia ha trabajado para brindar sanación a las víctimas y supervivientes y para prevenir futuros abusos a través de la implementación del *Estatuto para la protección de niños y jóvenes*.

Para más información sobre cómo prevenir el abuso, lee este artículo: “Proteger a los niños” (solo en inglés, www.bit.ly/10-tips-child-protection).

Copyright © 2018, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. Todos los derechos reservados.

Cuarto Día: Jueves 17 de enero de 2019

Intercesión: Que la paz de Dios llene los corazones de todas las personas que recorren el camino de la adopción.

Oraciones: *Padre Nuestro, 3 Ave Marías, Gloria*

Reflexión: La Carta a los hebreos nos recuerda que “tenemos un consuelo poderoso los que buscamos un refugio en la esperanza de lo prometido. Esta esperanza nos mantiene firmes y seguros” (Heb 6:18-19). Las familias que esperan adoptar niños y las madres que están considerando dar a sus hijos en adopción enfrentan a menudo muchos desafíos en el camino. Oremos para que todos los que participan en el proceso de una adopción estén llenos de la esperanza de Cristo y de “la paz de Dios, que sobrepasa toda inteligencia” (Fil 4:7). Recordemos asimismo que también nosotros podemos aferrarnos a esta esperanza, porque hemos recibido “un espíritu de hijos, en virtud del cual podemos llamar Padre a Dios” (Rom 8:15). Que nuestro Padre amoroso nos envuelva hoy a cada uno de nosotros en su amor y abra nuestros ojos a la fe para que podamos ver y regocijarnos en su amor.

Actos de reparación (elige uno):

- ¿Te atraen las cosas dulces? ¿O prefieres los bocadillos salados? Escoge tu antojo favorito y prívate de él por este día.
- Haz un acto de fe, esperanza o caridad (www.bit.ly/actos-de-fe-esperanza-caridad).
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer para la intención de hoy.

Un paso adicional: “Acompañamiento de madres gestantes que estén considerando dar en adopción” sugiere nueve maneras de ofrecer apoyo permanente a una mujer que esté considerando dar en adopción a

su hijo por nacer (www.bit.ly/mujeres-considerando-adoptar). Muchas de las sugerencias presentadas también son útiles para apoyar a una amiga que esté pasando por un embarazo inesperado y difícil, incluso si no se ha planteado la adopción.

Puedes encontrar recursos adicionales sobre la adopción en www.usccb.org/adoption-resources. (Este sitio web está en inglés, pero también hay materiales en español.)

Leccionarios I, II y III, propiedad de la Comisión Episcopal de Pastoral Litúrgica de la Conferencia Episcopal Mexicana, copyright © 1987, quinta edición de septiembre de 2004. Utilizados con permiso. Todos los derechos reservados. Copyright © 2018, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. Todos los derechos reservados.

Quinto Día: Viernes 18 de enero de 2019

Si tú o alguien que conoces están sufriendo después de un aborto, hay ayuda disponible confidencial y sin juzgar. Visita www.esperanzaposaborto.org.

Intercesión: Que cada persona que sufra la pérdida de un hijo por un aborto encuentre esperanza y sanación en Cristo.

Oraciones: *Padre Nuestro, 3 Ave Marías, Gloria*

Reflexión: Después de más de cuatro décadas de aborto legalizado, se ha puesto fin a la vida de muchos niños, y muchos padres y familiares sufren esa pérdida, a menudo en silencio. Sin embargo, el mayor deseo de Dios es perdonar. No importa cuán lejos nos hayamos apartado de su lado, él nos dice: “No tengas miedo. Acércate a mi corazón”. Ten la seguridad de que nunca es demasiado tarde para buscar el perdón de Dios en el Sacramento de la Reconciliación.

Consideremos la parábola del hijo pródigo. Después de arrepentirse de pecar contra su padre, regresa de lejos para buscar perdón y trabajar como sirviente. Pero el padre lo ve aproximarse desde lejos, corre a abrazarlo cálidamente y organiza un banquete para celebrar su regreso. Así también Dios acoge a todos los pecadores arrepentidos, sin importar cuán serio sea el pecado. Corramos a los brazos de Nuestro Señor, que es amor y misericordia.

Actos de reparación (elige uno):

- Abstente de comer carne hoy. Si ya te estás absteniendo de comer carne hoy, prescinde también de tu bocadillo favorito.
- Reza la Coronilla de la Divina Misericordia (www.usccb.org/divine-mercy-chaplet*) por las personas que están sufriendo la pérdida de un hijo por un aborto, pidiendo que encuentren sanación y paz. (*Este sitio web está en inglés.)
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer para la intención de hoy.

Un paso adicional: Si una amiga te confiara que ha tenido un aborto, ¿podrías responder de una manera que la acerque más a la sanación? Conoce qué hacer y decir en “Cómo hablarle a una amiga que ha tenido un aborto” (www.bit.ly/amiga-que-tuvo-aborto).

Copyright © 2018, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. Todos los derechos reservados.

Sexto Día: Sábado 19 de enero de 2019

Intercesión: Que todas las víctimas y supervivientes de la trata de personas encuentren libertad, refugio y sanación.

Oraciones: *Padre Nuestro, 3 Ave Marías, Gloria*

Reflexión: Las personas vulnerables son las que mayor riesgo corren de ser atraídas a situaciones en que serán víctimas de trata. Los migrantes y refugiados a menudo enfrentan mayores factores de riesgo, como

cambios a otro idioma y cultura, falta de sistemas de apoyo y la carga de la pobreza. Las jóvenes marginadas, especialmente jóvenes fugitivas y sin hogar, son objeto de tráfico sexual y, posteriormente, pueden ser obligadas a abortar. Fácilmente tentadas por las falsas promesas de los traficantes, las víctimas a menudo se encuentran esclavizadas y sin medios de escape.

Cristo vino “para anunciar la buena nueva a los pobres, a curar a los de corazón quebrantado, a proclamar el perdón a los cautivos” (Is 61:1, cf. Lucas 4:18). Que todos los que están atrapados en situaciones de esclavitud sean liberados de sus cadenas de cautiverio y encuentren libertad, refugio, seguridad y sanación en Cristo y su Iglesia.

Actos de reparación (elige uno):

- Renuncia a dormir con almohada esta noche. Deja que este pequeño sacrificio te recuerde los sufrimientos soportados por los que están esclavizados en nuestro mundo.
- Santa Josefina Bakhita, nacida en Sudán y vendida como esclava, es conocida como la santa patrona de las víctimas de la trata de personas. Reza por las víctimas y supervivientes de la trata de personas, pidiendo la intercesión de santa Josefina Bakhita (www.bit.ly/oracion-santa-josefina).
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer para la intención de hoy.

Un paso adicional: ¿Sabrías cómo identificar una posible situación de trata? Conoce más sobre la trata de personas y cómo reconocer señales de alarma a través del Programa contra la Trata de la USCCB en www.usccb.org/stopslavery.*

En casi la mitad de casos de trata de personas denunciados en los Estados Unidos en 2016, las víctimas eran ciudadanos extranjeros. Considera llevar el Movimiento Amistad a tu parroquia para ayudar a crear conciencia sobre la trata de personas entre las poblaciones inmigrantes. Visita www.usccb.org/about/anti-trafficking-program/amistad.cfm.*

Si sospechas que alguien es víctima de trata de personas, llama a la Línea Directa Nacional contra la Trata de Personas (888-3737-888) para recibir asistencia inmediata. Pueden comunicarse en más de 200 idiomas y proporcionar de inmediato información, asistencia y referencias locales para posibles situaciones de trata de personas.

*Este sitio web está en inglés.

Leccionarios I, II y III, propiedad de la Comisión Episcopal de Pastoral Litúrgica de la Conferencia Episcopal Mexicana, copyright © 1987, quinta edición de septiembre de 2004. Utilizados con permiso. Todos los derechos reservados. Copyright © 2018, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. Todos los derechos reservados.

Séptimo Día: Domingo 20 de enero de 2019

Intercesión: Que las personas que anhelan acoger a un niño en su familia se llenen de confianza en el plan amoroso de Dios.

Oraciones: *Padre Nuestro, 3 Ave Marías, Gloria*

Reflexión: Puede ser muy difícil y doloroso cuando el Señor no responde nuestras oraciones de la manera que esperamos. Una pareja que se encuentra incapaz de traer un niño al mundo a través de su unión amorosa puede experimentar esta decepción muy profundamente. Durante tales momentos de prueba, podemos preguntarnos por qué enfrentamos estos particulares desafíos. Sin embargo, aunque el sufrimiento a menudo está envuelto en una sensación de misterio, creemos que el Señor nos ama con una ternura y compasión que está más allá de nuestra imaginación. Sabiendo esto, podemos confiar en que “todo contribuye para bien de los que aman a Dios, de aquellos que han sido llamados por él, según su designio salvador” (Rom 8:28).

Actos de reparación (elige uno):

- Sonríe. Pídele a Dios hoy la gracia de estar más alegre y compartir el amor de Cristo con quienes más necesitan aliento hoy.
- Ofrece la Oración por las personas que esperan concebir o adoptar un niño (solo en inglés, www.bit.ly/prayer-day-4), y dedica algún tiempo a reflexionar sobre el extracto que la acompaña, tomado del salmo 145.
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer para la intención de hoy.

Un paso adicional: “Siete consideraciones al afrontar la infertilidad” (www.bit.ly/manejando-infertilidad) busca presentar una guía compasiva que sea tanto práctica como informativa para parejas casadas que están recorriendo este camino. Aunque dirigido a tales parejas, el artículo también es útil para cualquiera, ofreciendo percepciones sobre la experiencia de la infertilidad y creando conciencia sobre la necesidad de ser sensibles en nuestras relaciones con las personas afectadas por ella.

Leccionarios I, II y III, propiedad de la Comisión Episcopal de Pastoral Litúrgica de la Conferencia Episcopal Mexicana, copyright © 1987, quinta edición de septiembre de 2004. Utilizados con permiso. Todos los derechos reservados. Copyright © 2018, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. Todos los derechos reservados.

Octavo Día: Lunes 21 de enero de 2019

Intercesión: Que las personas que se acercan al final de la vida reciban cuidado médico que respete su dignidad y proteja su vida.

Oraciones: *Padre Nuestro, 3 Ave Marías, Gloria*

Reflexión: El proceso de la muerte es un tiempo sagrado, una estación final para buscar el cierre de esta vida y prepararse para la siguiente. Sabemos que la muerte terrenal no es el final, sino la puerta por la que debemos pasar para obtener la vida eterna. La práctica mortal del suicidio asistido, ahora legal en varios estados, acorta o incluso elimina esta estación sagrada, cortando sin cuidado la vida del paciente. Apoyar la “falsa compasión” del suicidio asistido es ver a las personas como un problema que debe eliminarse. En cambio, el cuidado al final de la vida debe ayudar a eliminar o aliviar los problemas del paciente, sean físicos, espirituales o emocionales.

Los que mueren en la gracia y la amistad de Dios viven para siempre con Cristo. Gracias a nuestra creencia y esperanza en la Resurrección, podemos enfrentar la muerte no con temor, sino con confianza. Oremos para que la sociedad reconozca que cada día de nuestra vida es un don y siempre merece vivirse, *especialmente* nuestros días finales. No hay nada que temer. Cristo está con nosotros.

Actos de reparación (elige uno):

- Sacrifica parte de tu tiempo libre para hacer un pequeño acto de servicio, como preparar el desayuno para un familiar, escribir una nota de aliento para un compañero de trabajo o rezar por las intenciones de un amigo.
- Reza una decena del rosario (www.usccb.org/rosary)* por tus amigos y familiares que han fallecido, así como por los difuntos que no tienen a nadie que ore por ellos. (*Este sitio web está en inglés.)
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer para la intención de hoy.

Un paso adicional: El suicidio asistido está en las noticias y en las agendas de los legisladores. Sus partidarios lo llaman “ayuda para morir”, y afirman que es sólo otra opción para terminar con el dolor intolerable como parte del cuidado al final de la vida. Conoce por qué el suicidio asistido es radicalmente diferente del cuidado al final de la vida y la práctica de los cuidados paliativos en “Matar el dolor, no al paciente: Cuidado paliativo versus suicidio asistido” (www.bit.ly/matar-el-dolor).

Cuando familiares o amigos se acercan al final de la vida, puede que no sepamos la mejor manera de acompañarlos. Para sugerencias sobre el cuidado auténticamente compasivo basado en el respeto incondicional por la vida humana, lee “Cuidado de los seres queridos al final de la vida” (www.bit.ly/cuidado-al-final-de-la-vida).

Copyright © 2018, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. Todos los derechos reservados.

Noveno Día: Martes 22 de enero de 2019

¿Sabías?

En la Iglesia Católica en los Estados Unidos, el 22 de enero se designa como un día particular de oración y penitencia, llamado el “Día de oración por la protección legal de los niños no nacidos.” Como católicos, estamos llamados a observar este día a través de las prácticas penitenciales de oración, ayuno y limosna.

Más información: www.usccb.org/january-22. (Este sitio web está en inglés, pero también hay materiales en español.)

Intercesión: Que la trágica práctica del aborto llegue a su fin.

Oraciones: *Padre Nuestro, 3 Ave Marías, Gloria*

Reflexión: Hoy, en este 46º aniversario de *Roe vs. Wade*, lloramos las muchas vidas de niños terminadas por el aborto y recordamos en oración a los que sufren las consecuencias. La Iglesia se reúne hoy para orar por la protección de todos los niños no nacidos y realizar actos en reparación por el aborto, confiando en que el Señor escuche nuestras oraciones.

El papa san Juan Pablo II escribió: “Es urgente una gran oración por la vida, que abarque al mundo entero. Que desde cada comunidad cristiana, desde cada grupo o asociación, desde cada familia y desde el corazón de cada creyente, con iniciativas extraordinarias y con la oración habitual, se eleve una súplica apasionada a Dios, Creador y amante de la vida” (*Evangelium vitae*, 100). Que se eleve esa oración en nuestros corazones hoy y cada día en adelante hasta que cada ser humano esté protegido en la ley y sea acogido en la vida.

Actos de reparación (elige uno):

- Abstente de comer entre horas. Límitate a tres comidas.
- Aprende a rezar el Ángelus (www.usccb.org/angelus*), y considera decirlo todos los días durante la próxima semana: al despertar, al mediodía o a las 6 p.m. (o las tres veces). (*Este sitio web está en inglés.)
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer para la intención de hoy.

Un paso adicional: Más mujeres y muchachas consideran abortar de lo que podemos darnos cuenta. Son nuestras familiares y amigas, personas que trabajan con nosotros o para nosotros. Incluso si una persona se identifica como pro-vida, el impacto de un embarazo inesperado, la devastación de un diagnóstico prenatal difícil, la vergüenza, las presiones o los temores pueden influir en ella para que piense en abortar.

Si una persona compartiera contigo que está embarazada y no ha descartado abortar, ¿sabrías cómo responder de una manera amorosa que sea una afirmación de la vida para ella y para su bebé? Conoce los cuatro pasos del enfoque L.O.V.E. Approach™*: *Listen and Learn (Escuchar y conocer)*, *Open Options (Opciones abiertas)*, *Vision and Value (Visión y valor)* y *Extend and Empower (Extender y empoderar)* (www.bit.ly/amiga-pensando-abortar).

Para otras sugerencias sencillas sobre cómo brindar un apoyo que exprese amor y afirmación de la vida a una amiga que esté inesperadamente embarazada, lee “10 maneras de apoyarla cuando está esperando sin haberlo esperado” (www.bit.ly/apoyarla).

*L.O.V.E. Approach™ es marca registrada de Heartbeat International, Inc. y no puede ser adaptada o modificada.
L.O.V.E. Approach™ se utiliza en “Qué hacer si una amiga piensa en abortar” con permiso de Heartbeat International, Inc.

Evangelium vitae (El Evangelio de la vida), no.100 © 1995, Libreria Editrice Vaticana. Utilizado con permiso. Todos los derechos reservados. Copyright © 2018, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. Todos los derechos reservados.