

# Andar cuidadosamente hacia la Cuaresma

Calendario diario de reflexión y acción.

# 2021



Presbyterian Church (U.S.A.)

**Presbyterian Mission**

El Programa Presbiteriano contra el Hambre se esfuerza por guiar a la gente hacia opciones sostenibles que restauran y protegen a todos los hijos, hijas y la creación de Dios. Como personas de fe, buscamos "servir y conservar" el mundo de Dios. Sin embargo, algunas de nuestras elecciones colectivas han llevado a un cambiante clima global. Para cambiar esta situación, debemos comprometernos a andar cuidadosamente sobre la tierra de Dios.

En la Cuaresma, reflexionamos sobre el ministerio, la muerte y la resurrección de Cristo. Nos desaceleramos, tomamos tiempo y examinamos nuestra vida espiritual interna y la forma en que vivimos nuestra fe cristiana en el mundo que nos rodea.

Nuestra esperanza es que este calendario de Cuaresma sea el comienzo de acciones destinadas a crear comportamientos más conscientes durante todo el año.

## Domingo

21

Descargue esta guía de la Oficina de la ONU:



[presbyterianmission.org/resource/study-devotional-guide-for-the-sustainable-development-goals](https://presbyterianmission.org/resource/study-devotional-guide-for-the-sustainable-development-goals) para conectar la salud ambiental y humana en todo el mundo.

28

Comprenda los impactos ambientales y sociales de lo que está comprando. Investigue sobre los productos que usa habitualmente y encuentre información sobre productos más amigables con la creación en [ethicalconsumer.org](https://ethicalconsumer.org).

## Lunes

22

Lea y reflexione sobre Génesis 2:15–17.



## Marzo

1

Lea y reflexione sobre Mateo 25.



## Martes

23

Mire este breve video sobre el impacto desproporcionado de la injusticia ambiental en las personas de razas no blancas: [youtu.be/dREtXUij6\\_c](https://youtu.be/dREtXUij6_c).



2

Considere dónde ve a Cristo hoy. Comparta esto con una persona.

## Miércoles

17

### Miércoles de Ceniza

Lea Isaías 58: 1-12. Lea el Salmo 51: 1. Considere estas preguntas: En el último año, ¿dónde he visto amor inquebrantable? ¿Cómo he transgredido contra la tierra?

Febrero

24

Lea y reflexione sobre el Salmo 130. Considere nuestra responsabilidad de ser parte de la redención de Dios en la creación.



3

Ore: Dios, muéstranos a tu pueblo cómo honrar tu don de la creación. No seamos egoístas con nuestro don; más bien permítanos compartirlo mutuamente tan generosamente como lo has hecho con nosotros. Amén.



## Jueves

18

Utilice el mapa de OGHS en línea en [presbyterianmission.org/oghsmap](https://presbyterianmission.org/oghsmap) para encontrar el aliado de OGHS más cercano a usted y ore por ellos.



25

Usa el mapa en [tinyurl.com/y4ctf7z3](https://tinyurl.com/y4ctf7z3) para encontrar una congregación dedicada al cuidado de la tierra más cercana a Ud. y ore por ella.



4

Mire y comparta el video "Jesús nos llama" con alguna amistad o en las redes sociales y dialogue cómo se siente llamado/a a cuidar la creación de Dios: [vimeo.com/370339034](https://vimeo.com/370339034)



## Viernes

19

Aunque muchos de nosotros no nos reunimos tradicionalmente, todavía hay un lugar para las palmas sostenibles en su adoración en línea. Para más información y ordenar en línea: [pcusa.org/eco-palms](https://pcusa.org/eco-palms).

26

Descargue la oración en [faithclimateactionweek.org](https://faithclimateactionweek.org) para que pueda unirse a la Oración Nacional por el Clima en el Día de la Tierra (22 de abril) al mediodía hora local.



5

Obtenga más información sobre su huella ecológica personal: [footprintcalculator.org](https://footprintcalculator.org).



## Sábado

20

Lea esta reseña sobre The Green Good News: [presbyterianmission.org/eco-journey/2020/10/12/green-good-news](https://presbyterianmission.org/eco-journey/2020/10/12/green-good-news).



27

Lea y reflexione sobre el Salmo 8.



6

Ore: Dios de lo suficiente, recordemos a aquellas personas en este mundo que aún no han podido darse cuenta de tu abundancia porque hemos tomado más de lo que necesitamos. Y que ese recuerdo nos impulse a cambiar. Amén.



Domingo

7



Descargue Considering Our Treasure desde PHP y siga uno de los pasos de acción enumerados en el estudio: [tinyurl.com/y27szc3z](http://tinyurl.com/y27szc3z).

14

Visite [pcusa.org/ccs](http://pcusa.org/ccs) para obtener más información y considerar tomar el desafío de cuidado del clima de PHP.



21

Lea y reflexione sobre el Cántico de las criaturas en [slr-ofs.org/canticle-of-the-creatures.html](http://slr-ofs.org/canticle-of-the-creatures.html).



Lunes

8

Lea y reflexione sobre Isaías 65:17-25.



15

Lea y reflexiona sobre Génesis 1:29



22

Lea y reflexione sobre Lucas 12:48.

Martes

9

Ore: "Estamos agradecidos por los hogares, las familias, las amistades, la comida, Señor. ¡Has sido bueno con nosotros! Derrama tu rica comodidad y paz desde arriba sobre todos las personas que se sienten asustadas, enfermas, hambrientas, no amadas. Amén."

16

Ore "Creador de los ríos y océanos, quien nos lava y nos refresca diariamente, ayúdanos a ser como una taza de agua fría para otras personas en tu nombre: refrescante, limpiador y alivio. Amén".



23

¿Conoce las conexiones entre el cambio climático y los incendios forestales? Lea esta publicación de blog: [tinyurl.com/y5hub4yk](http://tinyurl.com/y5hub4yk).



Miércoles

10

Haga el reto de beber solo agua hoy. Se requieren 600 tazas de agua para producir una sola taza de café y 125 tazas de agua para producir una taza de té.



17

Recoja tanta basura como pueda y desafíe a una amistad a hacer lo mismo.



24

Cada año, cada conductor de EE. UU. consume 500 galones de gasolina. Esto crea hasta 10,000 libras de dióxido de carbono. Camine a algún lugar donde hubiera conducido hoy.



Jueves

11

Piense sobre los artículos que su ciudad o pueblo permite para el reciclaje en la acera. Recuerde a su familia, amistades y compañeros que recicle.



18

Desenchufe los cargadores de su teléfono celular y computadora portátil cuando salga hoy de su casa u oficina para minimizar la energía que muchos aparatos electrónicos y electrodomésticos siguen consumiendo incluso cuando están apagados.

25

Compre compensaciones de carbono para su viaje hoy. Visite [cooleffect.org/content/ecoamerica](http://cooleffect.org/content/ecoamerica) para obtener más información.



Viernes

12

Escriba todo lo que echo a la basura hoy. Haga el reto de reducir la basura que produce durante los días restantes de la Cuaresma.

19

De un paseo para apreciar la belleza natural de la tierra. Recuerde por qué preservar la Tierra es crucial para la salud de las generaciones futuras.



26

Verifique la presión de sus neumáticos hoy. La baja presión de los neumáticos implica un alto consumo de energía/combustible.



Sábado

13

Aprenda de dónde viene su comida. Calcule cuantos alimentos bota a la basura en [eatlowcarbon.org](http://eatlowcarbon.org).



20

¡Para sus canastas de Pascua, compre chocolate de Fair Trade, frutas secas, té y café o pequeños obsequios hechos por cooperativas de mujeres! El comercio justo ayuda a los agricultores y trabajadores de todo el mundo. Visite [pcusa.org/fairtrade](http://pcusa.org/fairtrade).

27

Participe en la Hora del Planeta desconectando toda la electricidad a las 8:30 p.m. hora local en solidaridad con los esfuerzos globales para proteger la naturaleza y nuestro hogar. Visite [earthhour.org](http://earthhour.org).



28

**Domingo de Ramos/SEMANA SANTA**

Mientras pensamos en la travesía de Cristo en esta Semana Santa, tome un tiempo para reconocer que, si bien es fácil sentirse abrumado por la injusticia climática, no viajamos solos.

4

**Pascua de Resurrección**

Lea Mateo 28:1-10 con alegría a Una Gran Hora para Compartir.



29

Descargue el recurso Blessed Tomorrow's Let's Talk para crear su propio mensaje y poder hablar con nuestros amigos y familiares sobre la reducción del uso de carbono. Visite [presbyterianmission.org/resource/lets-talk-faith-and-climate](http://presbyterianmission.org/resource/lets-talk-faith-and-climate).

**Para más información y acción (recursos en inglés)**

- *Apoye el trabajo de vida sostenible del Programa Presbiteriano contra el Hambre a través de donaciones al fondo contra el Hambre H999999.*
- *Celebre Una Gran Hora para Compartir, una ofrenda que fortalece los ministerios de cuidado de la tierra, la respuesta a desastres, el hambre y el alivio de la pobreza: [www.pcusa.org/oghs](http://www.pcusa.org/oghs).*
- *Descargue un póster sobre las preocupaciones sobre la sostenibilidad y el cuidado de la tierra en [www.presbyterianmission.org/resource/php-post-fall-2020](http://www.presbyterianmission.org/resource/php-post-fall-2020).*
- *Inscribase para recibir el boletín electrónico Presbyterian Justice and Peace: [www.info.pcusa.org/h/i/01BC164887C86A78](http://www.info.pcusa.org/h/i/01BC164887C86A78)*
- *Guíe a su iglesia en un estudio sobre las bases bíblicas y teológicas para la justicia ecológica utilizando recursos de [www.pcusa.org/environment](http://www.pcusa.org/environment).*
- *Encuentre una lista más completa de ideas para actividades congregacionales de cuidado de la tierra en la guía de Congregaciones de Earth Care: [www.pcusa.org/earthcarecongregations](http://www.pcusa.org/earthcarecongregations).*

30

Descargue el recurso Holy Discontentment: Lifting Your Voice for Effective Advocacy de la Oficina de Testimonio Público para obtener más información sobre cómo usar su voz para crear un cambio: [presbyterianmission.org/resource/holy-discontentment-advocacy-resource](http://presbyterianmission.org/resource/holy-discontentment-advocacy-resource).



31

Hable con las personas poderosas. Inste a los funcionarios electos a apoyar la legislación que hace de la justicia y el cuidado de la creación una prioridad. Visite [capwiz.com/pcusa/home](http://capwiz.com/pcusa/home) para comunicarse con su representante.

**Abril**

1

**Jueves Santo**

Recuerde la política de la IP (EE. UU.) sobre cómo abordar los problemas del cambio climático visitando [presbyterianmission.org/lordsearthpolicy](http://presbyterianmission.org/lordsearthpolicy).



- *Conviértase en un miembro de la organización Presbyterians for Earth Care: [www.presbyearthcare.org](http://www.presbyearthcare.org).*
- *Lea nuestro blog, Eco-Justice Journey: [www.presbyterianmission.org/eco-journey](http://www.presbyterianmission.org/eco-journey).*
- *Conectese a programas ecuménicos: [www.creationjustice.org](http://www.creationjustice.org).*
- *Manténgase al día sobre las inquietudes de política pública a través de la Oficina de Testimonio Públicos: [www.pcusa.org/washington](http://www.pcusa.org/washington).*
- *Lidere un grupo de estudio con los materiales de la Cuaresma 4.5 Envíe un correo electrónico a [php@pcusa.org](mailto:php@pcusa.org) para obtener copias.*

Visítenos en [pcusa.org/hunger](http://pcusa.org/hunger) para obtener más información sobre las recientes oportunidades para vivir de una manera simple, sobre la justicia ambiental, el alivio de la pobreza y la eliminación de las causas profundas del hambre.

2

**Viernes Santo**

Reflexione sobre la contaminación del aire creada por nuestro consumo de carbono. Identifique quiénes en su propia comunidad podrían verse más afectados por esta contaminación.

3

**Gran vigilia de pascua**

Juan 13: 1-17, 31b-35. ¿Cómo podemos amarnos mutuamente y a todo el mundo de Dios, como Cristo nos ha amado? Escriba su compromiso de mostrar amor a una parte de la creación hoy.

