

INTERCESIÓN

Que la trágica práctica del aborto llegue a su fin.

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. Dios no nos llama a la perfección de las apariencias o habilidades, sino a la perfección en el amor. Cristo nos invita a abrazar nuestra propia vida y la de los demás como verdaderos dones.

El aborto rechaza trágicamente la verdad de que cada vida es un don bueno y perfecto, que merece protección. Esta práctica violenta pone fin a la vida de un ser humano en su mismo principio y hiere horriblemente a todos los que implica. Pero Cristo vino para que “tengan Vida, y la tengan en abundancia” (Juan 10,10), asumiendo la carne humana por nuestra redención. Que nuestra cultura conozca el poder del amor transformador de Dios, para que todos los ojos se abran a la increíble belleza de cada vida humana.



ACTOS DE REPARACIÓN

(Elige uno.)

- Descansa hoy de la televisión y las películas. Considera pasar algo de ese tiempo orando con la reflexión de hoy.
- Reza la breve oración “Cada vida merece vivir”, reflexionando sobre el don de la vida humana. (La oración también está disponible para pedirla o bajarla de usccb.org/es/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 los 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 por la intención de hoy.

PASO ADICIONAL

El aborto es un tema frecuente en las noticias, debates políticos y conversaciones cotidianas con familiares o amigos. Debido a que el aborto puede ser una cuestión controvertida y emocional en cualquier ámbito, muchos podemos sentirnos intimidados cuando surge el tema, sin saber qué decir. “Otra mirada al aborto” presenta un panorama básico y resume puntos clave. Este artículo te ayudará a prepararte mejor para dar testimonio de la santidad de la vida humana: es.respectlife.org/another-look-at-abortion.



Si tú o alguien que conoces está sufriendo por participar en un aborto, hay ayuda confidencial y compasiva disponible. Visita www.esperanzaposaborto.org.

INTERCESIÓN

Que cada persona que sufre por haber participado en un aborto encuentre perdón, esperanza y sanación en Cristo.

ORACIONES

Padre nuestro, 3 Ave Marías, Gloria

REFLEXIÓN

Se ha puesto fin a la vida de innumerables niños a causa del aborto, e incontables padres y familiares sufren culpa, dolor y arrepentimiento, a menudo en silencio. Sin embargo, el mayor deseo de Dios es perdonar. No importa lo lejos que nos hayamos apartado de su lado, él nos dice: “No tengas miedo. Acércate a mi corazón”. Puedes estar seguro 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 su padre lo ve aproximarse, corre a abrazarlo cálidamente y organiza un banquete para celebrar su regreso. Así también Dios acoge a todos sus hijos que se acercan a Él en el Sacramento de la Reconciliación con un corazón contrito, sin importar lo grave que sea el pecado. Volvémonos con confianza a Nuestro Señor, que es amor y misericordia.

ACTOS DE REPARACIÓN

(Elige uno.)

- Abstente de comer carne hoy.
- Reza la Coronilla de la Divina Misericordia por la intención de hoy (<https://bit.ly/la-coronilla>).
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer por la intención de hoy.

PASO ADICIONAL

Si una amiga te confiara que ha tenido un aborto, ¿podrías escuchar y responder de una manera que la acerque más al perdón y a la sanación? Entérate en “Cómo hablarle a una amiga que ha tenido un aborto” (www.usccb.org/amiga-tuvo-aborto).



INTERCESIÓN

Que toda madre embarazada reciba atención y apoyo compasivos mientras nutre la vida en su vientre.

ORACIONES

Padre nuestro, 3 Ave Marías, Gloria

REFLEXIÓN

Cuando el ángel Gabriel se apareció a María, ella abrió su corazón para recibir su mensaje de que concebiría al Hijo de Dios en su seno. Al ser una novia que no había vivido todavía con su prometido, María sabía que su embarazo presentaría muchos desafíos. A pesar de esto, respondió fielmente: “Yo soy la servidora del Señor; que se cumpla en mí lo que has dicho” (Lucas 1,38).

Al igual que la Santísima Madre, las mujeres que se quedan embarazadas inesperadamente suelen enfrentar desafíos considerables. También ellas están llamadas a depositar su confianza en Dios y responder fielmente a su *don* de una nueva vida. Y nosotros estamos llamados a caminar con ellas en su tiempo de necesidad. Siguiendo lo que Jesús nos enseñó que cuando amamos y servimos a los demás, lo amamos y lo servimos a él.

Que todas las madres embarazadas sean alentadas por el ejemplo de María y reciban apoyo y gracia para acoger a sus hijos en el mundo con amor.



ACTOS DE REPARACIÓN

(Elige uno.)

- Reza por las madres embarazadas y las que crían hijos necesitadas en tu comunidad y pide al Señor que te ayude a ver cómo puedes ayudarlas con tus dones únicos. (Puedes inscribirte para recibir relatos mensuales de cómo los católicos de todo el país se han unido a *Camina con madres necesitadas*: walkingwithmoms.com/inscribirse. Este sitio digital está en inglés, pero los materiales están disponibles en inglés y en español.)
- Reza hoy el Ángelus (adw.org/catholic-prayer/es-angelus). También podrías considerar decirlo todos los días durante la próxima semana: al despertar, al mediodía o a las 6 p.m. (O las tres veces).
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer por la intención de hoy.

PASO ADICIONAL

Cuando una mujer se enfrenta a un embarazo inesperado, la reacción de la primera persona a la que se lo cuenta tiende a marcar la pauta para las decisiones que tome. El embarazo puede ser difícil y aterrador, pero, sin importar las circunstancias, es importante que una mujer embarazada se sienta apoyada y amada. Lee “10 maneras de apoyarla cuando está esperando sin haberlo esperado” (es.respectlife.org/support-her), donde encontrarás consejos sencillos sobre cómo brindar un apoyo amoroso y afirmador de la vida a una amiga que ha salido embarazada inesperadamente. Tu apoyo puede ser el único que ella reciba.



INTERCESIÓN

Que cada padre de un niño en el vientre materno apoye amorosamente a la madre de su hijo al acoger una nueva vida.

ORACIONES

Padre nuestro, 3 Ave Marías, Gloria

REFLEXIÓN

La paternidad tiene su origen en Dios, quien eligió revelarse como Padre nuestro, enviando a su único Hijo por nuestra salvación. Por lo tanto, los padres tienen una función exclusiva y especial “revelando y reviviendo en la tierra la misma paternidad de Dios” (*Familiaris consortio* 25). Los padres están llamados a exhibir una “generosa responsabilidad por la vida concebida junto al corazón de la madre” (FC 25). A ellos se les encomienda la protección y la defensa de la madre y del niño para, de esta manera, proteger la santidad de la vida humana.

Como es evidente en nuestro mundo de hoy, el papel del padre tiene “una importancia única e insustituible” (FC 25). A menudo, una mujer elige el aborto porque no tiene el apoyo del padre del niño o, lo que es peor, el padre del niño la presiona para que decida abortar. Al mismo tiempo, es importante reconocer con compasión que los hombres pueden también sentirse abrumados por un embarazo inesperado y que la sociedad cada vez más les dice que no deben tener voz en la vida de sus hijos. Ante estos falsos mensajes, oramos para que los padres de niños en el vientre materno encuentren valor en el ejemplo de san José, quien adoptó el papel de padre en medio de circunstancias difíciles, y ofrezcan un apoyo amoroso y afirmador de la vida a las madres de sus hijos.

ACTOS DE REPARACIÓN

(Elige uno.)

- Abstente de dormir con almohada, o incluso en tu cama, esta noche. Ofrece este pequeño sacrificio con la intención de que los padres de niños en el vientre materno respondan con valor a su llamado a apoyar a la madre y al niño.
- Reza una decena del rosario por todos los padres de niños en el vientre materno, para que, por su intercesión, Nuestra Señora inspire en ellos las virtudes de san José (<https://bit.ly/como-rezar-el-rosario>).
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer por la intención de hoy.

PASO ADICIONAL

Las investigaciones siguen demostrando que una de las principales razones por las que una mujer elige el aborto es la falta de recursos financieros. Lee “La pobreza y el aborto: Un círculo vicioso” que explora las conexiones entre aborto y pobreza, y cómo la ausencia del padre contribuye a este ciclo permanente (es.respectlife.org/poverty-and-abortion).



INTERCESIÓN

Que cada madre embarazada que elige la adopción reciba gracia y apoyo al asumir esta opción de amor.

ORACIONES

Padre nuestro, 3 Ave Marías, Gloria

REFLEXIÓN

Las madres que dan a sus hijos en adopción enfrentan a menudo muchos desafíos en el camino. Uno de los mayores obstáculos puede ser percibir la adopción como abandono. Pero una madre que determina que un plan de adopción es lo mejor para su hijo no lo está abandonando. Por el contrario, está siguiendo el ejemplo del amor sacrificado de Cristo en la Cruz al elegir una opción vivificadora que ella considera es la mejor para su hijo, incluso a un gran costo para ella misma. La Carta a los hebreos nos recuerda que, ante los temores y pruebas, “nosotros, los que acudimos a él, nos sentimos poderosamente estimulados a aferrarnos a la esperanza que se nos ofrece” (Hebreos 6,18-19). Oremos para que todas las madres embarazadas estén llenas de “la paz de Dios, que supera todo lo que podemos pensar” (Filipenses 4,7) al decidir cuál opción vivificadora es la mejor para su hijo. Aferrémonos todos a esta esperanza, pues hemos recibido “el espíritu de hijos adoptivos, que nos hace llamar a Dios ¡Abba!, es decir, ¡Padre!” (Romanos 8,15).

ACTOS DE REPARACIÓN

(Elige uno.)

- ¿Te encantan los dulces? ¿O prefieres los bocadillos salados? Escoge tu antojo favorito y prívate de él por este día.
- Busca uno de los pasajes bíblicos de la reflexión de hoy y dedica tiempo para rezar con él. ¿Qué te dice el Señor?
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer por la intención de hoy.

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 en el vientre (es.respectlife.org/mothers-considering-adoption). Muchas de las sugerencias que se ofrecen también son útiles para apoyar a una amiga que esté atravesando un embarazo inesperado y difícil, incluso si no se ha planteado la adopción. Hay recursos adicionales sobre la adopción en usccb.org/adoption-resources. (Este sitio web está en inglés, pero muchos materiales también están disponibles en español.)



INTERCESIÓN

Que todos los que apoyan o participan en un aborto tengan una conversión de corazón para buscar y recibir la infinita misericordia del Señor.

ORACIONES

Padre nuestro, 3 Ave Marías, Gloria

REFLEXIÓN

Cuando Dios formó a la persona humana a su imagen y semejanza, nos destinó para la vida eterna con Él. Sin embargo, debido al pecado de nuestros primeros padres, la muerte entró en el mundo. El libro del Génesis relata la primera ocasión en que una persona le quita la vida a otra, cuando Caín mata violentamente a su hermano Abel. Este caso de hermano alzándose contra hermano “al comienzo de la historia es el triste testimonio de cómo el mal avanza con rapidez impresionante” (*Evangelium vitae* 8).

Desde este momento, la indiferencia por la vida humana ha seguido extendiéndose. Cuando nosotros, como Caín, dejamos que el pecado encuentre un lugar en nuestro corazón, nos volvemos ciegos a la verdad. A veces esta ceguera puede ser tan profunda que no reconocemos la humanidad innegable de los niños en el vientre materno. Podemos incluso creer trágicamente la mentira de que el aborto es un acto de compasión. Pero sabemos que “la vida, especialmente la humana, pertenece sólo a Dios: por eso quien atenta contra la vida del hombre, de alguna manera atenta contra Dios mismo” (EV 9). Oremos para que todos los que apoyan el aborto se encuentren con el amor transformador del Padre y, con el corazón arrepentido, busquen su misericordia.

ACTOS DE REPARACIÓN

(Elige uno.)

- Sonríe. Pídele a Dios hoy la gracia de estar más alegre y compartir la luz de Cristo con los que más necesitan de su amor y misericordia.
- Haz un acto de fe, esperanza o caridad (usccb.org/faith-hope-love, solo en inglés).
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer por la intención de hoy.

PASO ADICIONAL

Evangelium vitae (El Evangelio de la vida) fue escrita para reafirmar el valor y e inviolabilidad de cada vida humana y llamarnos a todos a respetar, proteger y servir cada vida humana. Un resumen breve destaca temas claves y enseñanzas fundamentales de la encíclica papal, explorando cómo las enseñanzas de la Iglesia con respecto a la vida humana son el centro de todo el mensaje del Evangelio de Jesús (es.respectlife.org/gospel-of-life-summary).



Día de Oración por la protección legal de los niños en el vientre materno

¿SABÍAS?

“En todas las diócesis de los Estados Unidos de América, el 22 de enero (o el 23 de enero, cuando el 22 de enero cae en domingo) será observado como un día especial para orar por el pleno restablecimiento de la garantía legal del derecho a la vida, y de la penitencia por la violación a la dignidad de la persona humana mediante actos de aborto” (Instrucción General del Misal Romano, nro. 373).

Más información en: usccb.org/january-22

INTERCESIÓN

Que todos los niños en el vientre materno sean protegidos por la ley y acogidos con amor.

ORACIONES

Padre nuestro, 3 Ave Marías, Gloria

REFLEXIÓN

Hoy lloramos las muchas vidas de niños terminadas por el aborto y recordamos en oración a los que sufren las consecuencias. Oramos para que los niños en el vientre materno nuevamente tengan la protección de la ley y realizamos actos en reparación por los abortos cometidos en el mundo.

En su encíclica *Evangelium vitae* (El Evangelio de la vida), el papa Juan Pablo II dijo: “Que desde cada comunidad cristiana, desde cada grupo o asociación, desde cada familia y desde el corazón de cada creyente [...] se eleve una súplica apasionada a Dios, Creador y amante de la vida” (EV 100). Que se eleve esa oración en nuestros corazones hoy y cada día en adelante hasta que cada ser humano sea protegido por la ley y acogido con amor.

ACTOS DE REPARACIÓN

(Elige uno.)

- Hoy abstente de una comida.
- Ofrece esta breve “Oración por la vida” por todos los niños en el vientre materno cuyas vidas están en riesgo. (La oración también está disponible en usccb.org/es/plegaria-por-la-vida.)
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer por la intención de hoy.

PASO ADICIONAL

Más mujeres y jóvenes de lo que podemos darnos cuenta consideran abortar. Son nuestras familiares y amigas, personas que trabajan con nosotros o para nosotros. Incluso si una persona se identifica como provida, 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? Consideren 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) (es.respectlife.org/l-o-v-e).

*El enfoque L.O.V.E. Approach™ es marca registrada de Heartbeat International, Inc. y no se puede adaptar ni modificar. L.O.V.E. Approach™ se utiliza en “Qué hacer si una amiga piensa en abortar” con permiso de Heartbeat International, Inc.



INTERCESIÓN

Que los líderes cívicos trabajen por la protección de toda vida humana, en cada etapa y circunstancia.

ORACIONES

Padre nuestro, 3 Ave Marías, Gloria

REFLEXIÓN

La Declaración de la Independencia afirma audazmente que el primero de nuestros derechos inalienables es el derecho a la vida, que nos lo dio el Creador. Sin embargo, a pesar de haber sido proclamado tan solemnemente, el derecho a la vida está hoy amenazado y a menudo es negado, especialmente en los momentos en que la vida es más frágil. Lo primero que nuestras leyes deben hacer es proteger la vida. Incluso con la anulación de *Roe vs. Wade*, muchos estados todavía no reconocen a los niños en el vientre materno como personas y aún declaran que el aborto es un derecho. Además, muchos dirigentes políticos trabajan de manera activa para aumentar el acceso al aborto. Algunos falsamente lo describen como atención de la salud e incluso como un derecho humano fundamental. Las leyes y políticas que legalizan o promueven un mal intrínseco como el aborto violan la virtud de la justicia.

Los que trabajan como funcionarios públicos y dirigentes cívicos tienen el deber de servir el bien común y, por lo tanto, tienen la profunda obligación de salvaguardar este derecho fundamental. Mediante nuestra propia oración, testimonio y participación cívica, podemos alentar a nuestros dirigentes a responder de verdad a su llamado a proteger los derechos de todas las personas. Pues “no puede haber verdadera democracia, si no se reconoce la dignidad de cada persona y no se respetan sus derechos” (*Evangelium vitae* 101).

¹ *Formando la conciencia para ser ciudadanos fieles: Llamado de los obispos católicos de los Estados Unidos a la responsabilidad política*, Nota introductoria. Washington, DC: USCCB, 2023.

Extracto de *Evangelium vitae* (*El Evangelio de la vida*), 101 © 1995, Libreria Editrice Vaticana. Se utiliza con permiso. Se reservan todos los derechos. Copyright © 2023, USCCB, Washington, D.C. Se reservan todos los derechos.

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.
- A veces, las restricciones a la libertad religiosa limitan nuestros esfuerzos para vivir el Evangelio de la vida. Debemos ser libres de vivir nuestra fe católica en la esfera pública. Ofrece esta Oración por la libertad religiosa, para que los cristianos siempre sean libres para respetar, proteger y defender la vida humana: uscgb.org/es/oracion-por-la-libertad-religiosa.
- Ofrece algún otro sacrificio, oración o acto de penitencia que te sientas llamado a hacer por la intención de hoy.

PASO ADICIONAL

Al examinar la responsabilidad política de los católicos, los obispos estadounidenses han afirmado repetidamente que “la amenaza del aborto sigue siendo nuestra prioridad preeminente”¹ El aborto ataca directamente la vida misma, se lleva a cabo dentro del santuario de la familia y destruye más de un millón de vidas anualmente en los Estados Unidos. Obtenga más información en “Prioridades en las urnas”: es.respectlife.org/priorities-at-the-polls.



INTERCESIÓN

Que todos los que defienden la vida encuentren fortaleza y renovación en el Espíritu Santo.

ORACIONES

Padre nuestro, 3 Ave Marías, Gloria

REFLEXIÓN

Dios ha creado cuidadosa y tiernamente a cada persona, a su propia imagen y semejanza, para que tenga una relación de amor con él. Desde cada minúsculo niño tejido en el vientre de una madre, hasta cada persona que se aproxima a la muerte, todos son amados por Dios de manera perfecta y completa: “Por tanto, lo que todos debemos asegurar a nuestro prójimo 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. Al responder a este llamado, ayudamos a construir “una cultura nueva de la vida, fruto de la cultura de la verdad y del amor” (EV 77). Que el Espíritu Santo nos renueve continuamente en nuestros afanes por defender fielmente el don de la vida que Dios nos da.

ACTOS DE REPARACIÓN

(Elige uno.)

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

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 nuestras luchas para mejorar las cosas se sientan insignificantes, es importante recordar que cambiar la cultura es un proceso de conversión que comienza en nuestro corazón. Implica la disposición a ser instruido por el Espíritu Santo y el deseo de estar cerca de Jesús, la fuente de la alegría y el amor. “Edificar una cultura de vida” explica brevemente cómo empezar (es.respectlife.org/culture-of-life).

