

2026

# MEDITACIONES PARA LA CUARESMA



## *Hábitos de santidad*

*Guía de estudio*



Episcopal  
Relief & Development  
Working Together for Lasting Change

## Meditaciones de Cuaresma: Hábitos de santidad

Cuando era niño, asistí a un internado de la orden de los Franciscanos. Yo era episcopal, ellos católicos, y a veces me sentía marginado; aunque no podía recibir la Sagrada Comunión ni confesarme, yo era parte importante de la vida de la escuela. Asistía a clases diarias de religión, cantaba en el coro de la iglesia y rezaba con frecuencia. Orábamos antes de las comidas, al comienzo de cada clase, al concluir el estudio vespertino y antes de que se apagaran las luces.

Cuando hice la transición a una escuela pública, tuve una sensación extraña. La nueva escuela tenía muchas de las mismas estructuras externas (aulas, deportes, horarios), pero faltaba algo esencial. Con el tiempo, comprendí cuánto yo anhelaba el ritmo de la oración que daba estructura y significado a todo lo demás. La oración enmarcaba nuestros días, nuestras acciones, incluso nuestras relaciones. Ese ritmo diario de oración y trabajo, de escuela y recreación, fue una bendición que nunca me ha abandonado.

De adulto he tratado de volver a esas primeras prácticas de oración diaria, pero como suele ocurrir, no siempre tengo éxito. Mi vida de oración a veces pasa a un segundo plano frente al trabajo y otros deberes, aunque sí sé cuánto puede transformarnos.

Para la [Hermana Mónica Clara](#), autora de estas Meditaciones de Cuaresma, el viaje fue inverso: comenzó su vida adulta en una carrera acelerada, rodeada de personas talentosas, ambiciosas y atractivas. Cualquiera habría dicho que ella estaba prosperando. Pero faltaba algo vital, algo que más tarde encontró en la Comunidad de San Juan Bautista, una orden religiosa episcopal para mujeres. En esa comunidad sagrada descubrió el poder y la paz de las Horas Divinas, esas pausas regulares e intencionales que se hacen a lo largo del día para orar, reflexionar y leer las Escrituras. A través de estos actos silenciosos, la hermana Mónica encontró lo que muchos de nosotros anhelamos: una vida arrraigada en Dios, a la que se le da forma, significado y dirección a través del santo hábito de la oración.

Estas meditaciones son una invitación para que redescubras, o profundices, ese mismo ritmo espiritual. Cada día de Cuaresma (excepto los domingos), encontrarás una lectura del Evangelio junto con una meditación de la hermana [Mónica Clara](#) y una pregunta para reflexionar. Te aliento a crear espacio en torno cada lectura a través de la oración, la música, el silencio o incluso conversaciones con otras personas. Puedes recorrer estas meditaciones en soledad o con compañeros de viaje en tu comunidad o congregación.

Estés donde estés en tu vida espiritual, quiero que sepas que no estás solo. A medida que leas y reflexiones, te unirás a una comunidad global de lectores, todos buscando alinear sus vidas más con Dios a través de este tiempo santo.



Que estas meditaciones te ayuden a encontrar la quietud, la estructura y la profundidad espiritual que la Cuaresma nos ofrece de manera tan hermosa.

Y que tengas una santa Cuaresma.

Sean McConnell

*Director de fe y participación comunitaria*

## Introducción

Estas Meditaciones para Cuaresma preparadas por la Agencia Episcopal de Alivio y Desarrollo son una invitación a que profundices tus prácticas espirituales durante la temporada de Cuaresma, el tiempo de preparación que conduce a la Pascua. Nuestras meditaciones de 2026 exploran la idea de “hábitos de santidad”. Este tema surge de la manera en que la autora explora hábitos que apoyan y fortalecen una vida de fe. Orar diariamente y leer las Escrituras son un fundamento firme para edificar una vida comprometida con amar y servir a los demás.

Nuestra autora, la hermana [Mónica Clara](#), ancla las meditaciones en las lecturas de las Escrituras de la Oración Vespertina (también llamada Oración del Atardecer). La Oración Vespertina es parte del Oficio Diario, una antigua práctica de ofrecer oraciones, recitar los Salmos y leer las Escrituras en momentos específicos cada día. Como dice la Hermana Mónica, “al principio no es fácil acostumbrarse al hábito santo de la oración diaria, pero si perseveramos, ese hábito nos hace cambiar y comenzamos a sentir que no podemos vivir sin ella”.

Estas meditaciones cuaresmales pueden ser leídas en soledad o estudiadas en grupo. La guía incluye las lecturas completas de cada día, el extracto seleccionado por la autora y una pregunta de reflexión. Animamos a los grupos a comenzar o concluir su estudio con la Oración Vespertina, que empieza en la página 80 del Libro de Oración Común, o en la página 67 si usas la edición 2011. Al final de cada semana, ofrecemos un artículo llamado “Nuestra Agencia en Acción” en que ilustramos cómo nuestro trabajo conjunto promueve un cambio duradero en comunidades afectadas por la injusticia, la pobreza, las catástrofes y el cambio climático.



## La autora

La hermana [Mónica Clara](#) es una monja episcopal y autora que inesperadamente se convirtió en estrella de TikTok. Su trayectoria de vida, desde Hollywood hasta el convento, ha inspirado a cientos de miles. Aunque la hermana Mónica Clara tiene más de 225.000 seguidores en su canal (@NunsSenseForThePeople), más que ser una influencer tradicional, lo que a ella le interesa es ayudar a otros a que sigan a Cristo. En sus videos y escritos busca desmitificar la vida religiosa y fomentar hábitos santos de la oración, el estudio de las Escrituras y el servicio a los demás. La Hermana Mónica es superiora de la Comunidad de San Juan Bautista en Mendham, Nueva Jersey, y pronto será ordenada presbítera. Ella le aporta compasión y franqueza a su papel de consejera espiritual.

Antes de tomar los votos en 2012, la vida de la hermana Mónica era muy diferente: trabajó como editora de fotografía en Los Ángeles, actuó en un dúo de rock acústico y estudió improvisación con el grupo de comediantes Groundlings. En junio del 2021 comenzó a publicar en TikTok no para buscar la fama, sino para compartir gozo, romper estereotipos sobre la vida religiosa y ofrecer esperanza en un mundo a menudo marcado por el cinismo.

Recientemente publicó sus memorias, *A Change of Habit [Un cambio de hábito]*. Allí explora su improbable vocación y “revela a cuánto podemos decir que sí cuando dejamos de tratar de demostrarnos a nosotros mismo y a los demás cuánto valemos”.

Las citas bíblicas provienen de la Versión Reina Valera Actualizada, Copyright © 2015 by Editorial Mundo Hispano. Usado con permiso.

© 2026 Episcopal Relief & Development



# Semana 1

18-21 de febrero

## MIÉRCOLES DE CENIZA: 18 de febrero

*Lecturas diarias: Salmos 102, 130 / Amós 5:6-15 / Hebreos 12:1-14 / Lucas 18:9-14*

El fariseo, de pie, oraba consigo mismo de esta manera: «Dios, te doy gracias que no soy como los demás hombres: ladrones, injustos, adulteros; ni aun como este publicano. Ayuno dos veces a la semana, doy diezmos de todo lo que poseo». Pero el publicano, de pie a cierta distancia, no quería ni alzar los ojos al cielo sino que se golpeaba el pecho diciendo: «Dios, sé propicio a mí, que soy pecador». — Lucas 18:11-13

| *Reflexiona: En esta temporada de oración y de dejar cosas de lado, ¿puede ofrecerle a Dios tus miedos y hábitos perjudiciales y pedirle a Dios que te libere de ellos?*

### Para profundizar

- El fariseo presume de sus virtudes, mientras que el recaudador de impuestos se humilla. ¿De qué maneras te sientes tentado a compararte con los demás, en vez de presentar honestamente ante Dios tus propias flaquezas?
- El Profeta Amós advierte contra una religiosidad vacía de justicia. ¿Cómo podrías transformar tus prácticas espirituales en hábitos sagrados que produzcan justicia, misericordia y rectitud?
- Hebreos nos insta a “correr con perseverancia la carrera que tenemos delante”. ¿Qué pecados o miedos llevas como pesadas cargas? ¿Qué necesitas liberar para poder “correr con perseverancia”?
- Ambos salmos designados para la Oración Vespertina de hoy expresan aflicción y espera. Cuando te sientes abrumado por la culpa o el dolor, ¿cómo puedes apoyarte en el consuelo que trae la misericordia y el amor firme de Dios?



19 de julio de febrero

*Lecturas diarias: Salmo 37:19-42 / Habacuc 3:1-10(11-15)16-18 / Filipenses 3:12-21*

*Juan 17:1-8*

Yo te he glorificado en la tierra, habiendo acabado la obra que me has dado que hiciera. Ahora pues, Padre, glorifícame tú en tu misma presencia con la gloria que yo tenía en tu presencia antes que existiera el mundo. He manifestado tu nombre a los hombres que del mundo me diste. Tuyos eran, y me los diste; y han guardado tu palabra. — Juan 17:4-6

*Reflexiona: ¿Cómo te ha ayudado tu comunidad de fe a profundizar tu conexión con Dios?*

#### Para profundizar

- Filipenses nos recuerda que debemos “proseguir a la meta”. ¿Dónde sientes que Dios te llama para avanzar en tu fe, aunque te sientas cansado o desanimado?
- Habacuc decide regocijarse en Dios, incluso ante las dificultades. ¿Cómo respondes cuando la vida se vuelve infructífera o incierta?
- La oración de Jesús demuestra una profunda comunión con Dios. Cuandooras, ¿sientes que estás enumerando una lista de peticiones o profundizando tu relación con Dios?
- Jesús habla de glorificar a Dios a través de su obra en la tierra. ¿Cómo puede tu vida diaria (tus palabras, decisiones y relaciones) reflejar la gloria de Dios ante quienes te rodean?



## VIERNES 20 de febrero

*Lecturas diarias: Salmo 35 / Ezequiel 18:1-4, 25-32 / Filipenses 4:1-9 / Juan 17:9-19*

No ruego que los quites del mundo sino que los guardes del maligno. No son del mundo, como tampoco yo soy del mundo. Santifícalos en la verdad; tu palabra es verdad. Así como tú me enviaste al mundo, también yo los he enviado al mundo. Por ellos yo me santifico a mí mismo, para que ellos también sean santificados en la verdad. — Juan 17:15-19

*Reflexiona: ¿Cuáles son algunas de las razones por las que sigues a Cristo? ¿Cuáles son algunos de los sacrificios que has hecho para ser un seguidor o seguidora de Cristo? ¿Habrá más sacrificios por delante?*

### Para profundizar

- Jesús le ruega al Padre que seamos santificados en verdad a través de la palabra de Dios. ¿Qué podrías hacer para que la Escritura y la oración moldeen tu vida?
- Ezequiel nos dice: ¡Arrepíéntanse y vivan". ¿En qué áreas de tu vida sigues aferrado a patrones o pecados que te separan de Dios? ¿Cómo sería deshacerte de ellos?
- Filipenses nos exhorta a regocijarnos, orar y pensar en lo bueno. ¿Cómo puedes practicar la gratitud y promover la paz?



## SÁBADO 21 de febrero

*Lecturas diarias: Salmo 42, 43 / Ezequiel 39:21-29 / Filipenses 4:10-20 / Juan 17:20-26*

Pero no ruego solamente por estos sino también por los que han de creer en mí por medio de la palabra de ellos; para que todos sean uno así como tú, oh Padre, en mí y yo en ti. — Juan 17:20-21a

*Reflexiona: ¿Puede imaginarte un mundo en el que las divisiones hayan cesado y consideremos a cada ser humano como un miembro de nuestra familia?*

### Para profundizar

- Jesús ruega que todas y todos podamos ser uno con él, con Dios y con todos los que creen. ¿Cómo puedes vivir esta unidad en tus interacciones diarias?
- Ezequiel habla de la presencia de Dios derramándose sobre todas las personas. ¿En qué parte de tu vida necesitas que te recuerden que el Espíritu de Dios está contigo, uniendo y restaurándote?
- Los salmos expresan un anhelo por la presencia de Dios. Cuando te sientes desanimado por las divisiones o el aislamiento, ¿cómo vuelves a tener esperanza?
- ¿Qué paso concreto puedes dar hoy para tender puentes entre divisiones que existen en tu comunidad?



## Nuestra Agencia en acción

Santina es agricultora de profesión. Trabajando junto con la [Iglesia Anglicana de Tanzania](#), Diócesis de Tanganica Central (DCT), la Agencia Episcopal de Alivio y Desarrollo le ha brindado a Santina [técnicas agrícolas para mejorar la producción agrícola](#). Además, el programa “Ahorros con Educación” ([SwE](#)), le ha permitido crecer y ayudar a otros.

La Agencia Episcopal de Alivio y Desarrollo promueve grupos “Ahorros con Educación.” Estos grupos, que combinan ahorro, inversión y educación financiera, se convierten en algo más que una institución financiera: son un espacio sagrado de transformación. El liderazgo de Santina ilustra la chispa divina que se enciende cuando las mujeres se empoderan para ascender, liderar y transformar sus comunidades.

Desde 2019, además de ser presidenta de su grupo, Santina ha sido facilitadora de Ahorros con Educación. Así, ella ayuda a la gente de su región a crear sus propios grupos y los anima a iniciar negocios y diversificar sus ingresos. Santina también ha animado a las mujeres a aspirar a puestos de liderazgo como el de ella. Además de todos sus cargos dentro del programa, también es presidenta de la aldea Kawawa, donde vive con su familia.

Como las primeras comunidades cristianas que tenían todo en común, Santina y las demás mujeres de su grupo unen recursos, comparten sus sueños y se apoyan mutuamente hacia la prosperidad. Cada contribución se convierte en parte de un mosaico de apoyo mutuo, entrelazando el empoderamiento financiero con el crecimiento espiritual.

Santina ha podido vender productos y artículos como tomates y baobab, mikeka (esteras tejidas), ropa reacondicionada y aceite de cocina. Ha podido pagar las matrículas escolares de sus hijos, cubrir los gastos domésticos cotidianos y construir una casa para su familia. Las mujeres de su grupo también han tenido éxito en negocios de apicultura y sastrería.

Para obtener más información, [visita nuestra página web](#).



# Semana 2

23-28 de febrero

LUNES, 23 de febrero

*Lectura diaria: Salmo 44 / Génesis 37:1-11 / 1 Corintios 1:1-19 / Marcos 1:1-13*

En seguida el Espíritu lo impulsó al desierto, y estuvo en el desierto cuarenta días, siendo tentado por Satanás. Estaba con las fieras y los ángeles le servían. — Marcos 1:12-13

*Reflexiona: ¿Cuáles son las cosas que te distraen de Dios? ¿Qué prácticas espirituales y hábitos santos te acercan a Dios?*

Para profundizar

- Cuando piensas en Jesús, que es impulsado al desierto, ¿qué paralelismos ves con tus propias experiencias de confrontar dificultades o pruebas?
- Los sueños de José en el Génesis revelan el plan de Dios, pero también despiertan celos y división. ¿Cómo puedes discernir si los deseos y las visiones que se mueven en ti vienen de Dios? ¿Cómo recibes a las reacciones que los demás pueden tener ante esos deseos?
- El salmista grita confundido, sintiéndose abandonado ante el sufrimiento. ¿Cómo respondes tú cuando sientes que Dios guarda silencio? ¿Qué te ayuda a mantenerte firme en la fe?
- ¿Qué hábitos sagrados podrían ayudarte a despejar distracciones para que puedas encontrarte con Dios más plenamente en este tiempo de Cuaresma?



## MARTES 24 de febrero

*Lecturas diarias: Salmo 47, 48 / Génesis 37:12-24 / 1 Corintios 1:20-31 / Marcos 1:14-28*

Jesús le reprendió diciendo: «¡Cállate y sal de él!». Y el espíritu inmundo lo sacudió con violencia, clamó a gran voz y salió de él. Todos se maravillaron, de modo que discutían entre sí diciendo: «¿Qué es esto? ¡Una nueva doctrina con autoridad! Aun a los espíritus inmundos él manda, y lo obedecen». Y pronto se extendió su fama por todas partes, en toda la región alrededor de Galilea. — Marcos 1:25-28

*Reflexiona: ¿Qué fue lo que te hizo darte cuenta de que Jesús es el Santo de Dios? ¿Fue algo que te enseñaron o fue una experiencia?*

### Para profundizar

- Cuando escuchas cómo Simón, Andrés, Santiago y Juan lo dejan todo para seguir a Jesús, ¿qué te viene a la mente sobre lo que te han pedido a ti dejar atrás? ¿A qué cosas sigues aferrado que te impide seguir plenamente a Jesús?
- Los hermanos de José lo rechazan por celos y miedo. ¿Cómo respondes tú cuando la vida de alguien te provoca incomodidad o envidia?
- Imagina estar en la sinagoga, escuchando al espíritu impuro exclamar: "Yo sé quién eres: ¡el Santo de Dios". ¿Cómo habrías reaccionado?



## MIÉRCOLES 25 de febrero

*Lecturas diarias: Salmo 49, [53] / Génesis 37:25-36 / 1 Corintios 2:1-13 / Marcos 1:29-45*

Al atardecer, cuando se puso el sol, le traían todos los enfermos y los endemoniados. Toda la ciudad estaba reunida a la puerta. Y él sanó a muchos que padecían de diversas enfermedades y echó fuera muchos demonios. Y no permitía a los demonios hablar, porque lo conocían.

— Marcos 1:32-34

*Reflexiona: ¿Haces una pausa para orar durante tu jornada laboral? ¿Cómo puedes crear un hábito santo de conversar con Dios a diario?*

### Para profundizar

- Pablo habla de confiar no en la sabiduría humana, sino en el poder del Espíritu. ¿En qué áreas de tu vida necesitas depender menos de tu propia fuerza y más del Espíritu de Dios para guiarte?
- José fue vendido como esclavo por sus hermanos, pero Dios usó esa dolorosa traición para el bien. ¿Cómo ves a Dios actuando en tu propia vida en los momentos de decepción o traición?
- El salmista nos recuerda que la riqueza y el poder humano no pueden salvarnos. ¿En qué cosas pasajeras te sientes tentado a confiar?



## JUEVES 26 de febrero

*Lecturas diarias: Salmo [59, 60] o 19, 46 / Génesis 39:1-23 / 1 Corintios 2:14–3:15  
Marcos 2:1-12*

De inmediato Jesús, dándose cuenta en su espíritu de que razonaban así dentro de sí mismos, les dijo: «¿Por qué razonan así en sus corazones? ¿Qué es más fácil, decir al paralítico: "Tus pecados te son perdonados"; o decirle: "Levántate, toma tu camilla y anda"? Pero, para que sepan que el Hijo del Hombre tiene autoridad para perdonar pecados en la tierra».

— Marcos 2:8-10a

*Reflexiona: Una pregunta para hacerle a Dios en tu vida de oración: ¿Por qué Jesús perdonó los pecados del hombre, además de sanarlo?*

### Para profundizar

- Los amigos del hombre paralítico superan todos los obstáculos para llevarlo a Jesús. ¿Quién te ha acercado a Cristo en tiempos de debilidad? ¿Estarás siendo llamado a ayudar a alguien a acercarse a Cristo?
- Incluso ante la traición y la esclavitud, José permanece fiel. ¿Cómo te mantienes firme en la presencia de Dios cuando experimentas injusticia o sufrimiento?
- Pablo nos recuerda que el Espíritu busca en todo, incluso en las profundidades de Dios. ¿Qué tan abierto estás a dejar que el Espíritu te revele verdades nuevas y quizás inesperadas?



## VIERNES 27 de febrero

*Lecturas diarias: Salmo 51 / Génesis 40:1-23 / 1 Corintios 3:16-23 / Marcos 2:13-22*

Al oírlo, Jesús les dijo: «Los sanos no tienen necesidad de médico sino los que están enfermos. No he venido para llamar a justos sino a pecadores». – Marcos 2:17

*Reflexiona: ¿Te imaginas a Dios amando a alguien a quien consideras malo o irredimible? ¿Puedes imaginar que Dios te ama a ti y a esa persona por igual?*

### Para profundizar

- Jesús les dice a los fariseos que no vino por los justos, sino por los pecadores. ¿Te consideras alguien que necesita sanación o alguien que ya la ha alcanzado?
- El salmista ruega tener un corazón limpio y un espíritu renovado. ¿Qué hábitos sagrados te ayudan a abrirte a la misericordia transformadora de Dios en tu propia vida?
- Jesús comparte comidas con recaudadores de impuestos y pecadores. ¿Cómo puedes imitar su hospitalidad radical en tu propia comunidad, atrayendo a quienes podrían sentirse alejados del amor de Dios?



## SÁBADO 28 de febrero

*Lecturas diarias: Salmo 138, 139:1-17(18-23) / Génesis 41:1-13 / 1 Corintios 4:1-7  
Marcos 2:23–3:6*

También les dijo: «El sábado fue hecho para el hombre, y no el hombre para el sábado. Así que el Hijo del Hombre es Señor aun del sábado».

— Marcos 2:27-28

*Reflexiona: ¿Qué tipo de cosas se interponen en el camino de amar verdaderamente a tu prójimo?*

### Para profundizar

- Jesús nos recuerda que el sábado fue hecho para la humanidad, no la humanidad para el sábado. ¿Cómo equilibras la importancia de las prácticas espirituales con el llamado a mostrar misericordia y amor?
- Pablo escribe que todo lo que tenemos es un don de Dios, no algo que hayamos ganado o adquirido por nuestra cuenta. ¿Cómo cambia esta concepto tu sentido de orgullo, gratitud o humildad?
- El salmista se maravilla de que Dios conozca cada pensamiento, palabra y acción antes de que se concrete. ¿Cómo te consuela—o te desafía—el saber que Dios te ve y te conoce tan completamente?



## Nuestra agencia en acción

En la Agencia Episcopal de Alivio y Desarrollo, una de las cuatro áreas prioritarias interconectadas es [la respuesta ante catástrofes](#). Arraigado en la tradición episcopal, nuestra respuesta es posible por estar asociados a organizaciones locales de fe y otras [organizaciones comunitarias](#), así como a una amplia red de líderes religiosos, voluntarios y personal dedicado a apoyar a personas y comunidades afectadas por catástrofes naturales y crisis provocadas por el ser humano.

Cuando respondemos ante alguna catástrofe, la atención en salud mental no siempre se prioriza tanto como otras formas de asistencia: la ayuda monetaria, la distribución de alimentos y agua, la vivienda y otras formas de apoyo.

Aunque el trauma y otros problemas relacionados con la salud mental no siempre sean siempre fáciles de identificar al ocurrir una catástrofe, la salud y el bienestar mental deben tratarse como parte de una sanación y recuperación completas y a largo plazo.

En julio de 2025 nos asociamos con la [Diócesis Episcopal del Oeste de Texas](#) en respuesta a la [crisis de inundaciones en Texas Hill Country](#). Trabajamos con socios para proporcionar recursos financieros y apoyo emocional y espiritual a quienes viven en el área de Kerrville, Texas. La atención emocional y de salud mental formó parte de este esfuerzo.

Con el aumento de catástrofes, cada vez más comunidades dependen de servicios y apoyo. Proporcionar acceso a servicios de trauma y salud mental intencionales—tanto para sobrevivientes como para intervenientes—ayuda a transitar el [ciclo emocional de una catástrofe](#) y lograr una recuperación plena y sostenida.

Es un viaje complejo y continuo que más vale recorrer juntos.

Para obtener más información, [visita nuestra página web](#).



# Semana 3

2-7 de marzo

## LUNES 2 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 64, 65 / Génesis 41:46-57 / 1 Corintios 4:8-20(21) / Marcos 3:7-19a*

Y Jesús les dijo a sus discípulos que siempre tuvieran lista una barca a causa del gentío para que no lo apretujaran; porque había sanado a muchos, de modo que le caían encima todos cuantos tenían plagas, para tocarlo. — Marcos 3:9-10

*Reflexiona: ¿En qué parte de tu vida podrías beneficiarte de trabajar dentro de un grupo en lugar de hacerlo solo?*

### Para profundizar

- Jesús eligió a personas comunes, con cualidades y defectos, para ser sus apóstoles. ¿Cómo afecta eso la forma en que ves tus propias limitaciones y dones al servir a los demás?
- Pablo recuerda a los corintios que el verdadero liderazgo se caracteriza por la humildad y no por el orgullo. ¿Cómo puedes modelar un estilo de liderazgo que permita que los demás se empoderen?
- El salmista alaba a Dios por ordenar la creación y bendecir la tierra con abundancia. ¿Cómo podría inspirarte esa visión a construir una comunidad más cooperativa y llena de gracia?



## MARTES 3 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 68:1-20(21-23)24-36 / Génesis 42:1-17 / 1 Corintios 5:1-8  
Marcos 3:19b-35*

[Jesús] volvió a casa, y otra vez se reunió la multitud de modo que ellos no podían ni siquiera comer pan. Cuando los suyos lo oyeron, fueron para prenderlo porque decían que estaba fuera de sí. Los escribas que habían descendido de Jerusalén decían que estaba poseído por Beelzebul y que mediante el principio de los demonios echaba fuera los demonios.

— Marcos 3:19b-22

*Reflexiona: ¿Hay grupos de personas a quienes consideras profundamente diferentes de ti y contra quienes albergas sentimientos de miedo o resentimiento? ¿Cómo podrías orar para responder con más amor y bondad?*

### Para profundizar

- Tanto la familia misma como los escribas malinterpretaron a Jesús, cada uno por razones diferentes. ¿Cómo respondes cuando te sientes incomprendido?
- Jesús amplió la definición de familia para incluir a todos los que hacen la voluntad de Dios. ¿Cómo podrías vivir esa definición en tus relaciones y tus comunidades?
- Los hermanos de José lo tacharon de enemigo, pero su reencuentro se convertiría más tarde en una ocasión de perdonar. ¿En qué área podría estar Dios llamándote a superar viejas divisiones y ver la reconciliación como una obra de santidad?



## MIÉRCOLES 4 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 119:73-96 / Génesis 42:18-28 / 1 Corintios 5:9–6:8  
Marcos 4:1-20*

Y les enseñaba muchas cosas en paráolas. Les decía en su enseñanza: «¡Oigan! He aquí un sembrador salió a sembrar. Y mientras sembraba, aconteció que parte de la semilla cayó junto al camino; y vinieron las aves y la devoraron. Otra parte cayó en pedregales, donde no había mucha tierra, y en seguida brotó porque la tierra no era profunda. Y cuando salió el sol se quemó y, porque no tenía raíces, se secó. Otra parte cayó entre los espinos. Y los espinos crecieron y la ahogaron, y no dio fruto. Y otras semillas cayeron en buena tierra, y creciendo y aumentando dieron fruto. Y llevaban fruto a treinta, sesenta y ciento por uno». — Marcos 4:2-8

*Reflexiona: ¿Cómo podrías compartir el Evangelio de manera que sea acogedora y significativa para los demás?*

Para profundizar

- El pasaje de Marcos describe a una multitud que se apiñaba alrededor de Jesús. ¿Cómo imaginas que tú lo presionarías con tus propias demandas en medio del ruido de tu vida?
- Jesús describe las muchas formas en que las personas reciben la palabra: algunos la rechazan, otros la pierden y algunos la dejan florecer. ¿Qué tipo de suelo describe mejor tu corazón actual?
- El Salmo 119 celebra la ley de Dios como fuente de alegría y crecimiento. ¿Qué prácticas espirituales ayudan a que tu fe eche raíces profundas?



## JUEVES 5 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 74 / Génesis 42:29-38 / 1 Corintios 6:12-20 / Marcos 4:21-34*

Porque al que tiene le será dado, y al que no tiene aun lo que tiene le será quitado. — Marcos 4:25

*Reflexiona: ¿Qué cosas te acercan a Dios? ¿Sientes que puedes profundizar tu vida de oración?*

Para profundizar

- ¿Qué nuevas formas de orar podría Dios estar llamándote a explorar?
- En Génesis, Jacob sufre miedo y pérdidas al enfrentarse a lo desconocido. ¿Cómo respondes tú cuando te enfrentas a la incertidumbre o a decisiones difíciles?
- Pablo insta a los corintios a recordar que sus cuerpos son templos del Espíritu Santo. ¿Qué papel juegan tus funciones corporales—tu respiración, tus sentidos, tu movimiento— en tu vida de oración?



## VIERNES 6 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 73 / Génesis 43:1-15 / 1 Corintios 7:1-9 / Marcos 4:35-41*

Se levantó una gran tormenta de viento, y las olas golpearon el bote, de modo que el bote ya estaba inundado. Pero él estaba en la popa, dormido sobre el cojín; y lo despertaron y le dijeron: "Maestro, ¿no te importa que perezcamos?" Se despertó y reprendió al viento, y dijo al mar: «¡Paz! ¡Quédate quieto!» Entonces cesó el viento, y hubo una calma mortal. Les dijo: "¿Por qué tenéis miedo? ¿Todavía no tenéis fe?" — Marcos 4:37-40

*Reflexiona: ¿Cómo fue sacudido tu propio camino espiritual por las olas del mundo?*

### Para profundizar

- Cuando te imaginas en ese barco azotado por la tormenta, ¿qué emociones surgen en ti? ¿Cómo le puedes expresar esos sentimientos a Dios en oración?
- Jesús durmió en medio del caos. ¿Cómo sería para ti descansar en esa misma paz, confiando en que Dios permanece al timón incluso cuando no puedas ver la orilla?
- Pablo dice que parte del ministerio fiel radica en perseverar a través de las dificultades. ¿Cómo podría Dios estar moldeando tu compasión y entereza a través de las tormentas que has enfrentado?



## SÁBADO 7 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 23, 27 / Génesis 43:16-34 / 1 Corintios 7:10-24 / Marcos 5:1-20*

Los que apacentaban los cerdos huyeron y dieron aviso en la ciudad y por los campos. Y fueron para ver qué era lo que había pasado. Llegaron a Jesús y vieron al endemoniado que había tenido la legión, sentado, vestido y en su juicio cabal; y tuvieron miedo. — Marcos 5:14-15

*Reflexiona: ¿Puedes orar para tratar de resolver estas preguntas? ¿Puedes pedirle a Dios que te ayude a entender por qué estos "demonios" están entre nosotros?*

### Para profundizar

- ¿Qué significa para ti que Jesús le restaure al hombre no solo la salud, sino también su sano juicio y comunidad?
- Los habitantes del pueblo se asustaron al ver al hombre curado. ¿Por qué crees que a veces tememos la transformación por la que oramos, ya sea en nosotros mismos o en los demás?
- Jesús escuchó la voz de los demonios antes de expulsarlos. ¿Qué podría enseñarte esto sobre cómo enfrentar tus propios desafíos?
- ¿Cómo entiendes, en tu vida de hoy, la verdadera restauración espiritual?



## Nuestra agencia en acción

En todo el mundo, las mujeres desempeñan un papel vital en el sector agrícola. En muchas de las comunidades rurales a las que sirve la Agencia Episcopal de Alivio y Desarrollo, las mujeres trabajan junto a los hombres en los campos, cultivan huertos domésticos y crían ganado. Lo hacen para alimentar a sus familias, generar ingresos para necesidades esenciales del hogar y apoyar el desarrollo de sus comunidades. En [Angola](#), mujeres agricultoras a pequeña escala como Laura impulsan el sector agrícola: [más del 60% de la fuerza laboral agrícola del país](#) son mujeres.

Los agricultores de la zona, tanto hombres como mujeres, se enfrentan a graves desafíos relacionados con el clima; es cada vez más difícil pronosticar el tiempo y predecir los fenómenos meteorológicos severos como sequías e inundaciones repentinas. Las pequeñas agricultoras se enfrentan a desafíos adicionales, como la falta de acceso y control de las finanzas, de la tierra, del ganado y de información sobre técnicas agrícolas adaptadas para hacer frente al cambio climático.

A través de nuestra colaboración con la Iglesia Anglicana de Angola y Diócesis de Cristo Rey, la Agencia Episcopal de Alivio y Desarrollo capacita y apoya a agricultoras y agricultores de comunidades rurales en lograr resiliencia climática y económica. Durante 2023 y 2024, las mujeres representaron más del 61% de los participantes en el programa.

“Soy una de las primeras participantes en las clases de cómo criar ganado”, explicó Arminda, de la comunidad de Sassa. “Estoy muy contenta, esto es una victoria”.

Con el dinero que Arminda gana en cría de animales, puede cubrir necesidades básicas como comida, ropa y material escolar para sus hijos, y lo que sobra lo puede reinvertir en el crecimiento de su emprendimiento.

“Las ganancias me ayudarán a conseguir semillas para la jardinería que también realizo”, explicó ella. “En el futuro, planeo ser proveedora de animales para vendedores de carne.”

En la aldea vecina de Banza Quinguanga, Laura y otros miembros de su comunidad participaron en el mismo programa de resiliencia climática. Ella lo considera un éxito y ve el futuro con optimismo.

“Durante el primer ciclo de cría”, explicó Laura, “una de mis cerdas dio a luz a 6 lechones.”

Para obtener más información, [visita nuestra página web](#).



# Semana 4

9-14 de marzo

## LUNES 9 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 77, [79] / Génesis 44:18-34 / 1 Corintios 7:25-31 / Marcos 5:21-43*

Él le dijo: «Hija, tu fe te ha salvado. Vete en paz y queda sanada de tu azote»... Tomó la mano de la niña y le dijo: «Talita, cumi» (que traducido es: Niña, a ti te digo, levántate). Y en seguida la niña se levantó y andaba, pues tenía doce años. Y quedaron atónitos. — Marcos 5:34, 41-42

*Reflexiona: ¿Alguna vez has conocido a una persona que fue sanada o transformada después de que parecía demasiado tarde para ella? Piensa en el tiempo de Dios en tu propia vida. ¿Ha habido situaciones en las que, en retrospectiva, el tiempo de Dios resultó ser justo lo que necesitabas?*

### Para profundizar

- Nos gusta hablar del “tiempo fijado por Dios”, pero ¿cómo respondes mientras esperas? ¿Te vuelves inquieto, dudoso o más confiado en el plan que Dios está llevando a cabo?
- Tanto la mujer con una hemorragia como la hija de Jairo experimentaron sanación tras un largo sufrimiento. ¿En qué facetas de tu vida sientes que la sanación o la renovación están tardando demasiado? ¿Cómo puedes presentarle a Dios esa preocupación con toda honestidad?
- Jesús trata tanto a un líder destacado como a una mujer marginada con la misma compasión. ¿Observas ese mismo amor imparcial en tu comunidad de fe?
- ¿Qué prácticas u oraciones te ayudan a cultivar la paciencia y la fe en temporadas de incertidumbre?



## MARTES 10 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 78:40-72 / Génesis 45:1-15 / 1 Corintios 7:32-40 / Marcos 6:1-13*

Pero Jesús les decía: «No hay profeta sin honra sino en su propia tierra, entre sus familiares y en su casa». Y no pudo hacer allí ningún hecho poderoso sino que sanó a unos pocos enfermos, poniendo sobre ellos las manos. Estaba asombrado a causa de la incredulidad de ellos. Y recorría las aldeas de alrededor, enseñando... «Cualquier lugar que no los reciba ni los oigas, saliendo de allí, sacudan el polvo que está debajo de sus pies para testimonio contra ellos» — Marcos 6:4-6, 11

*Reflexiona: ¿Cómo has dado ejemplo tu fe, con éxito o sin éxito, a los no creyentes?*

Para profundizar

- Jesús fue rechazado en su propia ciudad natal. ¿Ha habido ocasiones en que experimentaste rechazo o te sentiste malinterpretado? ¿Cómo respondiste?
- Jesús les dijo a los discípulos que se sacudieran el polvo de los pies cuando la gente no los recibiera. ¿Cómo sabes cuándo es el momento de dejar de lado una situación o persona que no puedes cambiar?
- ¿Cómo puedes dar ejemplo del amor de Cristo como José dio ejemplo de perdón hacia sus hermanos? ¿De qué maneras puede la compasión abrir puertas que la discusión y la ira no pueden?
- El Salmo 78 nos recuerda que, a pesar de la terquedad de Israel, Dios es fiel. ¿Cuándo has visto a Dios permanecer fiel junto a ti incluso cuando tu propia fe era débil o cuando gente cercana no creía?



## MIÉRCOLES 11 de marzo

Lectura diaria: Salmo 81, 82 / Génesis 45:16-28 / 1 Corintios 8:1-13 / Marcos 6:13-29

El rey se entristeció mucho pero, a causa del juramento y de los que estaban a la mesa, no quiso rechazarla. Inmediatamente el rey envió a uno de la guardia y mandó que fuera traída la cabeza de Juan. Este fue, lo decapitó en la cárcel y llevó su cabeza en un plato; la dio a la muchacha, y la muchacha se la dio a su madre. Cuando sus discípulos oyeron esto, fueron y tomaron su cuerpo, y lo pusieron en un sepulcro.

— Marcos 6:26-29

*Reflexiona: ¿Puedes pensar en personas que están llamando al arrepentimiento en nuestra era moderna como lo hacían Juan y Jesús?*

### Para profundizar

- Juan el Bautista les declaró valientemente la verdad a los poderosos, incluso cuando le costó la vida. ¿Qué verdades se te llama a ti a declarar? ¿Qué miedos o presiones te frenan?
- Herodes admiraba a Juan, pero carecía del valor para actuar según lo que sabía que era correcto. ¿Cuándo te has sentido conflictuado entre hacer lo correcto y complacer a los demás? ¿Cómo resolviste esa tensión?
- El arrepentimiento, o *metanoia*, significa dirigir el corazón y la mente hacia Dios. ¿En qué faceta de tu vida podría Dios estar invitándote a cambiar de pensamiento, dirección o actitud?
- Pablo les recuerda a los corintios que el conocimiento por sí solo puede hacernos sentir orgullosos, pero el amor edifica. ¿Cómo puede el amor guiar tu respuesta ante las injusticias?



## JUEVES 12 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 85, 86 / Génesis 46:1-7, 28-34 / 1 Corintios 9:1-15 / Marcos 6:30-46*

Y él tomó los cinco panes y los dos pescados y, alzando los ojos al cielo, bendijo y partió los panes. Luego iba dando a sus discípulos para que los pusieran delante de los hombres, y también repartió los dos pescados entre todos. Todos comieron y se saciaron, y recogieron doce canastas llenas de los pedazos de pan y de los pescados. Y los que comieron los panes eran como cinco mil hombres. — Marcos 6:41-44

*Reflexiona: ¿Dónde has visto ejemplos de sistemas corruptos que causan pobreza y hambre? ¿Cómo puedes ayudar a crear un sistema más justo?*

Para profundizar

- ¿Qué recursos—espirituales o materiales—podrías ofrecer para ayudar a alimentar un mundo hambriento?
- El milagro de los panes y los peces no comienza con abundancia, sino con escasez y una actitud de confianza. ¿Cómo ha multiplicado Dios algo pequeño en tu vida para bendecir a otros?
- En Génesis, Dios le dice a Jacob para que no tenga miedo de viajar a Egipto, prometiéndole que proveerá para su familia. ¿Cómo puede la confianza en la generosidad de Dios darte valor para caminar con fe en tiempos inciertos?



## VIERNES 13 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 91, 92 / Génesis 47:1-26 / 1 Corintios 9:16-27 / Marcos 6:47-56*

Dondequiera que entraba, ya sea en aldeas o ciudades o campos, ponían en las plazas a los que estaban enfermos, y le rogaban que solo pudieran tocar el borde de su manto. Y todos los que lo tocaban quedaban sanos.

— Marcos 6:56

*Reflexiona: ¿Hubo algún momento en tu vida en que te sentiste realmente sorprendido por la presencia de Dios?*

Para profundizar

- Los discípulos se aterrorizaron cuando Jesús caminó sobre el agua, sin darse cuenta de que era él. Reflexiona sobre un momento en tu vida en que el miedo o la confusión te impidieron reconocer la presencia de Dios.
- Las multitudes en Genesaret solo querían tocar el borde del manto de Jesús. ¿Cómo sería para ti acercarte a Dios con esa misma humildad?
- Los Salmos 91 y 92 hablan de la protección y fidelidad de Dios. ¿Cuándo has experimentado el cuidado de Dios en tiempos de incertidumbre o miedo?
- Pablo habla de correr la carrera con propósito y disciplina. ¿Qué prácticas te ayudan a mantenerte espiritualmente despierto para reconocer la presencia de Dios, incluso cuando llega de formas inesperadas?



## SÁBADO 14 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 136 / Génesis 47:27–48:7 / 1 Corintios 10:1-13 / Marcos 7:1-23*

Y decía: «Lo que del hombre sale, eso contamina al hombre. Porque desde adentro, del corazón del hombre, salen los malos pensamientos, las inmoralidades sexuales, los robos, los homicidios, los adulterios, las avaricias, las maldades, el engaño, la sensualidad, la envidia, la blasfemia, la insolencia y la insensatez. Todas estas maldades salen de adentro y contaminan al hombre». — Marcos 7:20-23

*Reflexiona: ¿Cuáles son algunas de las formas en que has aprendido a transformar reacciones destructivas en respuestas caritativas?*

### Para profundizar

- Cuando te sientes agraviado o incomprendido, ¿cómo distingues si tu respuesta refleja amor o una actitud defensiva? ¿Qué hábitos de santidad podrían ayudarte a discernirlo?
- Pablo llama a los creyentes a evitar la idolatría y a vivir para la gloria de Dios. ¿Qué "ídolos" en tu vida evitan que tu corazón esté completamente centrado en Dios?
- Jacob bendice a sus hijos y nietos, convirtiendo sus experiencias e incluso sus dificultades en bendiciones para los demás. ¿Cómo pueden tus desafíos o fracasos convertirse en fuentes de compasión y sabiduría?



## Nuestra agencia en acción

“Yo ni siquiera sabía que los niños necesitan vacunación rutinaria”, reflexionó Félix.  
“Pensaba que solo tenía que asegurarme de que hubiera suficiente comida en la casa.”

Félix y su esposa Abishag están criando a dos hijos, Kyan y Leah, en un pueblo en el oeste de Kenia. Félix es un trabajador incansable; aunque cultiva y produce carbón vegetal para mantener a su familia, eso a menudo le ha impedido jugar y vincularse con sus hijos. Gran parte del cuidado y el mantenimiento del hogar han recaído sobre su esposa Abishag.

En Kenia, el programa Momentos Valiosos ([Moments That Matter](#) ®) es una colaboración para el [Desarrollo Infantil Temprano](#) entre la agencia Episcopal de Alivio y Desarrollo y [ADS-Nyanza](#). Dicho programa apoya a padres, madres y otras personas a cargo de la crianza para aprender, desarrollar y practicar nuevas técnicas que ayuden a sus hijos a prosperar.

Félix y su familia viven en una comunidad con baja alfabetización, algo común en muchos de los lugares donde trabaja la Agencia Episcopal de Alivio y Desarrollo. Para enfrentar este desafío, el programa Momentos Valiosos se adapta al nivel educativo de cada persona con herramientas participativas basadas en imágenes. Esto apoya a los participantes adultos de todos los niveles de alfabetización para transformar sus vidas y las de sus familias. Las herramientas se desarrollan y modifican en colaboración con líderes locales para su uso en cada comunidad con la que trabajamos.

Félix aprendió sobre la crianza de sus hijos cuando participó en un programa Momentos Valiosos dirigido por un voluntario comunitario que fomenta el Desarrollo Infantil Temprano. En comunidades de toda África, nuestros socios capacitan a voluntarias y voluntarios para realizar visitas domiciliarias y organizar eventos para padres y otras personas a cargo de la crianza de niños. Este modelo ofrece a las familias una atención personalizada mientras desarrollan hábitos saludables. Guiados por el voluntario asignado al grupo, Félix y otros padres y madres aprendieron sobre cómo criar niños sin violencia, cómo fomentar relaciones familiares saludables y recibieron información crítica sobre la salud de sus hijos.

Para asegurarse de que participantes de diferentes niveles de alfabetización puedan beneficiarse de estos grupos de crianza, los voluntarios utilizan un cuaderno de trabajo especialmente diseñado, y conocido como “Pasaporte de Prácticas”. El pasaporte usa un lenguaje sencillo y expresiones comunes de ese grupo cultural, e incluye ilustraciones que muestran indumentaria y tonos de piel que a los participantes les resultan familiares. Además, el cuaderno incluye actividades y listas de verificación para facilitar la fijación de objetivos, fomentar la reflexión y hacer seguimiento del progreso.



"Empecé practicando lo que vi en el pasaporte", dijo Félix. "Tuve que comprometerme a hacerlo, y poco a poco, lo disfruté. Ahora, corre en mi sangre, y cada día trabajo para mejorar mis habilidades como padre."

Para más información, [visita nuestra página web.](#)



# Semana 4

16-21 de marzo

LUNES 16 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 89:19-52 / Génesis 49:1-28 / 1 Corintios 10:14–11:1  
Marcos 7:24-37*

Se maravillaban sin medida, diciendo: «¡Todo lo ha hecho bien! Aun a los sordos hace oír, y a los mudos hablar». — Marcos 7:37

*Reflexiona: ¿Cómo puedes encontrar puntos en común con aquellos que son diferentes a ti o que pueden ser considerados "extraños" en cierto entorno social?*

Para profundizar

- La persistencia de la mujer sirofenicia cambió el rumbo de la vida de su hija. ¿Qué puede enseñarte esa historia sobre orar con perseverancia cuando te sientes no escuchado o indigno?
- La sanación del hombre comenzó cuando Jesús le tocó y le dijo: “Sé abierto”. ¿En qué áreas de tu vida anhelas que tu corazón, oídos u ojos se abran más plenamente a la verdad de Dios?
- Jacob bendice a sus hijos, que tienen sus propios defectos y dones. ¿Cómo te ayuda esa historia a reconocer el valor y el potencial de quienes no encajan con tus expectativas?



## MARTES 17 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 94, [95] / Génesis 49:29–50:14 / 1 Corintios 11:17-34  
Marcos 8:1-10*

Entonces él mandó a la multitud recostarse en tierra. Tomó los siete panes y, habiendo dado gracias, los partió y daba a sus discípulos para que ellos los sirvieran. Y ellos los sirvieron a la multitud. También tenían unos pocos pescaditos. Y después de bendecirlos, él mandó que también los sirvieran. Comieron y se saciaron. — Marcos 8:6-8a

*Reflexiona: ¿Qué simboliza la comida para ti? ¿Cómo influyen las dos historias de alimentación descritas en Marcos en la manera en que entiendes el alimento espiritual que proviene de Dios?*

### Para profundizar

- Piensa en algún momento de tu vida en que compartir una comida fue un momento de crear conexión o sentir la gracia de Dios.
- Jesús bendice y parte los panes antes de alimentar a la multitud. ¿Qué te enseña este acto de partir y dar sobre generosidad, humildad y confianza en la abundancia de Dios?
- Pablo les recuerda a los corintios que compartir la Cena del Señor es un acto de unidad y de servir a los demás. ¿Cómo puedes hacer que participar en la misa se convierta en una oportunidad alimentar a otros con amor y generosidad?



## MIÉRCOLES 18 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 119:121-144 / Génesis 50:15-26 / 1 Corintios 12:1-11  
Marcos 8:11-26*

Se habían olvidado de llevar pan, y no tenían consigo en la barca sino un solo pan. Y él les mandó, diciendo: «Miren; guárdense de la levadura de los fariseos y de la levadura de Herodes». — Marcos 8:14-15

*Reflexiona: ¿Cuáles son algunas de las enseñanzas y acciones de Jesús que te cuesta entender? ¿Puedes preguntarle a Dios en tu vida de oración y pedirle que te dé ojos para ver?*

Para profundizar

- ¿Has sentido a veces que, como los discípulos, fallaste en captar el mensaje de lo que Jesús intentaba enseñar? ¿Qué te ayudó a comprender más dicho mensaje?
- El ciego en Betsaida empieza a ver poco a poco, no todo de golpe. Piensa en ocasiones en que experimentaste crecimiento espiritual como un proceso gradual en lugar de un solo momento de claridad.
- El Salmo 119 habla del anhelo de comprender los mandamientos de Dios. ¿Cómo puedes usar la oración para pedirle a Dios que te abra ojos a verdades que quizás aún no entiendes?



## JUEVES 19 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 73 / Éxodo 1:6-22 / 1 Corintios 12:12-26 / Marcos 8:27-9:1*

Entonces él les preguntó: «Pero ustedes, ¿quién dicen que soy yo?».  
— Marcos 8:29a

*Reflexiona: ¿Ha habido alguna situación de tu vida en la que la solución de Dios fue mejor de lo que tu querías que sucediera?*

### Para profundizar

- Imagina a Jesús preguntándote, “¿Quién dices que soy yo?”. ¿Cómo responderías a su pregunta?
- A Pedro le cuesta aceptar que el Mesías debe sufrir. ¿Cuándo te ha resultado difícil confiar en el plan de Dios porque no coincidía con tus esperanzas o expectativas?
- En Éxodo, las parteras desafían el mandato del Faraón y protegen la vida de los bebés, confiando en Dios más que en el poder terrenal. ¿Cómo podrías tú actuar con fidelidad y valentía en situaciones en que la obediencia a Dios entra en conflicto con la lógica mundana?



## VIERNES 20 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 107:1-32 / Éxodo 2:1-22 / 1 Corintios 12:27–13:3  
Marcos 9:2-13*

Seis días después, Jesús tomó consigo a Pedro, a Jacobo y a Juan, y les hizo subir aparte, a solas, a un monte alto, y fue transfigurado delante de ellos. — Marcos 9:2

*Reflexiona: ¿Quién fue Jesús para ti a medida que crecías en la fe? ¿Cómo ha cambiado tu concepto de Jesús desde que empezaste a creer?*

### Para profundizar

- ¿Cuándo has tenido una “experiencia de cumbre de montaña”? ¿Qué lo hizo tan especial?
- El Salmo 107 celebra el poder de Dios para rescatar y redimir en tiempos de angustia. Reflexiona sobre alguna ocasión en tu vida en que viste cómo la luz salvadora de Dios disipaba tus momentos de oscuridad o confusión.
- Pablo les recuerda a los corintios que el amor es mayor que todos los dones espirituales. ¿Cómo puede el crecer en el amor aumentar tu fe y ayudarte a acceder a otros dones espirituales?



## SÁBADO 21 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 33 / Éxodo 2:23–3:15 / 1 Corintios 13:1-13 / Marcos 9:14-29*

Le respondió uno de la multitud: «Maestro, traje a ti mi hijo porque tiene un espíritu mudo, y dondequiera que se apodera de él, lo derriba. Echa espumarajos y cruce los dientes, y se va desgastando. Les dije a tus discípulos que lo echaran fuera pero no pudieron». Y respondiendo les dijo: «¡Oh generación incrédula! ¿Hasta cuándo estaré con ustedes? ¿Hasta cuándo los soportaré? ¡Tráiganmelo!». — Marcos 9:17-19

*Reflexiona: ¿Cómo puedes ser un participante activo en la curación? ¿Qué hábitos de santidad podrían ayudarte en ese proceso?*

### Para profundizar

- ¿Cuándo te has encontrado orando como el padre del niño en el relato de Marcos? ¿Cómo puede la oración ayudarte a superar la duda y otros desafíos de la fe?
- El Salmo 33 celebra el amor firme de Dios, que libera nuestras almas de la muerte. ¿Cómo puede la gratitud aumentar tu fe y confianza en ese amor?
- Pablo nos recuerda que el amor nunca falla ni deja de ser. ¿Cómo puedes hacer que practicar el amor sea una forma de sanar a los demás—y a ti mismo?



## Nuestra agencia en acción

A menudo, cuando ocurre una catástrofe, las iglesias y organizaciones religiosas proporcionan bienes y servicios, tales como refugio, comidas calientes y suministros. Esto ocurre, por ejemplo, cuando no hay electricidad ni agua y los supermercados locales están sin suministros o demasiado dañados para abrir. Sin embargo, la asistencia “cash-and-voucher” (por efectivo y vales de compra, con las siglas CVA), es un modelo de apoyo financiero directo para cubrir gastos como alquiler, comida, transporte, gastos médicos y/o vivienda temporal. Esta forma de asistencia está ayudando a los sobrevivientes de catástrofes a tomar control eficiente de su recuperación.

En Luisiana, la Agencia Episcopal de Alivio y Desarrollo colabora con la [Diócesis Episcopal de Luisiana](#) para ayudar a las familias a recuperarse tras huracanes e inundaciones. A través de este programa, la Diócesis ofrece a las familias asistencia económica para que puedan cubrir rápidamente gastos inesperados y crear un sentido de estabilidad.

En el contexto global, algunos actores importantes están empezando a [recortar la asistencia por efectivo y bonos de compra](#) debido a riesgos percibidos o a la presión que sienten de recortar sus presupuestos. Sin embargo, investigaciones a nivel industrial han demostrado que esta forma de asistencia es eficaz.

Nuestra propia investigación ha demostrado que la asistencia por efectivo y bonos de compra merece una inversión adicional para impulsar un cambio duradero en comunidades afectadas por la injusticia, la pobreza, los desastres y el cambio climático. Recientemente, los oficiales de la Agencia Episcopal de Alivio y Desarrollo y los miembros del equipo de monitorización, evaluación y aprendizaje (MEL) encuestaron a los participantes del programa para medir la eficacia de nuestro programa en colaboración con la Diócesis Episcopal de Luisiana y descubrieron que este modelo está transformando la manera de responder ante catástrofes. Se reúnen con personas en sus hogares y sitios de trabajo, según sus necesidades, y trabajan con ellas para dirigirlos en su propia recuperación.

Para saber más, [visita nuestra página web](#).



# Semana 5

23-28 de marzo

LUNES 23 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 35 / Éxodo 4:10-20(21-26)27-31 / 1 Corintios 14:1-19  
Marcos 9:30-41*

Entonces se sentó, llamó a los doce y les dijo: «Si alguno quiere ser el primero deberá ser el último de todos y el siervo de todos». Y tomó a un niño y lo puso en medio de ellos; y tomándolo en sus brazos, les dijo: «El que en mi nombre recibe a alguien como este niño, a mí me recibe; y el que a mí me recibe no me recibe a mí sino al que me envió». — Marcos 9:35-37

*Reflexiona: ¿Puedes imaginar un mundo en el que toda la humanidad esté al servicio de los demás? ¿Cómo sería ese mundo?*

Para profundizar

- Jesús presenta a un niño—alguien considerado pequeño y débil—como símbolo del reino de Dios. ¿Qué lecciones puedes aprender de este pasaje?
- En Éxodo, Moisés protesta que es lento de boca y de lengua, pero Dios le asegura que la fuerza divina actúa a través de la debilidad humana. ¿Cómo puedes asumir tus propias limitaciones para servir a los demás?
- Pablo les recuerda a los corintios que busquen dones que fortalezcan la comunidad. ¿Cómo sería tu casa, iglesia o lugar de trabajo si todos se concentraran en usar sus dones para servir a los demás, en lugar de hacerlo para ser vistos o elogiados por la gente?



## MARTES 24 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 124, 125, 126, [127] / Éxodo 5:1–6:1  
1 Corintios 14:20-33a, 39-40 / Marcos 9:42-50*

Y si tu ojo te hace tropezar, sácalo. Mejor te es entrar con un solo ojo al reino de Dios que, teniendo dos ojos, ser echado en el infierno, donde su gusano no muere, y el fuego nunca se apaga. — Marcos 9:47-48

*Reflexiona: ¿Qué te enseñaron sobre el infierno? ¿Cuál es tu creencia actual sobre el mismo?*

### Para profundizar

- Jesús habla de cortar o eliminar todo lo que nos hace tropezar. ¿Qué desorden espiritual o hábitos destructivos te invita Dios a liberar?
- El Salmo 126 celebra la restauración que sigue a las dificultades. ¿Cómo podría el dejar atrás actitudes o miedos dañinos abrir espacio para ese tipo de renovación en tu propia vida?
- En el Éxodo, Moisés se enfrenta a la resistencia del faraón y cuestiona el momento elegido por Dios. En ocasiones en que estabas pasando por dificultades, ¿te ha costado confiar en que Dios seguía actuando?



## MIÉRCOLES 25 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 128, 129, 130 / Éxodo 7:8-24 / 2 Corintios 2:14–3:6  
Marcos 10:1-16*

Pero desde el principio de la creación, Dios los hizo hombre y mujer. Por esta causa el hombre dejará a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer; y serán los dos una sola carne. Así que, ya no son más dos sino una sola carne. Por tanto, lo que Dios ha unido no lo separe el hombre.

— Marcos 10:6-9

*Reflexiona: ¿Cómo haces para resolver los pasajes desafiantes de las Escrituras? ¿Tienes una respuesta a una oración que te ayude a interpretar este episodio?*

### Para profundizar

- El Salmo 130 habla de esperar al Señor más que los vigías ansían el nuevo día. ¿Cómo puede una actitud de paciencia y confianza acercarte a las Escrituras, especialmente si eso genera incomodidad o confusión?
- En el Éxodo, Moisés y Aarón se enfrentan al faraón con señales del poder de Dios. ¿Cómo sería para ti acercarte a la Palabra de Dios con el mismo valor?
- Pablo les recuerda a los corintios que la nueva alianza no está escrita en tablas de piedra, sino en corazones humanos. ¿Cómo puedes dejar que el Espíritu de Dios ablaide tu corazón, de modo que incluso las enseñanzas desafiantes se conviertan en oportunidades de transformación?



## JUEVES 26 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 140, 142 / Éxodo 7:25–8:19 / 2 Corintios 3:7-18  
Marcos 10:17-31*

Entonces, al mirarlo Jesús, le amó y le dijo: «Una cosa te falta: Anda, vende todo lo que tienes y dalo a los pobres; y tendrás tesoro en el cielo; y ven, ségueme». — Marcos 10:21

*Reflexiona: ¿Qué piensas de este pasaje de Marcos 10? Las monjas y los monjes lo toman literalmente, pero también puede interpretarse de manera diferente para las mentes modernas.*

### Para profundizar

- Cuando escuchas a Jesús decir que vendas tus posesiones y les des el dinero a los pobres, ¿cómo te hace sentir?
- Jesús miró al joven rico y lo amó antes de darle esta dura instrucción. ¿Cómo cambia el amor la forma en que escuchas los llamados desafiantes de Dios?
- Pablo dice que cuando nos volvemos al Señor, el velo se levanta y vemos la gloria de Dios con mayor claridad. ¿Qué deberías dejar de lado para que tu corazón sea más libre para ver y reflejar esa gloria?



## VIERNES 27 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 141, 143:1-11(12) / Éxodo 9:13-35 / 2 Corintios 4:1-12  
Marcos 10:32-45*

Entonces Jacobo y Juan, hijos de Zebedeo, se acercaron a él y le dijeron: «Maestro, queremos que nos concedas lo que pidamos». Él les dijo: «¿Qué quieren que haga por ustedes?». Ellos dijeron: «Concédenos que en tu gloria nos sentemos el uno a tu derecha y el otro a tu izquierda». Entonces Jesús les dijo: «No saben lo que piden. ¿Pueden beber la copa que yo bebo, o ser bautizados con el bautismo con que yo soy bautizado?». Ellos dijeron: «Podemos». Y Jesús les dijo: «Beberán la copa que yo bebo, y serán bautizados con el bautismo con que yo soy bautizado». — Marcos 10:35-39

*Reflexiona: ¿Cuándo te ha hecho Dios enfrentar tus miedos? ¿Cómo te sentiste acerca del plan de Dios en comparación con el tuyo?*

### Para profundizar

- ¿Cuándo has orado por algo concreto y descubierto que Dios te respondía de una manera completamente diferente? ¿Cómo moldeó esa experiencia tu confianza en Dios?
- Santiago y Juan querían honor, pero Jesús les ofreció una cruz. ¿Has tenido la experiencia de, por seguir a Cristo, verte obligado a dejar de lado la confort, la ambición o el control?
- Pablo les recuerda a los corintios que tenemos este tesoro en vasijas de barro. ¿Cómo podría el aceptar tus limitaciones convertirse en una fuente de valentía y fe?



## SÁBADO 28 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 42, 43 / Éxodo 10:21–11:8 / 2 Corintios 4:13-18  
Marcos 10:46-52*

Y Jesús le respondió diciendo: «¿Quéquieres que te haga?». El ciego le dijo: «Rabí, que yo recobre la vista». Jesús le dijo: «Vete. Tu fe te ha salvado». Al instante recobró la vista y seguía a Jesús en el camino.  
— Marcos 10:51-52

*Reflexiona: ¿Cuándo se te han abierto los ojos en tu trayectoria espiritual?*

### Para profundizar

- El ciego reconoció a Jesús antes de que pudiera verlo físicamente. ¿Cómo te ayuda la fe a percibir la presencia de Dios?
- Los Salmos 42 y 43 expresan un profundo anhelo por Dios. ¿En qué ocasiones has sentido hambre espiritual?
- Pablo nos recuerda que lo que se ve es temporal, pero lo que no se ve es eterno. ¿Cómo puede esta perspectiva ayudarte a confiar en que la visión espiritual es más profunda de lo que los ojos pueden percibir?



## Nuestra agencia en acción

En la comunidad rural de Nkonya, en la región norte occidental de [Ghana](#), los hombres se apoyan mutuamente en el camino hacia la construcción de relaciones familiares más saludables.

Samuel es un pequeño agricultor de cacao y arroz. Junto con su esposa, Angelina, crían a nueve hijos, tres de los cuales tienen menos de cinco años. Su hogar ilustraba la estructura tradicional en la que Samuel creció: los roles estaban estrictamente definidos, los padres distantes y el peso de criar hijos recaía pesadamente sobre las madres.

“Crecí en una familia numerosa”, recuerda Samuel. “Mi padre tuvo cuatro esposas y 30 hijos. Mi madre fue la segunda esposa y tuvo 13 hijos. Mi padre no tuvo ningún papel activo en nuestra crianza. Cada mujer cuidaba de sus propios hijos. Empecé a hacer todo tipo de trabajos humildes de adolescente para cubrir mis necesidades.”

Sin otro modelo paternal, los primeros años de Samuel como padre siguieron un patrón similar: “No pasaba mucho tiempo con mi familia ni apoyaba a mi esposa con las tareas del hogar. Pensaba que esas actividades eran solo para mujeres y no me importaban mucho”.

Todo comenzó a cambiar hace 18 meses cuando su esposa Angelina se inscribió en el programa [Momentos Valiosos](#), una colaboración entre la Agencia Episcopal de Alivio y Desarrollo y la [Organización Anglicana de Desarrollo y Ayuda Diocesana](#) (ADDRO). Momentos Valiosos es un programa de [Desarrollo Infantil Temprano](#) que apoya el desarrollo saludable de niñas y niños de 0 a 3 años; el programa hace participar a padres y otras personas que crían niños con herramientas para un cuidado más efectivo a través del juego, la nutrición, la lectura y otras actividades.

Samuel y su esposa Angelina forman parte de un programa que se centra en crear relaciones armoniosas dentro de las familias y fomentar la estabilidad económica.

Angelina ha sentido el cambio profundamente. “Ahora siento que me aman. Mi marido es más cariñoso, comprensivo y ayuda con las tareas del hogar. Antes, no valoraba la educación de nuestras hijas. Ahora, apoya a todos nuestros hijos e hijas por igual.”

El impacto se está extendiendo. Samuel dice que más hombres en la comunidad empiezan a mostrar afecto y a participar en las tareas domésticas. Samuel incluso se ha convertido en un defensor entre sus compañeros, ayudándolos a formar familias más sólidas.

“Ahora canto, leo cuentos y hago actividades con mi familia”, dijo. “Incluso tenemos una reunión familiar todos los sábados por la noche después de la cena para hablar de nuestros desafíos y las responsabilidades en nuestra granja.”

Para más información, [visita nuestra página web](#).



# Semana 6

30 de marzo-5 de abril

LUNES de Semana Santa: 30 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 69:1-23 / Lamentos 1:1-2, 6-12 / 2 Corintios 1:1-7  
Marcos 11:12-25*

Al día siguiente, cuando salieron de Betania, tuvo hambre. Y viendo desde lejos una higuera que tenía hojas, se acercó para ver si hallaba en ella algo. Cuando fue a ella, no encontró nada más que hojas porque no era tiempo de higos. Entonces Jesús dijo a la higuera: «¡Nunca jamás coma nadie de tu fruto!». Y lo oyeron sus discípulos. — Marcos 11:12-14

*Reflexiona: A medida que avanzamos hacia la Semana Santa, ¿cuáles son algunos de los temas en los que tu fe te llama a participar? ¿Cómo puedes dar frutos de compasión en esas situaciones?*

Para profundizar

- ¿En qué ocasiones tu fe despertó tu justa ira ante una injusticia? ¿Cómo respondiste?
- La purificación del templo por parte de Jesús revela su profundo interés por los pobres y por la integridad de la adoración. ¿Qué prácticas en tu vida te ayudan a mantenerte centrado en Dios en lugar de en los “cambistas” de hoy, como la distracción o el interés propio?
- El Salmo 69 y las Lamentaciones 1 claman desde lugares de sufrimiento e injusticia. ¿Cómo se comparan estos pasajes con el dolor que ves en el mundo de hoy?



## MARTES de Semana Santa: 31 de marzo

*Lectura diaria: Salmo 94 / Lamentaciones 1:17-22 / 2 Corintios 1:8-22 / Marcos 11:27-33*

Entonces Jesús les dijo: «Yo les haré una pregunta. Respóndanme, y yo les diré con qué autoridad hago estas cosas: El bautismo de Juan, ¿era del cielo o de los hombres? Respóndanme». Entonces ellos razonaban entre sí diciendo: «Si decimos "del cielo", dirá: «¿Por qué, pues, no le creyeron?». Pero si decimos "de los hombres...". Temían al pueblo, porque todos consideraban que verdaderamente Juan era profeta. — Marcos 11:29-32

*Reflexiona: ¿Qué te enseñaron sobre la muerte cuando eras niño? ¿Cómo han cambiado tus creencias sobre la muerte?*

### Para profundizar

- Jesús se presenta ante los líderes religiosos sin miedo, sabiendo que la obediencia a Dios lo conducirá hacia la muerte y la resurrección. ¿Recuerdas ocasiones en que elegiste el valor en lugar de la autopreservación?
- En Lamentaciones, Jerusalén lamenta su desolación. ¿Cómo pueden el lamento y el duelo honestos abrir la puerta a una esperanza más profunda en la promesa que hace Dios de que habrá una nueva vida?
- Pablo escribe que Dios resucita a los muertos y nos libra de la desesperación. ¿Cómo puede traerte paz el recordar el poder que Dios tiene sobre la muerte?



## MIÉRCOLES de Semana Santa: 1º de abril

*Lectura diaria: Salmo 74 / Lamentaciones 2:1-9 / 2 Corintios 1:23–2:11 / Marcos 12:1-11*

¿Qué, pues, hará el señor de la viña? Vendrá, destruirá a los labradores y les dará la viña a otros. ¿No han leído esta Escritura: La piedra que desecharon los edificadores, esta fue hecha cabeza de ángulo. De parte del Señor sucedió esto, y es maravilloso en nuestros ojos? — Marcos 12:9-11

*Reflexiona: ¿Puedes pensar en otras preguntas difíciles que plantea esta parábola?*

### Para profundizar

- Los arrendatarios se niegan a reconocer la autoridad del propietario y buscan apoderarse del viñedo para sí mismos. ¿Cuándo has sido como el inquilino, luchando con orgullo por el control y queriendo poseer lo que le pertenece a Dios?
- ¿Qué significa para ti tener a Cristo como la “piedra angular” de tu vida?
- Pablo insta al perdón y a la reconciliación. ¿Cómo afecta ese mensaje tu lectura de esta parábola?



## JUEVES SANTO: 2 de abril

*Lectura diaria: Salmo 142, 143 / Lamentaciones 2:10-18 / 1 Corintios 10:14-17; 11:27-32  
Marcos 14:12-25*

Mientras ellos comían, Jesús tomó pan y lo bendijo; lo partió, les dio y dijo: «Tomen; esto es mi cuerpo». Tomando la copa, y habiendo dado gracias, les dio y bebieron todos de ella. Y él les dijo: «Esto es mi sangre del pacto, la cual es derramada a favor de muchos. De cierto les digo que no beberé más del fruto de la vid hasta aquel día cuando lo beba nuevo en el reino de Dios». — Marcos 14:22-25

*Reflexiona: ¿Qué partes de la Semana Santa son las más conmovedoras para ti? ¿Qué emociones experimentas?*

### Para profundizar

- Imagina estar presente con Jesús y los discípulos en la Última Cena. ¿Qué ves, oyes y sientes?
- El Jueves Santo comienza con un banquete y termina con la traición. ¿Cómo manejas situaciones que incluyen tanto alegrías como amarguras?
- La tradición de las hermanas, con una Eucaristía alegre seguida de silencio y desolación, refleja el ritmo de la vida humana. ¿Qué rituales o patrones en tu vida espiritual te ayudan a mantener esos opuestos en equilibrio?



## VIERNES SANTO: 3 de abril

*Lectura diaria: Salmo 40:1-14(15-19), 54 / Lamentaciones 3:1-9, 19-33 / 1 Pedro 1:10-20  
Juan 19:38-42*

Tomaron, pues, el cuerpo de Jesús y lo envolvieron en lienzos con las especias, de acuerdo con la costumbre judía de sepultar. En el lugar donde había sido crucificado había un huerto, y en el huerto había un sepulcro nuevo en el cual todavía no se había puesto a nadie. Allí, pues, por causa del día de la Preparación de los judíos y porque aquel sepulcro estaba cerca, pusieron a Jesús. — Juan 19:40-42

*Reflexiona: ¿Qué partes de las celebraciones de Semana Santa profundizan tu experiencia? ¿Hay alguna que prefieras evitar?*

### Para profundizar

- ¿Podría el silencio ayudarte a acercarte al misterio de la cruz? ¿Qué descubres sobre Dios, y sobre ti mismo, cuando las palabras se desvanecen?
- La práctica de las hermanas de ayunar y orar juntas nos recuerda que el duelo puede ser comunitario. ¿Cuándo has experimentado solidaridad o sanación a través del dolor compartido con otros?
- El Evangelio de Juan termina este día en quietud. ¿Cómo vives tú en ese espacio intermedio entre la pérdida y la resurrección, entra la desesperación y la esperanza?



## SÁBADO SANTO: 4 de abril

*Lectura diaria: Salmo 27 / Lamentaciones 3:37-58 / Romanos 8:1-11*

Ahora pues, ninguna condenación hay para los que están en Cristo Jesús, porque la ley del Espíritu de vida en Cristo Jesús me ha librado de la ley del pecado y de la muerte. Porque Dios hizo lo que era imposible para la ley, por cuanto ella era débil por la carne: Habiendo enviado a su propio Hijo en semejanza de carne de pecado y a causa del pecado, condenó al pecado en la carne para que la justa exigencia de la ley fuese cumplida en nosotros que no andamos conforme a la carne sino conforme al Espíritu.

— Romanos 8:1-4

*Reflexiona: ¿Cómo observas el Sábado Santo? ¿Es el silencio parte de esa observación?*

### Para profundizar

- ¿Cómo entiendes en tu vida el “custodiar la tumba” que ocurre antes de la resurrección?
- ¿Qué significa para ti que el descenso de Cristo a la muerte quebrantara el poder de la “condena”?
- El cuerpo de Jesús yacía inmóvil, pero su Espíritu estaba en acción. ¿Cómo puede el descanso, la tranquilidad o la observancia del sábado convertirse para ti en una forma de ejercitar la fe y confiar en la obra invisible de Dios?



## DÍA DE PASCUA: 5 de abril

*Lectura diaria: Salmo 113, 114 o 118 / Isaías 51:9-11 / Lucas 24:13-35 o Juan 20:19-23*

Al anochecer de aquel día, el primero de la semana, y estando las puertas cerradas en el lugar donde los discípulos se reunían por miedo a los judíos, Jesús entró, se puso en medio de ellos y les dijo: "¡Paz a ustedes!".

— Juan 20:19

*Reflexiona: ¿Dónde encuentras al Señor resucitado en tu vida? ¿Qué momentos te dan esperanza?*

### Para profundizar

- Los discípulos aún tenían miedo cuando Jesús apareció entre ellos. ¿Qué miedos mantienen cerradas tus "puertas" espirituales?
- ¿Qué prácticas y hábitos de santidad te ayudan a redescubrir momentos de resurrección?
- Los discípulos pasan de esconderse a proclamar las buenas nuevas. ¿Cómo compartirás tú la esperanza de la resurrección con los demás?



## Nuestra agencia en acción

Debido a la guerra en Ucrania, Europa está enfrentando su mayor crisis de refugiados desde la Segunda Guerra Mundial. A octubre de 2025, [más de 5 millones de ucranianos](#) viven como refugiados y millones más están desplazados internamente. En respuesta, la Unión Europea emitió su primera [directiva de protección temporal](#), que otorga acceso a la atención sanitaria, la educación, la residencia legal y el empleo a [los refugiados ucranianos](#).

Incluso con protecciones, los refugiados a menudo se enfrentan a desafíos importantes como aprender idiomas desconocidos, navegar por un nuevo sistema legal y encontrar oportunidades laborales y cuidado infantil fiable. Mientras se instalan en un lugar nuevo, también gestionan las complejas emociones derivadas de los horrores de la guerra y un profundo anhelo de paz en su tierra natal. La vulnerabilidad se profundiza para las mujeres, los adultos mayores y las personas con discapacidad, que a menudo se ignoran en los sistemas tradicionales de ayuda.

Reconociendo estas realidades, la [Agencia Episcopal de Alivio y Desarrollo](#) se asoció con [la Convocatoria de Iglesias Episcopales en Europa](#) para lanzar un programa de apoyo a refugiados en 2022. Juntos, en 2024, apoyamos a más de 40.000 refugiados en 11 países con atención sanitaria, asistencia jurídica, clases de idiomas, asistencia al empleo y artículos esenciales básicos.

Cada uno de los lugares del proyecto está basado en necesidades, liderado por refugiados y apoyado por voluntarios de la iglesia, que van desde terapia artística para niños en Alemania hasta una asociación de moda en Italia. En Chipre, un grupo enseña seguridad para el ciclista, ayudando a las familias a sentirse seguras mientras viajan por sus nuevas comunidades. En Bélgica, las familias disfrutan de comidas calientes proporcionadas por un colectivo de organizaciones locales.

En todo el mundo los conflictos, el cambio climático y la desigualdad sistémica están impulsando [niveles récord de desplazamiento](#). Cada vez más personas arriesgan sus vidas y las de sus seres queridos por seguridad y estabilidad. Es fácil sentirse abrumado o impotente ante esa necesidad. Sin embargo, nuestro programa con la Convocatoria de Iglesias Episcopales de Europa demuestra lo que es posible cuando priorizamos la dignidad y el liderazgo local mientras trabajamos por [un mundo más justo](#).

Para más información, [visita nuestra página web](#).

