

Growing in FAITH™

Discovering hope and joy in the Catholic faith.

February 2024

Compliments of Corpus Christi Council of Catholic Women

One Minute Meditations

St. Josephine Bakhita

Born in Darfur, Sudan around 1869, she was kidnapped and sold into slavery. Her captors gave her the name Bakhita, meaning "fortunate." After several years of serving under cruel masters, she was bought by Augusto Michieli. The Michielis sent Bakhita with their daughter to Italy, where Bakhita encountered Catholicism. Overjoyed, she was baptized and took the name Josephine. In 1893, instead of returning to Africa with the Michielis, she entered the Institute of St. Magdalene of Canossa.



The moment of truth

Conversion begins when we accept responsibility for our failures. Lent is an opportunity to stop and take a good look at our lives. Identify all the ways that sin keeps you from living the way Jesus taught us to live. Know that it may take courage to face your shortfalls.

"Apart from the cross, there is no other ladder by which we may get to heaven." St. Rose of Lima



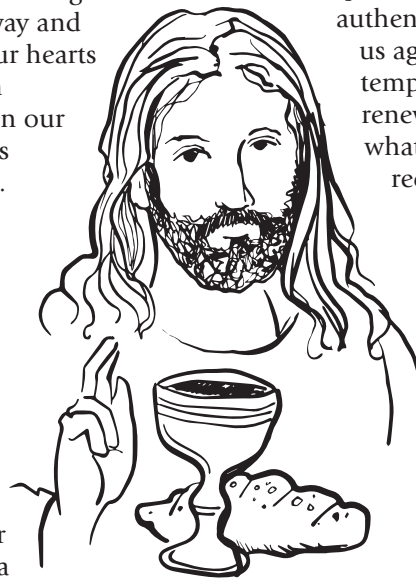
Deepen the connection to Christ during Lent

The key to a fruitful Lent is not to perform miserable penances. A good Lent hinges on encountering Christ in a personal way and letting Him change our hearts and minds. In fact, an effective way to deepen our encounter with Him is through the Eucharist. Consider these suggestions:

"Here I am, Lord. Love me!" Mother Teresa told her sisters to start their chapel time with this bold prayer, "Here I am, Lord. Love me!" No matter whether you are in His Presence for Mass, a holy hour, or a quick visit in front of the Blessed Sacrament, begin with, "Here I am, Lord. Love me!" It's a prayer of faith God delights to answer.
Live for the next Communion.

Every Communion deepens our union with God, strengthens our faith, helps us love more authentically, and immunizes us against future temptations. Each week, renew your resolve to do whatever is needed to receive Jesus well. For example, avoid activity or entertainment that tempts you away from God, and if you sin seriously, immediately go to Confession and start anew.

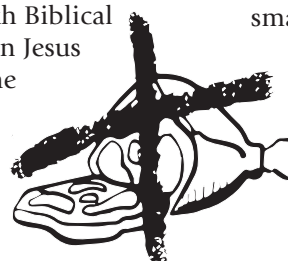
Invite others to the feast. Invite a friend, neighbor or colleague to Mass or Adoration with you. Pray for priests to stay close to the Eucharist. Most importantly, pray that more people come to faithfully encounter Jesus in the tabernacle.



Why Do Catholics Do That?

Why do Catholics have to fast on Ash Wednesday?

Fasting is a practice with Biblical roots, most notably, when Jesus fasted for forty days in the desert. Those in good health, aged 18-59, are required to fast on Ash Wednesday and Good Friday. We're permitted one full meal and two



smaller meals that together don't equal the full meal. This includes abstaining from meat. Fasting expresses our recognition that we've sinned and desire to make amends. It purifies our hearts and frees them to love God and others well.

Pope Francis's three-point approach to Confession

Instead of dreading seeking the Sacrament of Penance and Reconciliation (Confession), Pope Francis suggested we look at it as "the Sacrament of the tenderness of God, His way of embracing us." Follow the pope's three-point approach to the Sacrament:

What's my intention? Rather than an obligation, consider the Sacrament a fresh start. Firmly resolve, from this moment forward, to give up the activities or behaviors that separate you from God. The firm resolution to change is key to receiving absolution effectively.

Are there loose ends? Unconfessed sin creates



distance between us and God. Make sure you have not withheld mortal sins in prior Confessions, either intentionally or accidentally. If you become aware that you have, confess them and leave the confessional a new man or woman.

Have I completed the assigned penance? The Sacrament is meant to change us.

Purposefully make amends and continue your resolutions to realign your life to the Gospel.

Seeking Reconciliation often and staying in a state of grace helps us become holier people of God.

from Scripture

Mark 9:2-10, Heavenly glory, not worldly power

In Jesus' time, Israel was occupied by the Romans. The Israelites already had a long history of being attacked and conquered by other nations. The Jews dreamed of the day when the Messiah would set them free and make them the victors.

God had set up Moses as liberator and lawgiver, and sent them Elijah, the first of the great prophets who foretold Christ's coming. So when Jesus was transfigured in glory with Moses and Elijah, the Apostles assumed that God was revealing Jesus as the Messiah.

Moses and Elijah spoke with Jesus about His death and Resurrection.

Jesus warned His disciples that He would suffer and die (Mark 8:31). While many Jews were expecting the Messiah to overthrow the Romans and make Himself king,

God revealed that the Messiah would save His people by His own death and Resurrection.

The Transfiguration was meant to strengthen the faith of the Apostles and prepare them for the Passion. The Transfiguration reminds us that however difficult this life may be there is unimaginable glory that awaits us in Heaven.



Q & A Why should we "offer it up"?

When tempted to complain about suffering, we may be encouraged to "offer it up" instead. This act of surrender carries incredible spiritual power.

A share in Christ's Cross. Because Jesus is God, His suffering and sacrifice have infinite value. When we unite even our



small sufferings to Jesus' suffering, it takes on an infinite value in helping Him to save souls.

Spiritual "strength training." When we offer our sufferings to God, He is able to work on our hearts. Suffering for others helps us to become less selfish and more compassionate, less hard-hearted and more patient, less self-indulgent and more generous. Our hearts emerge more Christ-like, and better able to love.

Prudence is needed. Under most circumstances, encouragement to "offer it up" works as a spiritual discipline for inconveniences or mild suffering. Sometimes, however, remediation or professional help may be needed. God sees the sincerity of our love so we can still offer our suffering to Him and yet take constructive action to remediate whatever is causing the suffering. Be prudent.

Feasts & Celebrations

February 3 – St. Blaise (316). A bishop in fourth-century Turkey, St. Blaise was arrested for being a Christian. On his way to jail, he healed a young boy choking on a fish bone. Refusing to deny his faith, the bishop was martyred.

February 11 – Our Lady of Lourdes (1858). A heavenly lady appeared to St. Bernadette Soubirous, a poor girl from a French village, and a spring with miraculous, healing waters emerged from a nearby cave. The lady revealed herself as the "Immaculate

Conception," the Blessed Virgin Mary.

February 14 – Ash Wednesday. The first day of Lent. Ashes of old palms are placed on the forehead as a sign of penance. It's also a day of abstinence from meat and fasting – one regular meal and two small meals that together don't equal a full meal.

February 22 – The Chair of St. Peter. Marking St. Peter's establishment of the Holy See, on this festival we thank God for His Church and pray for its holy preservation.



Our Mission

To provide practical ideas that promote faithful Catholic living.

Success Publishing & Media, LLC
Publishers of Growing in Faith™ and Partners in Faith™

(540)662-7844 (540)662-7847 fax

<http://www.growinginfaith.com>

(Unless noted Bible quotes and references are from the Revised Standard Version and the New American Bible)

Creciendo en la Fe™

Descubriendo esperanza y gozo en la fe católica.

Febrero de 2024

Compliments of Corpus Christi Council of Catholic Women

Meditaciones breves

Santa Josefina Bakhita

Nacida en Darfur, Sudan, alrededor de 1869, fue capturada y vendida como esclava.

Sus secuestradores le pusieron de nombre Bakhita, que significa "afortunada". Tras años sirviendo a amos crueles, fue comprada por Augusto Michieli. Los Michieli enviaron a Bakhita a Italia con su hija, donde Bakhita conoció el catolicismo. Llena de gozo, fue bautizada con el nombre de Josefina. En 1893, en vez de regresar a África con los Michieli, ingresó en el Instituto de Santa Magdalena de Canossa.



El momento de la verdad

La conversión comienza cuando aceptamos responsabilidad por nuestros fallos. La Cuaresma es una oportunidad de hacer una pausa y echar un vistazo a nuestras vidas. Identifique todas las maneras en las que el pecado le impide vivir como Jesús nos enseñó. Recuerde que se requiere valentía para hacer frente a nuestras carencias.

"Excepto la cruz, no hay otra escalera por la que podamos subir al cielo".
Santa Rosa de Lima



Refuercen el vínculo con Cristo durante la Cuaresma

La clave para una Cuaresma fructífera no es realizar penitencias desagradables. Una buena Cuaresma depende de un encuentro personal con Cristo y de permitirle que cambie nuestros corazones y nuestras mentes.

En realidad, una manera eficaz para que nuestro encuentro con él sea más intenso es mediante la Eucaristía. Tengan en cuenta estas sugerencias.

"Aquí estoy, Señor. ¡Ámame!" La madre Teresa les decía a sus hermanas que empezaran su tiempo de capilla con esta atrevida oración: "Aquí estoy, Señor. ¡Ámame!" Tanto si están en su presencia para la misa, una hora santa o una rápida visita al Santísimo, empiecen con "Aquí estoy, Señor. ¡Ámame!" Es una oración que a Dios le complace contestar.

Vivan para la siguiente comunión.

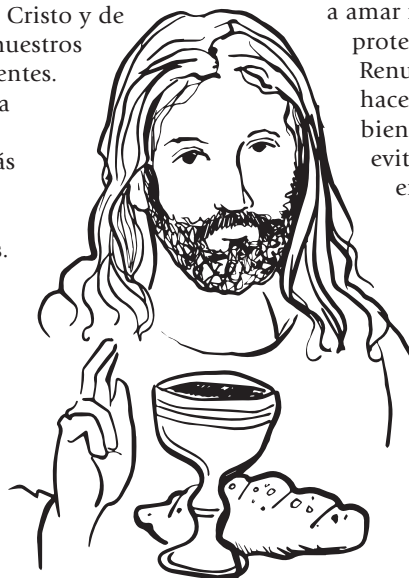
Cada comunión intensifica nuestra unión con Dios, refuerza nuestra fe, nos ayuda a amar más auténticamente y nos protege de futuras tentaciones.

Renueven su resolución de hacer lo necesario para recibir bien a Jesús. Por ejemplo, eviten actividades o

entretenimientos que los aparten de Dios y si pecan gravemente, vayan inmediatamente a confesar y empiecen de nuevo.

Inviten a otros al festín. Inviten a un amigo, vecino o colega a que vayan a misa o a la Adoración con ustedes. Recen para que los sacerdotes se mantengan cercanos a

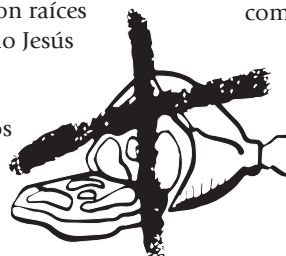
la Eucaristía. Lo que es más importante, recen para que más gente acuda con fe a reunirse con Jesús en el sagrario.



¿Por qué hacen eso los católicos?

¿Por qué deben ayunar los católicos el Miércoles de Ceniza?

El ayuno es una práctica con raíces bíblicas, en particular cuando Jesús ayunó cuarenta días en el desierto. Las personas con buena salud en edades de los 18 a los 59 años, están obligadas a ayunar el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo. Se nos permite una comida



completa y dos comidas más pequeñas que juntas no equivalgan a la comida completa. Esto incluye abstenerse de comer carne. El ayuno expresa que reconocemos haber pecado y que deseamos enmendarlo. Purifica nuestros corazones y libera para amar bien a Dios y a los demás.

Tres consejos del papa Francisco para una buena confesión

En vez de temer el Sacramento de la Penitencia y Reconciliación (Confesión), el papa Francisco nos sugiere que lo veamos como el sacramento de la ternura de Dios, su forma de abrazarnos. Sigán esta estrategia en tres pasos para acercarse al sacramento:

- ¿Cuál es mi intención? Más que como obligación, piensen en el sacramento como un comienzo nuevo. Propónganse firmemente, desde este momento en adelante, abandonar las actividades o comportamientos que los alejan de Dios. El propósito firme para cambiar es la clave para recibir la absolución con eficacia.
- ¿Hay cabos sueltos? El pecado sin confesar crea distancia



entre nosotros y Dios. Cerciórense de que no han omitido pecados mortales en confesiones previas, a propósito o sin querer. Si se dan cuenta de que lo han hecho, confiérenlos y salgan del confesionario convertidos en personas nuevas.

- ¿Hay cumplido la penitencia? La misión del sacramento es purificarnos. Hagan propósito de la enmienda en insistan en su resolución para ordenar su vida de acuerdo con el Evangelio. Buscar con frecuencia la Reconciliación y permanecer en estado de gracia nos ayuda a convertirnos en pueblo más santo de Dios.

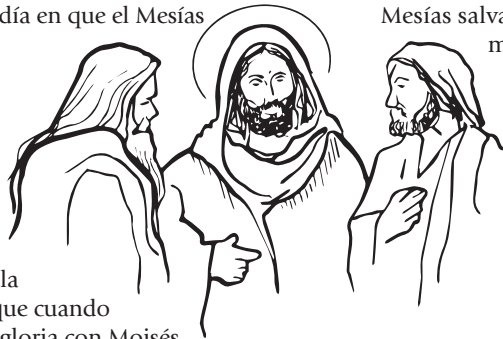
de las **E**scrituras

Marcos 9:2-10, La gloria celestial, no el poder terrenal

En tiempos de Jesús, Israel estaba ocupado por los romanos. Los israelitas ya poseían una larga historia de ser atacados y conquistados por otras naciones. Los judíos soñaban con el día en que el Mesías los liberaría y les daría la victoria.

Dios había establecido a Moisés como liberador y legislador y les envió a Elías, el primero de los grandes profetas que profetizó la llegada de Cristo. Así que cuando Jesús se transfiguró en gloria con Moisés y Elías, los apóstoles asumieron que Dios les estaba revelando a Jesús como Mesías. Moisés y Elías hablaron con Jesús sobre

su muerte y resurrección (Marcos 8:31). Mientras muchos judíos esperaban que el Mesías expulsara a los romanos y se convirtiera en rey, Dios reveló que el Mesías salvaría a su pueblo mediante su muerte y resurrección.



El propósito de la Transfiguración era fortalecer la fe de los apóstoles y prepararlos para la Pasión. La Transfiguración

nos recuerda que, a pesar de lo difícil que pueda ser esta vida, en el cielo nos espera una gloria inconcebible.

P ¿Por qué deberíamos **R** “ofrecerlo”?

Cuando sentimos la tentación de quejarnos sobre el sufrimiento, es mejor que nos animemos a “ofrecerlo”. Este acto de entrega posee un poder espiritual increíble.

Una participación en la Cruz de Cristo. Como Jesús es Dios, su sufrimiento y su sacrificio tienen valor infinito. La unión de incluso nuestros más pequeños sufrimientos al sufrimiento de Jesús, cobra un valor infinito para ayudarlo a salvar almas.



“Entrenamiento de fuerza” espiritual. Cuando ofrecemos nuestros sufrimientos a Dios, él puede obrar en nuestros corazones. El sufrimiento por los demás nos ayuda a ser menos egoístas y más compasivos, menos insensibles y más pacientes, menos autocomplacientes y más generosos. Nuestros corazones se van pareciendo más a Cristo y son más capaces de amar.

Se necesita prudencia. En la mayoría de las circunstancias, el ánimo para “ofrecerlo” funciona como disciplina espiritual para las incomodidades o el sufrimiento menor. A veces, sin embargo, tal vez se necesite apoyo o ayuda profesional. Dios ve la sinceridad de nuestro amor para que podamos ofrecerle nuestro sufrimiento y a la vez actuemos constructivamente para remediar lo que cause el sufrimiento. Sean prudentes.

Fiestas y celebraciones

3 de febrero – San Blas (316). Obispo en Turquía en el siglo IV, San Blas fue detenido por ser cristiano. Cuando lo llevaban a la cárcel curó a un niño que se atragantaba con una raspa de pescado. Como se negó a renunciar a su fe, el obispo fue martirizado.

11 de febrero – Nuestra Señora de Lourdes (1858). Una dama celestial se le apareció a santa Bernardita Soubirous, una niña humilde de un pueblito francés, y en una cueva cercana manó una fuente milagrosa con aguas curativas. La dama se reveló como la “Inmaculada

Concepción”, la Santísima Virgen María.

14 de febrero – Miércoles de Ceniza. Primer día de la Cuaresma. Se colocan en la frente cenizas de palmas viejas como signo de penitencia. Es también día de ayuno y abstinencia de carne: una comida normal y dos comidas pequeñas que juntas no equivalgan a una completa.

22 de febrero – La cátedra de san Pedro. Conmemorando el establecimiento por san Pedro de la Santa Sede, en esta festividad damos gracias a Dios por su Iglesia y rezamos por su santa conservación.



Nuestra misión

Proporcionar ideas prácticas que fomenten la vida en la fe católica
 Success Publishing & Media, LLC
 Publishers of Growing in Faith™ and Partners in Faith™
 (540)662-7844 (540)662-7847 fax
<http://www.growinginfaith.com>
 (Salvo advertencia, las citas y referencias bíblicas son de la Biblia de la Biblioteca de Autores Cristianos o de la Nueva Biblia de Jerusalén.)