

# Recursos en Línea Para Vivir la Vida Espiritual Católica

Compilado por Diacono Henry Reyes

- 1) Bautismo – este es el sacramento que abre las puertas a todos los otros sacramentos, te hace hijo de Dios, te hace miembro del Cuerpo de Cristo y miembro de la Comunión de todos los santos y te da el poder y la ayuda del Espíritu Santo.
  - a. Si no esta bautizado contacte a la oficina de su parroquia y pregunte que tiene que hacer para recibir este sacramento de vida nueva. (Parroquia San Antonio, Milwaukee (414) 645-1455)
- 2) Ir a la Confesión y confesar sus pecados mortales
  - a. Después del bautismo este sacramento es el único que nos puede devolver a la plena gracia de Dios después de haber pecado mortalmente
  - b. Necesita hablar con la oficina de su parroquia para averiguar cuando son las confesiones o hacer una cita especial con el sacerdote si no puede ir a la hora designada
  - c. Hacer un examen de conciencia como el que se encuentra aquí:
    - i. <http://www.corazones.org/sacramentos/penitencia/examen.htm>
    - ii. o este <https://catolicosconaccion.com/2014/03/08/un-buen-examen-de-conciencia-para-una-buena-confesion/>
    - iii. o <https://opusdei.org/es-pe/article/examen-de-conciencia-para-la-confesion-adultos/>
- 3) Recibir la comunión a lo mínimo cada Domingo, pero más frecuentemente es mejor
  - a. Para ir a la misa entre semana hay que averiguar donde hay misa diaria cerca de su casa o sitio de empleo, se puede conseguir esta información en esta página de internet:
    - i. <https://masstimes.org/>
  - b. Prepárate para recibir la comunión
    - i. Lee esto <https://sanmiguelarcangel-cor-ar.blogspot.com/2017/04/no-se-puede-comulgar-sin-preparacion-y.html>
    - ii. Y haz estas oraciones [https://www.devocionario.com/eucaristia/antes\\_comunion\\_2.html](https://www.devocionario.com/eucaristia/antes_comunion_2.html)
    - iii. Y después de comulgar estas oraciones <https://www.rezaconmigo.com/oraciones-para-despues-de-comulgar/>
- 4) Integrarte a algún grupo de la parroquia o de la Iglesia, si no conoce a ninguno habla a la oficina de la parroquia para ver si en tu parroquia hay algún grupo como
  - a. Grupo de hombres, grupo de mujeres, grupo de parejas, grupo de oración, grupo de cursillos, renovación carismática, grupo de Emaús, o algún otro grupo.
- 5) Aprender sobre tu fe – si quieres crecer en tu fe vas a tener que dedicarle tiempo aprender de tu fe, vas a necesitar algunos libros para empezar, muchos libros están por gratis en el internet, aunque sería muy bueno comprarlos, no es necesario ya que casi todos tienen acceso al internet
  - a. La Biblia – para empezar, sería bueno leer todos los evangelios, Marcos, Lucas, Mateo y Juan y luego los Hechos de los Apóstoles y el resto del nuevo testamento.
    - i. Hay muchas biblias Católicas en línea como estas:
      1. <https://www.sobicain.org/biblewebapp/?bid=1>
      2. <https://www.conferenciaepiscopal.es/biblia/>
  - b. El Catecismo de la Iglesia Católica – esto contiene la mayoría de las explicaciones sobre nuestra fe, lo que creemos como Católicos
    - i. Catecismo principal [http://www.vatican.va/archive/catechism\\_sp/index\\_sp.html](http://www.vatican.va/archive/catechism_sp/index_sp.html)
    - ii. Catecismo para jóvenes y estudiantes (y también adultos) – Preguntas y Respuestas <http://www.mscperu.org/catequesis/Catecismo/youcat/1YoucatIndex.htm>
    - iii. Compendio del Catecismo para Adultos – Preguntas y Respuestas - <http://www.mscperu.org/catequesis/compendio.htm>
  - c. Otros libros para los que quieren Aprender Mas de la Vida Espiritual
    - i. **Historia de un Alma** por Santa Teresa de Lisieux
      1. [http://biblio3.url.edu.gt/Libros/Teo-Veritas/STerLisieux-Historia\\_de\\_un\\_alma.pdf](http://biblio3.url.edu.gt/Libros/Teo-Veritas/STerLisieux-Historia_de_un_alma.pdf)
    - ii. **Verdadera Devoción a La Santísima Virgen** por San Luis Maria de Montfort

1. [http://www.santisimavirgen.com.ar/tratado\\_verdadera\\_devocion.htm](http://www.santisimavirgen.com.ar/tratado_verdadera_devocion.htm)
  2. O aquí [http://www.montfort.org/content/uploads/pdf/PDF\\_ES\\_26\\_1.pdf](http://www.montfort.org/content/uploads/pdf/PDF_ES_26_1.pdf)
- iii. **El Combate Espiritual** por el Padre Lorenzo Scupoli
    1. <http://www.fsspx-sudamerica.org/sites/sspx/files/combateespiritual.pdf>
  - iv. **Imitación de Cristo** por Tomas a Kempis
    1. <http://www.santorosario.net/espanol/imitacion.htm>
  - v. **Introducción a la Vida Devota** por San Francisco de Sales
    1. [http://www.mercaba.org/DOCTORES/vida\\_devota-00.htm](http://www.mercaba.org/DOCTORES/vida_devota-00.htm)
  - vi. **Las Glorias De María** por San Alfonso María de Liguorio
    1. [http://www.dudasytextos.com/clasicos/ligorio\\_glorias\\_maria.htm](http://www.dudasytextos.com/clasicos/ligorio_glorias_maria.htm)
  - vii. **El Secreto Admirable Del Santísimo Rosario** por San Luis María Grignon de Monfort
    1. [http://www.dudasytextos.com/clasicos/grignon\\_rosario.htm](http://www.dudasytextos.com/clasicos/grignon_rosario.htm)
- d. Libros para Personas más Avanzadas Espiritualmente (para que sigan adelante)
    - i. **Las Confesiones de San Agustín** por San Agustín
      1. [http://www.dudasytextos.com/clasicos/confesiones\\_agustin.htm](http://www.dudasytextos.com/clasicos/confesiones_agustin.htm)
    - ii. **Los Ejercicios Espirituales** por San Ignacio de Loyola
      1. [http://www.dudasytextos.com/clasicos/ejercicios\\_ignacio\\_loyola.htm](http://www.dudasytextos.com/clasicos/ejercicios_ignacio_loyola.htm)
    - iii. **Vida Espiritual** por Arzobispo Luis Maria Martinez Rodriguez
      1. [http://www.mercaba.org/Libros/vida\\_espiritual\\_Luis\\_Martinez.htm](http://www.mercaba.org/Libros/vida_espiritual_Luis_Martinez.htm)
    - iv. **Las Moradas o El Castillo Interior** por Santa Teresa de Jesús o de Ávila
      1. [http://www.dudasytextos.com/clasicos/teresa\\_moradas.htm](http://www.dudasytextos.com/clasicos/teresa_moradas.htm)
    - v. **La Noche Oscura del Alma** por San Juan de la Cruz
      1. [http://www.dudasytextos.com/clasicos/noche\\_oscura\\_juan\\_cruz.htm](http://www.dudasytextos.com/clasicos/noche_oscura_juan_cruz.htm)
  - e. Leer Sobre la Vidas de los Santos y los tiempos Litúrgicos del Año (santo del día, fiestas, etc.)
    - i. Calendario Litúrgico con más información sobre el santo del Día – hagas clic en el día del mes, veras los santos del día junto con las lecturas del día y el color liturgico, también podas hacer clic para mas información sobre el santo del día (excelente)
      1. <https://www.aciprensa.com/calendario/#8>
    - ii. Calendario Litúrgico de todas las fiestas del Día –
      1. Año 2018 - <https://www.vercalendario.info/es/evento/liturgia-catolica-ano-calendario-2018.html>
      2. Año 2019 - <https://www.vercalendario.info/es/evento/liturgia-catolica-ano-calendario-2019.html>
    - iii. Propios de los Santos – pequeña explicación de cada santo que tiene fiesta y un escrito corto por ese santo o sobre ese santo (muy rico)
      1. <http://www.gratisdate.org/archivos/pdf/LH-3-Santos-Indice.pdf>
    - iv. Santos de Cada día del Mes – santos y fiestas de cada día del mes con pequeña explicación
      1. [https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo\\_13/enero.pdf](https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo_13/enero.pdf)
      2. [https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo\\_13/febrero.pdf](https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo_13/febrero.pdf)
      3. [https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo\\_13/marzo.pdf](https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo_13/marzo.pdf)
      4. [https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo\\_13/abril.pdf](https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo_13/abril.pdf)
      5. [https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo\\_13/mayo.pdf](https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo_13/mayo.pdf)
      6. [https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo\\_13/junio.pdf](https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo_13/junio.pdf)
      7. [https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo\\_13/julio.pdf](https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo_13/julio.pdf)
      8. [https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo\\_13/agosto.pdf](https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo_13/agosto.pdf)
      9. [https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo\\_13/septiembre.pdf](https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo_13/septiembre.pdf)
      10. [https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo\\_13/octubre.pdf](https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo_13/octubre.pdf)
      11. [https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo\\_13/noviembre.pdf](https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo_13/noviembre.pdf)
      12. [https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo\\_13/diciembre.pdf](https://www.ucam.edu/sites/default/files/Mayo_13/diciembre.pdf)
    - v. Como Celebrar la Navidad en Familia – un folleto con información para celebrar la navidad en familia

1. [https://www.osv.com/Shop/PDFs%5CP261\\_web.pdf](https://www.osv.com/Shop/PDFs%5CP261_web.pdf)
  - vi. Celebraciones Católicas del Año – el adviento, la navidad, tiempo ordinario, la cuaresma, semana santa, tiempo de pascua
    1. <http://www.medioscan.com/pdf/fiestascatolicas.pdf>
  - vii. Fiestas Litúrgicas y colores litúrgicos
    1. <http://www.diocesisdecanarias.es/pdf/fiestascatolicas.pdf>
  - viii. Calendario de Fiestas Movibles Católicas para los años 2009-2042 – cuando caen las fiestas católicas: Miércoles de Cenizas, Semana Santa, Pascua, La Ascensión, El Pentecostés, Corpus Christi, Inmaculado Corazón de María, etc.
    1. [https://ampaipse.files.wordpress.com/2012/04/fiestas\\_movibles\\_catolicas\\_2009\\_2042.pdf](https://ampaipse.files.wordpress.com/2012/04/fiestas_movibles_catolicas_2009_2042.pdf)
- 6) Hacer Ejercicios Espirituales
- a. Oración diaria
    - i. Devocionario Católico – libro de oraciones y devociones tradicionales católicas
      1. <http://www.caritas.org.pe/documentos/devocionario.pdf>
    - ii. Llamados a Ser Católicos – Creencias y Practicas Católicas – los mandamientos, obras de caridad, días de obligación, las virtudes, valores sociales, examen de conciencia, la misa, oraciones, el rosario y El Via Crucis
      1. <https://www.loyolapress.com/~media/Microsites/ctbc2014/pdf/called-to-be-catholic-beliefs-practices-spanish.ashx>
  - b. Rosario - Explicación y oraciones aquí
    - i. [https://www.devocionario.com/maria/rosario\\_1.html](https://www.devocionario.com/maria/rosario_1.html)
  - c. Examen de Conciencia Diario – para reflexionar como nos fue durante el día; para ir mejorando
    - i. <http://www.opusdeialdia.es/examen-de-conciencia-para-cada-noche/>
  - d. Adoración Eucarística – aquí hay unas oraciones que se podrían usar
    - i. [https://www.devocionario.com/eucaristia/visita\\_diaria\\_1.html](https://www.devocionario.com/eucaristia/visita_diaria_1.html)
  - e. Devociones Particulares
    - i. Corona de Misericordia
      1. <https://www.ewtn.com/spanish/prayers/misericordia/coronilla.htm>
    - ii. Devoción u oración algún Santo particular
      1. San Jose de Nazaret - [https://www.devocionario.com/jose/oraciones\\_1.html](https://www.devocionario.com/jose/oraciones_1.html)
      2. Santa Catalina de Siena - [https://www.devocionario.com/santos/siena\\_1.html](https://www.devocionario.com/santos/siena_1.html)
      3. Novena al Sagrado Corazon - <https://www.aciprensa.com/recursos/novena-al-sagrado-corazon-de-jesus-1248>
    - iii. Letanía de los Santos, Letanía de Humildad u otra letanía
      1. Letania de los Santos - [https://www.devocionario.com/santos/santos\\_3.html](https://www.devocionario.com/santos/santos_3.html)
      2. Letania de Humildad - [https://www.ewtn.com/spanish/prayers/LITANY\\_HUMILITY.htm](https://www.ewtn.com/spanish/prayers/LITANY_HUMILITY.htm)
  - f. Liturgia de la Horas
    - i. Laudes y/o Vísperas
    - ii. <http://oraciondelashoras.blogspot.com/>
- 7) El Servicio
- a. Practicar las obras de misericordia corporales y espirituales dentro de su familia y fuera
    - i. Breve explicación de estas obras aquí
      1. <https://opusdei.org/es-co/article/obras-de-misericordia-jubileo/>
  - b. Obrar por tu conyugue, tus hijos y los quehaceres diarios con santidad
  - c. Ofrecer pequeños y grandes sacrificios diarios a Dios

# La Practica de la Presencia de Dios

Libro Por: Hermano Lorenzo

Disponible en línea gratis en: <https://www.aciprensa.com/presenciadedios.pdf>

- 1) Recordar a Dios durante todo el día.
  - a. En las buenas, bendiciones y consolaciones, darle gracias.
  - b. En las malas, tentaciones y sacrificios, pedirle ayuda.
  - c. En todo momento posible, reconocer que Él está ahí
  - d. En cualquier momento decir "O Señor Jesús" o "O mi Señor Jesús" o "O mi amado Jesús" "Misericordia mi Jesús" o "Jesús, en ti Confío" "O Señor Jesús, O Inmaculada Virgen María, O Glorioso San José!" etc.
  - e. Al tener a Jesús en mente, el enemigo no puede ocupar el mismo lugar, así quitas al enemigo de tu alma y de tu vida.

## **Del libro del Hermano Lorenzo, *La Practica de la Presencia de Dios*:**

“Así, cuando había llenado su mente con grandes sentimientos de aquel Ser Infinito, iba a trabajar a la cocina (porque era el cocinero de la comunidad); allí, después de considerar seriamente las cosas que requerían su oficio, y cuándo y cómo debía ser hecha cada cosa, ocupaba todos los intervalos de su tiempo, así como antes y después del trabajo, en oración. Al comenzar su trabajo le decía a Dios, con confianza filial: “Oh, Dios mío, puesto que tú estás conmigo, y porque ahora debo, en obediencia a tus mandamientos, aplicar mi mente a estas cosas externas, te suplico que me concedas la gracia para continuar en tu presencia, y para este propósito bendíceme con tu asistencia, recibe todos mis trabajos, y posee todos mis afectos.” Mientras trabajaba continuaba su conversación familiar con su Creador, implorando su gracia, y ofreciéndole a Él todas sus acciones.

Cuando había terminado, examinaba cómo había cumplido con su deber. Si lo veía bien, le daba las gracias a Dios. De lo contrario, pedía perdón y, sin desanimarse, de nuevo ponía su mente en orden y continuaba con su ejercicio de la presencia de Dios, como si nunca se hubiera desviado de ella. “De esta manera”, decía, “levantándome tras mis caídas, y mediante renovados y frecuentes actos de fe y amor, he llegado a un estado en el que me resultaría tan difícil no pensar en Dios como fue al principio acostumbrarme a hacerlo.

Como el Hermano Lorenzo había encontrado gran beneficio en caminar en la presencia de Dios, era natural que lo recomendara fervientemente a otros; pero su ejemplo era un incentivo más fuerte que cualquier argumento que pudiera proponer. Su mismo dominio de sí era edificante; reflejando una dulce y calmada devoción, que no podía sino afectar a quien le observara. Y evidenciaba que en los momentos de mayor urgencia en el trabajo de la cocina, él seguía manteniendo sus recogimiento y su mente en cosas celestiales. Nunca estaba apurado ni ocioso, sino que hacía cada cosa a su tiempo, con ininterrumpida compostura y tranquilidad de espíritu. Decía: “para mí, el tiempo de trabajo no difiere del tiempo de oración, y en medio del ruido y el alboroto de mi cocina, con muchas personas pidiendo cosas diferentes al mismo tiempo, tengo una gran tranquilidad en Dios, como si estuviese de rodillas ante el Santísimo Sacramento”.