

Recursos para vivir la Cuaresma

En este artículo compartimos algunos recursos que nos ayudarán a vivir mejor la Cuaresma.

01/03/2022

“La llamada del buen Pastor llega hasta nosotros: *ego vocavi te nomine tuo*, te he llamado a ti, por tu nombre. Hay que contestar —amor con amor se paga— diciendo: ecce ego quia vocasti me, me has llamado y aquí estoy. Estoy decidido a que no pase este tiempo de Cuaresma como

pasa el agua sobre las piedras, sin dejar rastro. Me dejaré empapar, transformar; me convertiré, me dirigiré de nuevo al Señor, queriéndolo como Él desea ser querido”. Es Cristo que pasa, 59

Primera infografía

¿Qué es la Cuaresma?

Descargar infografía ¿Qué es la Cuaresma?

Segunda infografía

¿Cómo lo hago?

El papa Francisco nos invita a reflexionar esta Cuaresma sobre la exhortación de san Pablo a los gálatas: «No nos cansemos de hacer el bien, porque, si no desfallecemos, cosecharemos los frutos a su debido tiempo. Por tanto, mientras tenemos la oportunidad (kairós), hagamos el bien a todos» (Ga 6,9-10a).

Descargar infografía ¿Cómo lo hago?

Tercera infografía

Siembra siempre esperanza

«El primer agricultor es Dios mismo, que generosamente “sigue derramando en la humanidad semillas de bien” (Carta enc. *Fratelli tutti*, 54). Durante la Cuaresma estamos llamados a responder al don de Dios acogiendo su Palabra “viva y eficaz” (*Hb* 4,12). La escucha asidua de la Palabra de Dios nos hace madurar una docilidad que nos dispone a acoger su obra en nosotros (cf. *St* 1,21), que hace fecunda nuestra vida». Mensaje del Santo Padre para la Cuaresma 2022.

Descargar infografía siembra siempre esperanza

Cuarta infografía

Sentido, preparación, invitación y mensaje

“No nos cansemos de hacer el bien” nos dice el Papa Francisco en el mensaje de Cuaresma.

«*No nos cansemos de orar.* Jesús nos ha enseñado que es necesario “orar siempre sin desanimarse” (Lc 18,1). Necesitamos orar porque necesitamos a Dios. Pensar que nos bastamos a nosotros mismos es una ilusión peligrosa. Con la pandemia hemos palpado nuestra fragilidad personal y social.

Que la Cuaresma nos permita ahora experimentar el consuelo de la fe en Dios, sin el cual no podemos tener estabilidad (cf. Is 7,9). Nadie se salva solo, porque estamos todos en la misma barca en medio de la tempestad de la historia; pero, sobre todo, nadie se salva sin Dios, porque sólo el misterio pascual de Jesucristo nos concede vencer las oscuras aguas

de la muerte». Mensaje del Santo Padre para la Cuaresma 2022.

Descargar infografía sentido, preparación, invitación y mensaje

Quinta infografía

En el mensaje de Cuaresma del 2022 el Papa Francisco nos habla de la penitencia «*No nos cansemos de extirpar el mal de nuestra vida*. Que el ayuno corporal que la Iglesia nos pide en Cuaresma fortalezca nuestro espíritu para la lucha contra el pecado. *No nos cansemos de pedir perdón en el sacramento de la Penitencia y la Reconciliación*, sabiendo que Dios nunca se cansa de perdonar [3]. *No nos cansemos de luchar contra la concupiscencia*, esa fragilidad que nos impulsa hacia el egoísmo y a toda clase de mal, y que a lo largo de los siglos ha encontrado modos distintos para hundir al hombre en el pecado (cf. Carta enc. *Fratelli tutti*, 166). Uno de estos

modos es el riesgo de dependencia de los medios de comunicación digitales, que empobrece las relaciones humanas. La Cuaresma es un tiempo propicio para contrarrestar estas insidias y cultivar, en cambio, una comunicación humana más integral hecha de «encuentros reales», cara a cara».

Descargar infografía La penitencia: el sacramento de la alegría.

pdf | Documento generado automáticamente desde <https://opusdei.org/es-mx/article/recursos-para-vivir-la-cuaresma/> (15/02/2026)