

# **Benedicto XVI: la Cuaresma no es “una obligación pesada”**

El Papa ha explicado que la cuaresma es un período de renovación interior para quien ha encontrado en Jesús el sentido de su vida. Este miércoles se celebra la imposición de la ceniza en las parroquias e Iglesias.

26/02/2006

*(Lea en el link de la columna de la derecha el mensaje del Santo Padre para esta Cuaresma)*

Benedicto XVI habló en su mensaje dominical tras el rezo a mediodía de la oración a la Virgen –el ‘ángelus’– sobre la Cuaresma: los 40 días en los que la Iglesia invita a prepararse para la Semana Santa y la Pascua de Resurrección.

El tiempo de Cuaresma, aclaró, “no debe afrontarse con espíritu "viejo", como si fuera una obligación pesada y fastidiosa, sino con el espíritu nuevo de quien ha encontrado en Jesús y en su misterio pascual el sentido de la vida, y experimenta ahora que todo debe hacer referencia a El”.

”Durante este período no se canta el "aleluya" y se nos invita a practicar formas adecuadas de renuncia penitencial”, como la abstinencia – para mayores de 14 años-, el ayuno –

mayores de 18 años- el ayuno, u otros sacrificios que cada uno quiera ofrecer.

Sobre el diálogo de Cristo con los fariseos que no comprendían por qué sus apóstoles no ayunaban, dijo: “No pueden ayunar mientras el esposo está con ellos; ayunarán cuando les sea arrebatado el esposo”. Así, Cristo reveló “su identidad de Mesías, esposo de Israel, quien vino para los desposorios con su pueblo”.

”Quienes le reconocen y acogen con fe están de fiesta. Sin embargo, él tendrá que ser rechazado y asesinado precisamente por los suyos: en ese momento, durante su pasión y muerte, llegará la hora del luto y del ayuno”, explicó. “En su conjunto, constituye un gran memorial de la pasión del Señor, en preparación de la Pascua de Resurrección”.

Concluyó su intervención en un soleado día presentando a María como «guía y maestra» en el camino cuaresmal.

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es/article/benedicto-xvi-la-  
cuaresma-no-es-una-obligacion-pesada/](https://opusdei.org/es/article/benedicto-xvi-la-cuaresma-no-es-una-obligacion-pesada/)  
(24/02/2026)