CUARESMA 2026

BUSCANDO A JESÚS EN LA SAGRADA ESCRITURA

Feb 18: Mat 6:1-4
Feb 19: Mat 6:5-14
Feb 20: Mat 6:15-24
Feb 21: Mat 6:25-34

PRIMERA SEMANA DE CUARESMA
Feb 22: Mat 4:1-11
Feb 23: Mat 4:12-17
Feb 24: Mat 4:18-22
Feb 25: Mat 5:1-12
Feb 26: Mat 5:13-16
Feb 27: Mat 5:17-26
Feb 28: Mat 5:38-48

SEGUNDA SEMANA DE CUARESMA
Mar 1: Mat 17:1-9
Mar 2: Mat 14:22-33
Mar 3: Mat 15:21-31
Mar 4: Mat 15:32-38
Mar 5: Mat 16:13-20
Mar 6: Mat 16:21-23
Mar 7: Mat 16:24-28

TERCERA SEMANA DE CUARESMA
Mar 8: Juan 4:5-42
Mar 9: Mat 17:9-13
Mar 10: Mat 18:1-5
Mar 11: Mat 18:6-9
Mar 12: Mat 18:10-14
Mar 13: Mat 18:15-20
Mar 14: Mat 18:21-35

CUARTA SEMANA DE CUARESMA
Mar 15: Juan 9:1-41
Mar 16: Matt 23:1-12
Mar 17: Matt 23:13-15
Mar 18: Matt 23:16-22
Mar 19: Matt 23:23-26
Mar 20: Matt 23:27-36
Mar 21: Matt 23:37-39

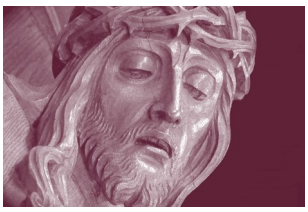
QUINTA SEMANA DE CUARESMA
Mar 22: Juan 11:1-45
Mar 23: Mat 24:1-2
Mar 24: Mat 24:3-14
Mar 25: Mat 24:15-28
Mar 26: Mat 24:29-35
Mar 27: Mat 25:36-51
Mar 28: Mat 25:1-13

SEMANA SANTA
Mar 29: Mat 21:1-11
Mar 30: Mat 21:12-22
Mar 31: Mat 26:1-25
Abr 1: Mat 26:26-35
Abr 2: Mat 26:36-75
Abr 3: Mat 27:32-56
Abr 4: Mat 27:57-66

DOMINGO DE PASCUAS
Abr 5: Mat 28:1-15

"Ustedes buscan a Jesús, el Crucificado." *Mateo 28:5*

Antes de buscar a Jesús en la mañana de la Resurrección, pasamos estos cuarenta días de Cuaresma buscando a Jesús en oración, penitencia y caridad



"LA NECESIDAD DE VOLVER LA MENTE HACIA AQUELLAS REALIDADES QUE REALMENTE CUENTAN"

La Cuaresma precede y se prepara para la Pascua. Es un tiempo para escuchar la Palabra de Dios, alejarse del pecado, prepararse y recordar el Bautismo, Reconciliarse con Dios y con el prójimo, y recurrir más frecuentemente a las "armas de la penitencia Cristiana": oración, ayuno y buenas obras (cf. Mt 6, 1-6. 16-18).

La Sagrada Liturgia expresa un aspecto místico de la Cuaresma a través de sus grandes temas o valores, como la relación entre "el sacramento de cuarenta días" y "Los sacramentos de la Iniciación Cristiana", y el misterio del "Éxodo" que siempre está presente en la Cuaresma.

La piedad popular se concentra de manera especial en los misterios de la humanidad de Cristo, y durante la Cuaresma los fieles prestan mucha atención a la Pasión y Muerte de Nuestro Señor.

En el Rito Romano, el inicio de los cuarenta días de penitencia está marcado con el austero símbolo de las cenizas que se usan en la Sagrada Liturgia del Miércoles de Cenizas. El uso de las cenizas es una supervivencia de un rito antiguo según el cual los pecadores convertidos se sometieron a la penitencia canónica. El acto de poner en cenizas simboliza la fragilidad y la mortalidad, y la necesidad de ser redimido por la misericordia de Dios. Lejos de ser un acto meramente externo, la Iglesia ha conservado el uso de las cenizas para simbolizar esa actitud de penitencia interna a la que todos los bautizados son llamados durante la Cuaresma.

Los fieles que llegan a recibir cenizas deben ser ayudados a percibir el significado interno implícito de este acto, que los dispone a la conversión y al renovado compromiso pascual.

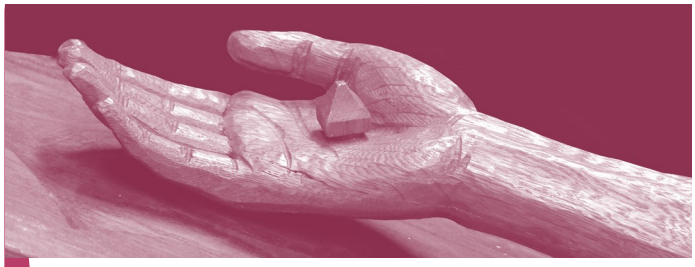
A pesar de la secularización de la sociedad contemporánea, los cristianos, durante la Cuaresma, son claramente conscientes de la necesidad de convertir la mente en aquellas realidades que realmente cuentan, Que requieren el compromiso y la integridad del Evangelio de la vida que, por abnegación de aquellas cosas que son superfluas, se traducen en buenas obras y solidaridad con los pobres y necesitados.

Los fieles que asisten a los sacramentos de la Penitencia y de la Santa Eucaristía con poca frequencia, deben ser conscientes de la larga tradición eclesial que asocia el precepto de confesar pecados graves y recibir la Santa Comunión por lo menos una vez durante la Cuaresma, o preferentemente durante la Pascua.

Puede haber una interacción efectiva y fructífera entre la Sagrada Liturgia y la piedad popular durante los cuarenta días de Cuaresma.

Un ejemplo de tal interacción es que la piedad popular fomenta frecuentemente observancias particulares en ciertos días, o ejercicios especiales de devoción, o obras apostólicas o caritativas que son previstas y recomendadas por la Liturgia de Cuaresma. La práctica del ayuno, característica de la Cuaresma desde la antigüedad, es un "ejercicio" que libera a los fieles de las preocupaciones terrenales para descubrir la vida que viene de arriba: "No solo de pan vive el hombre, sino toda Palabra que sale de la boca de Dios" (cf. Dt 8,3; Mt 4, 4; Lc 4,4; antífona para el primer domingo de Cuaresma).

Adaptado del *Directorio Sobre la Piedad Popular y la Liturgia*, 124-126.)



Buscando a Jesús en la Confesión

Durante la Cuaresma, nos acercamos al Sacramento de la Penitencia y la Reconciliación como el camino de regreso al Padre que restaura para nosotros la dignidad de nuestro Bautismo y el pleno privilegio de ser adoptados como Sus hijos. Una confesión integral nos invita a pasar tiempo examinando nuestra conciencia, no sólo recordando los pecados materiales que hemos cometido, sino también permitiendo que el Espíritu de Dios explore las profundidades de nuestro corazón para descubrir nuestras heridas no reconocidas y motivos no reclamados. Discernir por qué cometemos los pecados en nuestra vida nos ayuda a estar más abiertos a la obra redentora de Cristo a través de este Sacramento. El componente más importante de la Confesión es la contrición, el dolor por nuestros pecados, que sólo se produce cuando hacemos un buen y honesto examen de sí mismo antes de entrar en el confesionario.

Señor Jesús, Hijo de Dios, ten misericordia de mí pecador. Concédeme la gracia de ser renovada durante esta observancia de la Santa Cuaresma. Armado con la oración, la penitencia y la limosna, ¡dejo a un lado aquellas cosas que obstaculizan mi búsqueda por Ti!

ORACIÓN

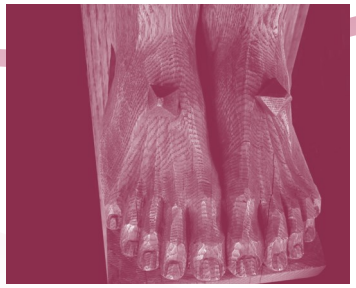
¿He orado como debo? ¿Ha estado Dios en el centro de mi vida? ¿Cómo he ignorado a Dios y a Su divina inspiración? ¿He escuchado atentamente la voz de Dios en la Sagrada Liturgia? ¿He sido fiel a mi obligación para la Misa dominical y los Días Santos? ¿Me preparo a mí y a los que me han confiado la Misa? ¿Soy perezoso o complaciente en la oración? ¿Rezo por mis seres queridos y mis enemigos? ¿Es mi oración egocéntrica? ¿He explorado la rica espiritualidad de la Tradición Católica y sus múltiples formas de devoción? ¿He pasado tiempo en oración ante el Santísimo Sacramento?

PENITENCIA

¿He hecho los viernes a lo largo del año un día de penitencia? Si como carne, ¿hago otro acto de penitencia? ¿Ayuno durante todo el año? ¿Me abstengo voluntariamente de esas cosas innecesarias que estorban mi vida? ¿El ruido me hace sordo a los demás y Dios? ¿Soy consciente de las maneras en que mis pecados me hacen indigno de mi maravillosa vocación como cristiano? ¿Soy humilde por el amor y la bondad de Dios en mi vida? ¿Veo mi fe como un don y no como una carga? ¿Recibo la Sagrada Comunión dignamente? ¿Tengo un sentido de derecho o superioridad? ¿Ejercito mi cuerpo y mi mente? ¿Vivo un estilo de vida saludable?

CARIDAD

¿Puedo dar de mí mismo libremente y generosamente a otros? ¿Perdono a aquellos que me han hecho daño? ¿Le doy a los demás el beneficio de la duda? ¿Juzgo los motivos de los demás? ¿Soy fiel a mis obligaciones con mi familia, con mi parroquia, con los necesitados? ¿Puedo dar de mi excedente o mi deseo? ¿Confío en que Dios recompensará a un dador alegre? ¿Soy sensible a los sufrimientos de los demás? ¿Me permito reconocer las muchas personas que encuentro cada día? ¿Tengo opiniones que causan daño a otros? ¿Tomo decisiones que son contrarias a la enseñanza moral católica? ¿Deseo la admiración y la alabanza de los demás? ¿Me amo lo suficiente para estudiar y crecer en mi fe? ¿He sido un buen mayordomo de la creación y los bienes creados que me han sido confiados?



Buscando a Jesús en Tradiciones de

Las siguientes son las pautas para la observancia de la Cuaresma:

ORANDO. Los católicos son animados a orar más durante la Cuaresma, especialmente con la Sagrada Escritura. La lectura espiritual, como la vida de los santos, y las devociones como la Estación de la Cruz y el Santo Rosario son útiles para el crecimiento espiritual. La Cuaresma es también el momento ideal para recibir debidamente el Sacramento de la Penitencia en preparación para la celebración de la Pasión, Muerte y Resurrección de Cristo.

AYUNANDO. Los católicos de 14 años y mayores se abstendrán de comer carne el miércoles de ceniza, el Viernes Santo y todos los viernes de Cuaresma. Además, el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo, los católicos de 18 a 59 años deben ayunar, limitándose a una comida completa y dos comidas pequeñas cada día que no sean iguales a la comida completa.

LIMOSNAS. Movidos por el sacrificio de Cristo y el sufrimiento de la humanidad, muchos cristianos combinan la limosna con el ayuno, Dando a los pobres el dinero que ahorraron comiendo, bebiendo o comprando menos, ya que confían más en la abundante gracia de Dios. Las Obras Corporales y Espirituales de Misericordia proporcionan una amplia inspiración para otras formas de sacrificar tiempo y recursos para aquellos que más necesitan ayuda.

Producido por Diócesis de Harrisburg
Oficina de Adoración Divina© 2026