



La Cuaresma es un tiempo de gracia que nos invita a seguir a Jesús al desierto, donde él se preparó para su misión salvadora. El desierto es un lugar de silencio, de soledad, de prueba, pero también de encuentro con Dios y con nosotros mismos. En el desierto, Jesús vivió entre las fieras y los ángeles, que simbolizan las tentaciones y las inspiraciones que también nosotros experimentamos en nuestra vida espiritual.

¿Cómo podemos vivir el desierto en familia, especialmente en Cuaresma? Aquí van algunas sugerencias para aprovechar este tiempo como una oportunidad de crecimiento personal y familiar.

- **Reconoce las fieras que te habitan.** Todos tenemos pasiones desordenadas que nos alejan de Dios y de los demás, como la codicia, la vanidad, la avaricia, el orgullo, la ira, la envidia, la pereza... Estas fieras nos esclavizan y nos impiden ser libres y felices. Identifica cuáles son las que más te afectan y pídele a Dios la gracia de domarlas y combatirlas.
- **Acepta y perdona las fieras de los demás.** Nadie es perfecto, y todos tenemos defectos y debilidades. A veces, convivir con los demás puede ser difícil y generar conflictos y heridas. No dejes que el rencor y el resentimiento se apoderen de tu corazón. Aprende a perdonar y a pedir perdón, a comprender y a tolerar, a dialogar y a reconciliarte. Recuerda que Dios nos ama a todos con misericordia y nos llama a ser una sola familia.
- **Deja que los ángeles te sirvan.** Dios no nos deja solos en el desierto, sino que nos envía a sus ángeles, que son sus mensajeros y servidores. Los ángeles nos asisten, nos protegen, nos guían y nos animan. Escucha esa voz en tu interior, que te recuerda los buenos pensamientos y sentimientos que el Espíritu Santo te sugiere. Déjate inspirar para hacer el bien, para amar a Dios y al prójimo, para ser más generoso y solidario, para dar testimonio de tu fe.
- **Comparte con los demás las gracias que te han ayudado.** No guardes para ti solo las gracias que Dios te ha concedido. Comunica a tu familia, a tus amigos, a tus hermanos en la fe, las experiencias que has vivido, las lecciones que has aprendido, las alegrías que has sentido. Así

podrás contagiar a los demás el sabor de Cristo, el sabor del cielo, que llena tu corazón. También puedes agradecer a Dios por esos “ángeles” humanos que él ha puesto en tu vida, esas personas que te han hecho bien, que te han acompañado, que te han enseñado, que te han querido.

- **Haz silencio y ora.** Para entrar en el desierto interior, hay que hacer silencio y orar. El silencio nos ayuda a escuchar la voz de Dios, que nos habla al corazón, y a entrar en contacto con la verdad, que nos libera de la mentira y la ilusión. La oración nos ayuda a entrar en comunión con Dios, que es nuestro Padre, nuestro Amigo, nuestro Salvador. Dedicar un tiempo cada día a la oración personal y familiar, leyendo la Palabra de Dios, meditando su mensaje, dialogando con él, alabándolo, pidiéndole, agradeciéndole. También puedes participar en la oración comunitaria de la Iglesia, asistiendo a la Misa, rezando el Rosario, haciendo el Via Crucis, etc.
- **Ofrece sacrificios y ayunos.** El desierto también es un lugar de renuncia, de austeridad, de penitencia. Jesús ayunó durante cuarenta días y noches, y resistió las tentaciones del diablo. Nosotros también podemos ofrecer a Dios pequeños sacrificios y ayunos, que nos ayuden a purificar nuestro cuerpo y nuestro espíritu, a desapegarnos de lo material y de lo superfluo, a compartir con los más necesitados, a unirnos a la pasión de Cristo. Puedes elegir alguna cosa de la que puedas prescindir durante la Cuaresma, como algún alimento, alguna bebida, algún entretenimiento, alguna comodidad, etc. También puedes hacer alguna obra de caridad, como visitar a algún enfermo, ayudar a algún pobre, colaborar con alguna causa social, etc.
- **Espera la Pascua con alegría.** El desierto no es un fin en sí mismo, sino un camino hacia la Pascua, la fiesta de la Resurrección de Jesús, que nos trae la vida nueva, la victoria sobre el pecado y la muerte, la plenitud de la alegría. No te desanimes ni te desesperes en el desierto, sino mantén viva la esperanza y la confianza en Dios, que te ama y te salva. Prepárate con ilusión para celebrar la Pascua en familia, renovando tu fe, tu amor y tu compromiso cristiano. Recuerda que el desierto es también un lugar de belleza, de luz, de color, de vida.

Que esta Cuaresma sea para ti y tu familia una experiencia de desierto fecundo, que les acerque más a Dios y a los demás, que les purifique y les fortalezca, que les llene de paz y de alegría.