



La Cuaresma, ese período litúrgico que nos prepara para la Semana Santa, es mucho más que un tiempo de privación y penitencia. El Papa Francisco, en su mensaje para la Cuaresma 2024, nos invita a vivir este tiempo como un camino hacia la libertad. Su llamado es claro: “Es tiempo de actuar, y en Cuaresma actuar es también detenerse”. La vivencia de la Cuaresma en familia es también fundamental.

### **Detenerse para escuchar y amar**

La Cuaresma nos ofrece la oportunidad de detenernos en medio de nuestras vidas tan ocupadas. Sí, hay que ayunar y rezar, pero también escuchar. Así como el samaritano se detuvo para ayudar al hermano herido, nosotros también debemos detenernos en oración y acoger la Palabra de Dios. El amor a Dios y al prójimo es inseparable; es un único amor que nos llama a la acción.

### **Desacelerar y despertar**

En este tiempo de Cuaresma, a las familias se nos invita a desacelerar y redescubrir la dimensión contemplativa de la vida. Frente a la presencia de Dios, nos convertimos en hermanas y hermanos, y percibimos a los demás con nueva intensidad. Dejamos atrás las amenazas y enemistades, y encontramos compañeras y compañeros de viaje. Este es el sueño de Dios: una tierra prometida hacia la que marchamos cuando salimos de la esclavitud.

### **Decisiones comunitarias y cambio cotidiano**

La Iglesia, en su forma sinodal, sugiere que la Cuaresma sea también un tiempo de decisiones comunitarias. Pequeñas y grandes decisiones a contracorriente pueden cambiar la cotidianeidad de las personas y la vida de una familia. ¿Cómo cuidamos de los demás? ¿Estamos incluyendo en nuestro día a día a todos nuestros familiares, de manera especial a quienes pasan a ser “invisibles” o arrinconados?

### **La alegría de la penitencia**

La penitencia cristiana no debe entristecernos. Jesús nos dice: “No pongan cara triste, como hacen los hipócritas, que desfiguran su rostro para que se note que ayunan” (Mt 6,16). En cambio, debemos irradiar alegría en nuestros rostros y liberar el amor que hace nuevas todas las cosas. Empecemos por las pequeñas acciones en nuestros hogares.

En esta Cuaresma, recordemos que el desierto no es solo un lugar de privación, sino también un camino hacia la libertad. Dios nos guía a través de él. Que esta Cuaresma sea un tiempo de renovación espiritual, familiar y personal, donde la alegría y el compromiso transformen nuestras vidas y comunidades.

*(Puedes leer el mensaje del Papa Francisco para la Cuaresma 2024 y profundizar más en este recorrido cuaresmal, [aquí](#)).*