

# Reflexiones Semanales de Cuaresma

De Romanos 13:11, "Despierta mi corazón" es el tema de la Cuaresma de 2026.

Acompáñenos en nuestro recorrido con desafíos semanales, que incluyen una meditación extraída de la antífona de entrada de la Misa, preguntas de reflexión, un desafío semanal y una breve oración.

Mientras caminamos con Cristo durante esta Cuaresma, pedimos la intercesión de la Santísima Virgen María, San José, los ángeles y los santos. Oremos para que esta peregrinación cuaresmal nos prepare para la Pascua y dé muchos frutos.

Comparte tus reflexiones en las redes sociales usando el hashtag #CuaresmaRGV.

Miércoles de Ceniza	18-21 de febrero	
<b>Meditación</b>  Tu Señor, te compadeces de todos y no aborresces nada de lo que has creado, aparentas no ver los pecados de los hombres, para darles ocasión de arrepentirse, porque tú eres el Señor, nuestro Dios.	<b>Preguntas de reflexión</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Qué pecados te están separando de Dios?</li><li>• ¿Cómo oras para superar estos pecados?</li></ul>	<b>Esta semana...</b> Haz un examen de conciencia.
<b>Oración:</b> Señor, habita en mi corazón para que pueda verme a mí mismo como Tú me ves.		

I Domingo de Cuaresma	22-28 de febrero	
<b>Meditación</b>  Me invocarás y yo lo escucharé; lo libraré y lo glorificaré; prolongaré los días de su vida.	<b>Preguntas de reflexión</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Cómo nutres tu alma?</li><li>• ¿Cómo disciernes la voz de Dios?</li></ul>	<b>Esta semana...</b> Dedica un tiempo a la Adoración Eucarística.
<b>Oración:</b> Señor, abre los oídos de mi corazón para que pueda escuchar tu voz.		

II Domingo de Cuaresma	1-7 de marzo	
<b>Meditación</b>  Mi corazón me habla de ti diciendo: 'Busca su rostro'. Tu faz estoy buscando, Señor; no me escondas tu rostro.	<b>Preguntas de reflexión</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Cómo has visto a Dios obrar en tu vida?</li><li>• ¿Cómo permites que Él actúe a través de ti?</li></ul>	<b>Esta semana...</b> Realiza una Obra de Misericordia.
<b>Oración:</b> Señor, brilla a través de mí para que yo pueda ser luz para los demás.		

**III Domingo de Cuaresma**

8-14 de marzo

**Meditación**

Mis ojos están siempre fijos en el Señor, pues él libra mis pies de toda trampa. Mírame, Señor, y ten piedad de mí, que estoy solo y afligido.

**Preguntas de reflexión**

- ¿En qué momentos eres un reflejo de Cristo para los demás?
- ¿Cómo compartes la Buena Nueva?

**Esta semana...**

Ofrece una oración por alguien que lo necesita.

**Oración:** Oh Dios, ten piedad de mí, que soy un pecador.

**IV Domingo de Cuaresma**

15-21 de marzo

**Meditación**

Alegrate, Jerusalén, y que se reúnan cuantos la aman. Compartan su alegría los que están tristes, vengan a saciarse con su felicidad.

**Preguntas de reflexión**

- ¿Amas de verdad como Jesús ama?
- ¿Cómo demuestras tu cariño por los demás?

**Esta semana...**

Realiza un acto de bondad al azar.

**Oración:** Señor, ayúdame a verte en los demás.

**V Domingo de Cuaresma**

22-28 de marzo

**Meditación**

Señor, hazme justicia. Defiende mi causa contra la gente sin piedad, salvame del hombre traidor y malvado, tú que eres mi Dios y mi defensa.

**Preguntas de reflexión**

- ¿Qué oraciones o devociones practicas?
- ¿Cómooras por los demás?

**Esta semana...**

Acude al sacramento de la Reconciliación.

**Oración:** Señor, ayúdame a vivir cada día según tu voluntad.

**Domingo de Ramos**

29 de marzo - 4 de abril

**Meditación**

Al entrar el Señor en la ciudad santa, los niños hebreos anunciando con anticipación la resurrección del Señor de la vida, con plamas en las manos, aclamaban: Hosanna en el cielo.

**Preguntas de reflexión**

- ¿Cómo alabas al Señor?
- ¿Cómo proclamas el Reino de Dios?

**Esta semana...**

Participa en una actividad del Triduo Pascual.

**Oración:** Señor, te alabo porque has redimido al mundo.

# Reflexiones Semanales de Cuaresma

De Romanos 13:11, "Despierta mi corazón" es el tema de la Cuaresma de 2026.

Acompáñenos en nuestro recorrido con desafíos semanales, que incluyen una meditación extraída de la antífona de entrada de la Misa, preguntas de reflexión, un desafío semanal y una breve oración.

Mientras caminamos con Cristo durante esta Cuaresma, pedimos la intercesión de la Santísima Virgen María, San José, los ángeles y los santos. Oremos para que esta peregrinación cuaresmal nos prepare para la Pascua y dé muchos frutos.

Comparte tus reflexiones en las redes sociales usando el hashtag #CuaresmaRGV.

Miércoles de Ceniza

18-21 de febrero

## Meditación

Tu Señor, te compadeces de todos y no aborresces nada de lo que has creado, aparentas no ver los pecados de los hombres, para darles ocasión de arrepentirse, porque tú eres el Señor, nuestro Dios.

## Preguntas de reflexión

- ¿Qué pecados te están separando de Dios?
- ¿Cómo oras para superar estos pecados?

## Esta semana...

Haz un examen de conciencia.

**Oración:** Señor, habita en mi corazón para que pueda verme a mí mismo como Tú me ves.

I Domingo de Cuaresma

22-28 de febrero

## Meditación

Me invocarás y yo lo escucharé; lo libraré y lo glorificaré; prolongaré los días de su vida.

## Preguntas de reflexión

- ¿Cómo nutres tu alma?
- ¿Cómo disciernes la voz de Dios?

## Esta semana...

Dedica un tiempo a la Adoración Eucarística.

**Oración:** Señor, abre los oídos de mi corazón para que pueda escuchar tu voz.

II Domingo de Cuaresma

1-7 de marzo

## Meditación

Mi corazón me habla de ti diciendo: 'Busca su rostro'. Tu faz estoy buscando, Señor; no me escondas tu rostro.

## Preguntas de reflexión

- ¿Cómo has visto a Dios obrar en tu vida?
- ¿Cómo permites que Él actúe a través de ti?

## Esta semana...

Realiza una Obra de Misericordia.

**Oración:** Señor, brilla a través de mí para que yo pueda ser luz para los demás.

**III Domingo de Cuaresma**

8-14 de marzo

**Meditación**

Mis ojos están siempre fijos en el Señor, pues él libra mis pies de toda trampa. Mírame, Señor, y ten piedad de mí, que estoy solo y afligido.

**Preguntas de reflexión**

- ¿En qué momentos eres un reflejo de Cristo para los demás?
- ¿Cómo compartes la Buena Nueva?

**Esta semana...**

Ofrece una oración por alguien que lo necesita.

**Oración:** Oh Dios, ten piedad de mí, que soy un pecador.

**IV Domingo de Cuaresma**

15-21 de marzo

**Meditación**

Alegrate, Jerusalén, y que se reúnan cuantos la aman. Compartan su alegría los que están tristes, vengan a saciarse con su felicidad.

**Preguntas de reflexión**

- ¿Amas de verdad como Jesús ama?
- ¿Cómo demuestras tu cariño por los demás?

**Esta semana...**

Realiza un acto de bondad al azar.

**Oración:** Señor, ayúdame a verte en los demás.

**V Domingo de Cuaresma**

22-28 de marzo

**Meditación**

Señor, hazme justicia. Defiende mi causa contra la gente sin piedad, salvame del hombre traidor y malvado, tú que eres mi Dios y mi defensa.

**Preguntas de reflexión**

- ¿Qué oraciones o devociones practicas?
- ¿Cómooras por los demás?

**Esta semana...**

Acude al sacramento de la Reconciliación.

**Oración:** Señor, ayúdame a vivir cada día según tu voluntad.

**Domingo de Ramos**

29 de marzo - 4 de abril

**Meditación**

Al entrar el Señor en la ciudad santa, los niños hebreos anunciando con anticipación la resurrección del Señor de la vida, con plamas en las manos, aclamaban: Hosanna en el cielo.

**Preguntas de reflexión**

- ¿Cómo alabas al Señor?
- ¿Cómo proclamas el Reino de Dios?

**Esta semana...**

Participa en una actividad del Triduo Pascual.

**Oración:** Señor, te alabo porque has redimido al mundo.