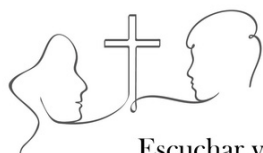


QUINTO
DOMINGO

Subsidio
CUARESMA
22 de marzo
2026



Escuchar y ayunar

LA CUARESMA COMO TIEMPO DE CONVERSIÓN

Mensaje del Santo Padre León XIV • Cuaresma 2026



PUNTOS DE MEDITACIÓN PARA LA CELEBRACIÓN DE LA SANTA MISA

Introducción

Hoy el Evangelio nos presenta a un Dios que no huye del sufrimiento. Jesús llora, se conmueve y entra en el sepulcro de su amigo. No viene a negar la muerte, sino a recordarnos que ella no tiene la última palabra. Hay momentos en los que nosotros también nos sentimos encerrados, sin salida. Jesús no nos grita desde fuera, sino que entra y nos llama por nuestro nombre. La Cuaresma alcanza hoy su punto álgido: dejarnos llamar por nuestro nombre y volver a la vida.

Cantos sugeridos

- Pueblo en marcha
- Alma mía, recobra tu calma
- A ti levanto mis ojos
- Yo soy la resurrección
- Vida en abundancia
- Cuando el Señor nos liberó



Escuchar y ayunar

LA CUARESMA COMO TIEMPO DE CONVERSIÓN

Mensaje del Santo Padre León XIV • Cuaresma 2026

Oración de los fieles

1. **Por la Iglesia:** Para que sea testigo creíble de que Jesús es la resurrección y la vida, llevando esperanza a las “periferias de la muerte” y de la desesperación. Roguemos al Señor.
2. **Por los gobernantes y la paz:** Para que, ante las injusticias y las desigualdades, tengan la audacia de elegir la vida y los caminos que conducen a la justicia y a la paz. Roguemos al Señor.
3. **Por quienes han estado o están cerca de la muerte:** Por los enfermos terminales, por quienes han intentado suicidarse y por los condenados a muerte, para que sientan la caricia del Señor que les llama por su nombre. Roguemos al Señor.
4. **Por los catecúmenos:** Para que, al recibir el don de la fe, descubran que su historia está abierta a un horizonte de eternidad y alegría. Roguemos al Señor.
5. **Por nuestra comunidad:** Para que aprendamos a ayunar de los juicios que matan y a nutrirnos de la Palabra que resucita, convirtiéndonos así en instrumentos de vida para nuestros hermanos y hermanas. Roguemos al Señor.

ORACIÓN SOBRE EL TEMA DEL DÍA

Señor Jesús, tus lágrimas abrazan nuestro dolor y tu voz nos llama a la vida. Concédenos aquello que nos conduce hacia Ti y despójanos de todo lo que nos aleja de Ti, para que podamos salir de nuestras tinieblas y dar testimonio jubiloso de que Tú eres la Resurrección y la Vida, hoy y por siempre.



Escuchar y ayunar

IDEAS PARA LA HOMILÍA

Enfoque pastoral

Jesús no llega a tiempo. Lázaro ya ha muerto. Esta aparente demora nos desorienta porque todos, tarde o temprano, experimentamos a un Dios que parece llegar tarde.

Hay situaciones que se han cerrado, palabras que no se han dicho, relaciones que se han roto y dolores que no han recibido respuesta. El Evangelio no ignora esta realidad. Jesús no esquiva el dolor: llora, se conmueve y entra en el sepulcro de su amigo.

La fe cristiana no consiste en negar la existencia del sufrimiento, sino en negarse a pensar que este es definitivo. Ante cada sepulcro, Jesús pronuncia una palabra que atraviesa los siglos: *“Ven afuera”*.

La Cuaresma alcanza aquí su punto álgido, no a través de una explicación, sino de una llamada. Dejarse llamar por nombre y volver a la vida, incluso cuando todo parece perdido.



Enfoque bíblico

En el relato de Lázaro, Jesús manifiesta simultáneamente su humanidad y su divinidad. Lloro como hombre y ordena como Señor de la vida.

La pregunta que le dirige a Marta —“¿Crees esto?”— no representa un examen teológico, sino una invitación a confiar. Creer no significa comprenderlo todo, sino depositar la confianza en Él.

La salida de Lázaro del sepulcro es un icono de la nueva creación: Dios no anula la muerte, sino que la atraviesa y la transforma. El Amor es más poderoso que cualquier losa y es capaz de abrir horizontes allí donde nosotros solo alcanzamos a ver el final.



Escuchar y ayunar

MATERIAL PARA LOS NIÑOS



Reflexión

Hoy, en el Evangelio, Jesús hace algo maravilloso: llama a Lázaro, su amigo, y le dice: “¡Ven afuera!”. En ese momento, Lázaro vuelve a la vida. Esto nos enseña algo muy importante: para Jesús, nada es demasiado triste y nada está perdido para siempre. A veces, incluso en nuestro corazón, todo parece haberse detenido, como si fuera un largo invierno: una tristeza, un capricho, un enfado que pesan tanto como una piedra. Pero Jesús se acerca a nosotros, igual que hizo con Lázaro, y nos dice: “Ven afuera, hay vida para ti”.

Por eso, hoy ponemos flores cerca del rincón de la oración, para recordar que, con Jesús, la vida siempre vuelve a renacer. Y tomamos una piedra para dejar fuera todo lo que nos entristece o agobia nuestro corazón y hacemos espacio para la alegría de Jesús, que nos quiere vivos, libres y felices.

Actividad

- **El rincón de la oración:** Colocar un ramo de flores frescas para recordar que la vida siempre renace después del invierno.
- **El grito de la vida:** Escribir en una piedra el nombre de un “capricho” o de una tristeza que queremos dejar fuera de nuestro corazón y alejar después la piedra del rincón de la oración, para hacer espacio para la alegría de Jesús.



Escuchar y ayunar

LA CUARESMA COMO TIEMPO DE CONVERSIÓN

Mensaje del Santo Padre León XIV • Cuaresma 2026

MATERIAL PARA LOS JÓVENES

Reflexión

En el Evangelio de hoy, contemplamos a Jesús llegando cuando Lázaro ya ha muerto. Llega tarde, o al menos eso nos parece a nosotros. Marta y María no ocultan su decepción: “Si hubieras estado aquí...”. Es una frase que, a veces, también repetimos en nuestro interior. La pronunciamos cuando algo se cierra, cuando una oración parece quedar sin respuesta. Jesús no corrige esta fatiga ni la juzga. Simplemente se queda, escucha y llora. Antes de cualquier milagro, hay un Dios que acoge nuestras preguntas. Hoy no buscamos respuestas, sino decimos la verdad. Porque incluso cuando Dios parece tardar, nunca deja de caminar hacia nosotros.

Actividad

- “Cuando Dios parece tardar”: Preguntas guía (en grupos pequeños):
 - ¿Alguna vez has sentido que Dios llegaba “tarde”?
 - ¿Qué situación sientes hoy cerrada o sin salida?
 - ¿Quién es para ti una “Marta” o una “María” (quien espera o quien protesta)?

El objetivo de la actividad es escuchar, sin dar respuestas. Al final, se cierra con la frase: *“Jesús no siempre llega cuando queremos, pero nunca falta a la cita”*.



Escuchar y ayunar

MATERIAL PARA LOS ADULTOS



Reflexión

En el Evangelio de hoy encontramos a dos hermanas, Marta y María. Ambas aman a Jesús, pero cada una reacciona de manera distinta ante el sufrimiento. Marta sale al encuentro de Jesús con palabras lúcidas pero heridas: cree, pero tiene una pregunta que le quema por dentro. María, en cambio, permanece inmóvil, sumida en un llanto sin palabras. Jesús no corrige a ninguna de las dos. No le pide a Marta que sea menos dura ni a María que se muestre más fuerte. Se queda con ambas, las escucha y las llama a la vida.

Este Evangelio nos dice que no existe una forma correcta de sufrir, pero sí existe un Dios que está presente en todo tipo de dolor. Por eso, hoy no buscamos explicaciones, sino que reconocemos quiénes somos ante Dios y aprendemos a hacer, con los demás, lo que Jesús hace con nosotros: estar, escuchar y no huir.

Actividad

- **“Marta y María dentro de nosotros”.** En pequeños grupos, compartid estas preguntas:
 - ¿En qué momentos de mi vida me reconozco en Marta (lúcida, pero herida)?
 - ¿Cuándo me siento como María (bloqueada por el dolor)?
 - ¿Qué palabras de Jesús me llegan hoy con más fuerza?
- **El encuentro informal:** Esta semana, “intercepta” intencionadamente a una persona que sufra o que se haya alejado de la Iglesia, preguntándole sinceramente “¿cómo estás?” y escuchando su relación con Dios.



Escuchar y ayunar

LA CUARESMA COMO TIEMPO DE CONVERSIÓN

Mensaje del Santo Padre León XIV • Cuaresma 2026

Estos subsidios pastorales fueron realizados con el apoyo de la Fundación Hilton, en el ámbito del *Sister's Project*