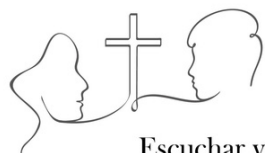


SEGUNDO  
DOMINGO

*Subsidio*  
CUARESMA  
*1 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

Hermanos y hermanas, en esta segunda etapa del camino cuaresmal, la Palabra de Dios nos invita a ponernos en marcha. A Abraham se le dice: “Sal de tu tierra”. A los discípulos, en el monte Tabor, se les insta a elevar la mirada para contemplar la gloria de Jesús. Este es el momento propicio para escuchar con profundidad al Hijo amado y experimentar una comunión que transfigura la vida. Dejemos atrás los valles de nuestras costumbres y subamos al monte del encuentro, porque sólo quien se deja iluminar puede volver a la vida cotidiana con una mirada nueva.

## Cantos sugeridos

- Caminare en presencia del Señor
- Este es mi Hijo muy amado
- Descúbrenos tu rostro
- La Transfiguración del Señor



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 como el monte Tabor, un lugar de luz y acogida donde cada hombre y cada mujer puedan escuchar la voz del Hijo amado y sentirse parte de una verdadera comunión. Roguemos al Señor.
2. **Por los gobernantes y por la paz:** Para que, siguiendo el ejemplo de Abraham, tengan el valor de abandonar la lógica del poder y de la guerra y tiendan puentes de esperanza. Roguemos al Señor.
3. **Por los catecúmenos y quienes buscan a Dios:** Para que en su camino hacia la Pascua descubran que Jesús es la fuente que sacia toda sed y la luz que vence toda oscuridad. Roguemos al Señor.
4. **Por los jóvenes:** Para que no teman el esfuerzo de la subida y, sostenidos por la comunidad, sepan responder con alegría a su vocación única y original. Roguemos al Señor.
5. **Por nuestra comunidad:** Para que nos dejemos transfigurar por Jesús y contribuyamos así a resplandecer la belleza de los cristianos auténticos en la vida cotidiana. Roguemos al Señor.

### ORACIÓN SOBRE EL TEMA DEL DÍA

Señor, nuestra alma te espera; Tú eres nuestra ayuda y nuestro escudo. Concédenos todo aquello que nos acerca a ti y despójanos de lo que nos aleja de ti. Haz que, como Abraham, caminemos con confianza hacia la tierra que nos indicarás y permite que la luz de tu rostro resplandezca en nuestros ojos, incluso en los oscuros valles del dolor.



Escuchar y ayunar

### IDEAS PARA LA HOMILÍA

#### Enfoque pastoral

La Cuaresma de 2026 nos plantea la urgencia del cambio. Abraham no sabe adónde irá, pero sí con quién camina. Nosotros, en cambio, solemos tener muchas seguridades materiales, pero nos falta confianza en Dios.

La Transfiguración no debe interpretarse como una evasión de la realidad, sino un don que fortalece la fe para afrontar el camino. Hay que ascender por una cuesta: salir de la comodidad y de nuestra zona de confort para encontrar el rostro luminoso de Jesús. Sin embargo, no es suficiente, ya que, como les ocurrió a los discípulos, si luego queremos detenernos, plantar tiendas y retener la belleza, no servirá de nada, porque la fe no es posesión, sino una relación que nos pone nuevamente en camino. Tras el monte, está la ciudad. Después de la luz, el camino. Es allí donde estamos llamados a volver, llevando en la mirada lo que hemos contemplado.



#### Enfoque bíblico

El monte Tabor es un anticipo de la nueva Creación, un sábado definitivo que revela el destino del ser humano. Sin embargo, esta luz se manifiesta inmediatamente después del anuncio de la Pasión.

Aquí surge la gran paradoja de la fe: para ganar la vida hay que tener el valor de “perderla”. Abraham abandona su tierra para convertirse en una bendición para todo el mundo. Jesús sube al monte para revelar que el sufrimiento no tiene la última palabra.

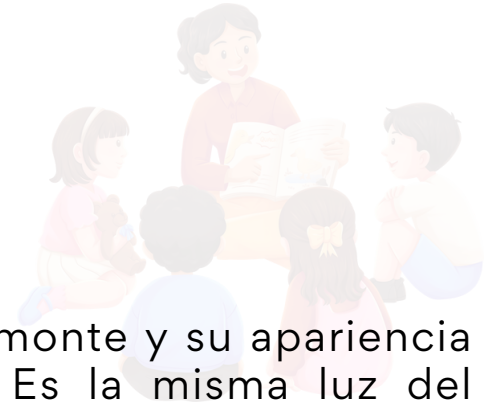
La luz de la Transfiguración nos recuerda que somos hijos amados, llamados a dar un salto de confianza en las manos del Padre, que nos sostiene incluso cuando el camino se vuelve incierto.



Escuchar y ayunar

LA CUARESMA COMO TIEMPO DE CONVERSIÓN

Mensaje del Santo Padre León XIV • Cuaresma 2026



### MATERIAL PARA LOS NIÑOS

**Reflexión:** Jesús lleva a sus amigos a un monte y su apariencia se vuelve muy luminosa, ¡como el sol! Es la misma luz del Bautismo que muchos niños ya han recibido. Cuando seguimos a Jesús, también nosotros nos convertimos en pequeños soles que llevan alegría a los demás. Como Abraham, somos “viajeros” que siguen la brújula del amor de Dios.

#### Actividad:

- **El rincón de la oración:** Añadir una vela encendida y explicar que la luz de Jesús ahuyenta todos los miedos.
- **El dibujo de la luz:** Dibujar un sol grande y escribir, en cada rayo, el nombre de una persona a la que queremos llevar un poco de luz durante la semana.

### MATERIAL PARA LOS JÓVENES

**Reflexión:** ¿Estás dispuesto a salir de tu “zona de confort”? Abraham tuvo el valor de dar un verdadero salto de fe. Dejó su casa, su tierra y se puso en camino.

En un mundo que nos empuja a la superficialidad, la Transfiguración nos invita a ser auténticos: no una fotocopia, sino un original amado por Dios.

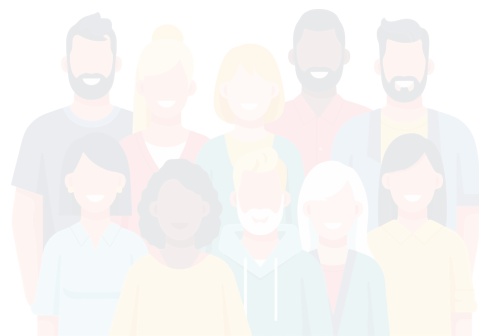
#### Actividad:

- **Revisión de vida:** Identificar las “tierras” que hay que abandonar (hábitos, dependencias, perezas) para vivir en libertad.
- **Autoevaluación espiritual:** Reflexionar sobre el propio camino de oración y vida comunitaria para recuperar el equilibrio y la profundidad.



Escuchar y ayunar

### MATERIAL PARA LOS ADULTOS



## Reflexión

La tentación de Pedro fue la de querer retener un momento hermoso. A veces, también nosotros buscamos un cristianismo sin sobresaltos. Sin embargo, la Transfiguración nos enseña que el auténtico culto se vive bajando del monte para servir a los hermanos y llevar la luz a nuestras ciudades y a los lugares de sufrimiento.

## Actividad

- **El encuentro de los rostros:** Durante la semana, identificar el rostro de Jesús en aquellas personas que se encuentran en situaciones de marginación o soledad y ofrecerles tiempo, escucha y dignidad.
- **Lectio divina compartida:** Leer el pasaje de la Transfiguración y preguntarse juntos: “*¿Qué parte de mi vida necesita ser iluminada por Jesús?*”.



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*