

## CUARESMA: CRUZANDO LA PUERTA

Ambientado en el jubileo queremos hacer una similitud con atravesar la puerta santa y por eso hemos jugado con la Cuaresma como una oportunidad para cruzar la puerta que nos da la salvación. En la palabra **cruzando** queremos hacer énfasis en la cruz como el medio que nos va a redimir. Por eso vamos a ver a lo largo de esta Cuaresma como poder abrir esos candados que son aquellas cosas que nos atan, que no nos dejan abrirnos a los demás ni a Dios. Cada semana se va a desbloquear un código QR que abrirá uno de los candados o una de las puertas que queremos abrir para, al final de la Cuaresma tener abierta la puerta y poder cruzarla para que nos lleve a la Pascua.

Los distintos candados que podemos desbloquear son

### - Miércoles de Ceniza (5 de marzo)

[Mt 6,1-6.16-18](#)

#### El candado de la comodidad

- **Clave:** La entrega.
- **Acción:** Hacer un pequeño sacrificio (ayuno, renunciar a un capricho, madrugar para rezar).
- **Reflexión:** Muchas veces buscamos lo fácil, lo que no nos cueste, lo que nos haga sentir bien sin esfuerzo. Pero Jesús nos invita a vivir la Cuaresma de otra manera: como un tiempo para salir de la comodidad y entregarnos más a Dios y a los demás. El ayuno, la oración y la limosna no son reglas vacías, sino llaves que nos ayudan a abrir el corazón. ¿Qué pequeño sacrificio podrías hacer hoy por amor a Dios?

**Video:** [La historia de los dos lobos](#) Una historia sobre la lucha interna entre el bien y el mal en nuestro corazón, y cómo el sacrificio nos ayuda a crecer.

### - Primera Semana: 9 al 15 de marzo (Tentaciones)

[Lc 4,1-13](#)

#### El candado del ruido

- **Clave:** El silencio interior.
- **Acción:** Desconectar del móvil/redes sociales durante un tiempo cada día para escuchar a Dios y a los demás.
- **Reflexión:** Vivimos rodeados de ruido: notificaciones, redes sociales, música constante... Pero Dios nos habla en el silencio. Jesús, en el desierto, venció las tentaciones porque estaba en comunión con el Padre. ¿Cuándo fue la última vez que hiciste silencio para escuchar a Dios? Hoy

puedes regalarte un momento de paz, apagar el móvil y dejar que Dios hable a tu corazón.

**Vídeo:** [Desconectados de las redes sociales](#) Influencia de las redes sociales en el comportamiento de nuestro cerebro

- **Segunda Semana: 16 al 21 de marzo** (Transfiguración)

[Lc 9,28-36](#)

**El candado del miedo**

- **Clave:** La confianza en Dios.
- **Acción:** Escribir en un papel un miedo o preocupación y ofrecerlo en oración.
- **Reflexión:** Los discípulos sintieron miedo al ver la gloria de Jesús, pero Él estaba con ellos. Muchas veces nos paraliza el miedo al futuro, al fracaso, a no ser suficientes. Pero Dios nos dice: "No tengas miedo". Hoy te invito a entregar a Dios aquello que te preocupa. Escríbelo, ofrécelo y confía en que Él está contigo.

**Vídeo:** [El circo de las mariposas](#) Un hombre sin extremidades vence sus miedos y descubre su valor en la vida.

- **Tercera Semana: 23 al 29 de marzo** (La conversión)

[Lc 13,1-9](#)

**El candado del egoísmo**

- **Clave:** La generosidad.
- **Acción:** Realizar un gesto concreto de servicio a los demás (ayudar en casa, colaborar con una ONG, visitar a alguien que lo necesite).
- **Reflexión:** El egoísmo nos encierra en nosotros mismos. Jesús nos llama a dar fruto, a salir de nuestra burbuja y mirar a los demás. ¿Cuándo fue la última vez que hiciste algo por alguien sin esperar nada a cambio? Hoy puedes abrir este candado con un gesto concreto de generosidad.

**Vídeo:** [Cuerdas](#) Una niña transforma la vida de un compañero con discapacidad con su generosidad.

- **Cuarta Semana: 30 de Marzo al 5 de abril** (El Hijo Pródigo)

[Lc 15,1-3.11-32](#)

**El candado del rencor**

- **Clave:** El perdón.
- **Acción:** Hacer el esfuerzo de reconciliarnos con alguien o rezar por quienes nos han herido.

- **Reflexión:** El rencor nos pesa, nos encadena. Jesús nos enseña a perdonar, como el padre del hijo pródigo. Perdonar no es olvidar, es liberar el corazón. ¿A quién necesitas perdonar hoy? O, si has fallado, ¿te atreves a pedir perdón?

**Vídeo:** [El valor del perdón](#) Un hombre se aferra al rencor hasta que descubre que el perdón es la única forma de sanar.

- **Quinta Semana: 6 al 12 de Abril** (La mujer adúltera)  
[Jn 8,1-11](#)

#### **El candado de la superficialidad**

- **Clave:** Profundizar en la fe.
- **Acción:** Leer un fragmento del Evangelio cada día y reflexionar sobre él.
- **Reflexión:** Vivimos en una sociedad que se queda en lo superficial, en las apariencias. Pero Jesús mira el corazón. ¿Qué profundidad tiene tu relación con Dios? En esta semana, te invito a conocer más a Jesús a través del Evangelio.

**Vídeo:** [El otro par](#)

- **Semana Santa: 13 al 19 de Abril**  
[Lc 19,28-40](#)

#### **El candado de la tristeza**

- **Clave:** La alegría cristiana.
- **Acción:** Escribir tres motivos de gratitud cada día y compartirlos con alguien.
- **Reflexión:** Jesús entra en Jerusalén con alegría, sabiendo que la cruz se acerca. Nuestra alegría no es la ausencia de problemas, sino la certeza de que Dios nos ama y está con nosotros. ¿Qué te hace sonreír hoy? Da gracias a Dios y comparte esa alegría con los demás.

**Vídeo:** [La felicidad](#)