

CUARESMA 2025

“Caminemos a la Pascua con Esperanza”



Cuaresma

“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 1



**Asistir a la Eucaristía
y recibir la ceniza en
nuestra frente**

“Pongámonos en camino juntos, como Iglesia, recibiendo la ceniza y teniendo fija la mirada en el Crucificado” - Papa Francisco



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 2



Despréndete de alguna prenda para dársela a los pobres.

“Así como el agua mata al fuego, así la caridad al pecado” - San Juan de Dios

“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 3



Ayuna un tiempo de comida para dáselo a un indigente.

“La mejor manera de descubrir si tenemos el amor de Dios es ver si amamos a nuestro prójimo” - Santa Teresa de Jesús



“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 4



Pide la intercesión de San Juan Pablo II por la paz en Honduras.

«La paz exige cuatro condiciones esenciales: Verdad, justicia, amor y libertad» - San Juan Pablo II



“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 5



Participa de la Eucaristía con tu familia.

Sólo por hoy no tendré temores. De manera particular no tendré miedo de gozar de lo que es bello y de creer en la bondad» - San Juan XXIII



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 6



Lee tu Biblia en un lugar nuevo, para tener una nueva perspectiva.

Sólo por hoy no tendré temores. De manera particular no tendré miedo de gozar de lo que es bello y de creer en la bondad» - San Juan XXIII



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 7



Se un signo de esperanza para los demás, ayudando a alguien que lo necesite

*“Sólo Cristo puede ser nuestra esperanza cierta. Este es el anuncio que los cristianos estamos llamados a difundir cada día con nuestro testimonio” -
Benedicto XVI*



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 8



Ora por el ministerio
y salud del Papa
Francisco

"Rezar no es pensar mucho, sino amar mucho" - Santa Teresa de Jesús



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 9



**Visita a Jesús
Sacramentado y pide
por tu párroco.**

*"El sacerdocio es el amor del corazón de Jesús" - San
Juan María Vianney*



“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 10



Realiza tu examen de conciencia y busca la confesión

“La confesión y la contrición son tan bellas y de tan buen olor, que borran la fealdad y disipan el hedor del pecado” - San Francisco de Sales



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 11



**Peregrina a la Catedral
en este Año Jubilar**

“La oración da un corazón transparente. Y un corazón transparente puede ver a Dios” - Santa Teresa de Calcuta



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 12



Reza un misterio del Rosario por aquellos que sufren

"¡Amen a la Virgen y háganla amar! ¡Reciten siempre el Rosario!" - San Pío de Pietrelcina



“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 13



**Agradece a alguien
que te haya ayudado**

“Jesús no pide grandes hazañas, sino únicamente abandono y gratitud” - Santa Teresita del Niño Jesús



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 14



Reza el Credo y pide por la unidad de la Iglesia

“La fe es creer lo que aún no ves. La recompensa por esta fe es ver lo que crees” - San Agustín de Hipona



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 15



Ora por tu padre y dedica tiempo a escucharle

“El verdadero tesoro de un padre es su familia. Su amor y dedicación hacia su esposa y sus hijos es un regalo invaluable.” - Papa Francisco



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 16



Invita a misa a algún familiar o amigo que esté alejado de Dios.

“El alma para vencer la potencia del demonio no lo podrá conseguir sin oración ni podrá entender sus engaños sin mortificación y sin humildad” - San Juan de la Cruz



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 17



Recolecta ropa y víveres para los pobres

“No dejes para mañana el bien que puedas hacer hoy. Quizás no haya un mañana” - San Juan Bosco



“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 18



Dedica tiempo a descubrir la fe de un Santo leyendo sus escritos.

“No dejes para mañana el bien que puedas hacer hoy. Quizás no haya un mañana” - San Juan Bosco



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 19



**Realiza Lectio Divina
del Evangelio del Día**

"Dichoso quien no tiene más gozo y alegría que las palabras y obras del Señor" - San Francisco de Asís



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 20



Comparte en tus redes sociales la vida de tu santo favorito

“Hagamos que Internet sea un lugar rico de humanidad y seguro para los menores, una red que no aprisiona, sino que ayuda a crecer” - Papa Francisco



“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 21



Ora por las mujeres que están esperando un hijo y por aquellos niños que no pudieron nacer

"Las madres están más cerca de Dios Creador que cualquier otra criatura" - Santa Teresa del Niño Jesús



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 22



Lee un pasaje del Evangelio sobre la Pasión de Jesús para conocer más de Él.

“La Pasión de Jesucristo es el medio mejor para llevar a la conversión a las almas, aun a las más empedernidas” - San Pablo de la Cruz



“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 23



Siembra una planta y pide por la creación

“La naturaleza es el lenguaje de Dios, donde podemos escuchar su voz y su amor” - San Francisco de Asís



“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 24



Busca aprender algo nuevo sobre tu fe

“Nada les falta a los que tienen el temor de Dios” - San Francisco de Paula



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 25



**Colabora con el aseo
de tu templo parroquial**

"Preserva el orden y el orden te preservará" - San Bernardo



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 26



Cumplir mis responsabilidades con alegría y sin quejarme.

"Cuando tengas orden se multiplicará tu tiempo, y, por tanto, podrás dar más gloria a Dios, trabajando más en su servicio" - San Josemaría Escrivá



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 27



**Llama a un consagrado
y agradécele por su
entrega a Dios**

*“Un santo es un pecador que lo sigue intentando” -
San Josemaría Escrivá*



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 28



Ayuna de tus redes sociales y comparte con tus amigos

“Tu lucha silenciosa hace ruido en el cielo” - San Pío de Pietrelcina

“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 29



Compra un plato de comida y dalo a los pobres

“Debes mostrar misericordia al prójimo siempre y en todas partes. No puedes dejar de hacerlo, ni excusarte, ni justificarte” - Santa Faustina Kowalska



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 30



Ayuda en la catequesis de tu parroquia

“El catequista es como un alfarero que tiene que modelar al barro, pero el barro le resiste y le rechaza; pero si el alfarero es bueno, lo conseguirá” San Juan de Ávila



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 31



Reza el Salmo 50 de rodillas

“Para llegar al conocimiento de la verdad hay muchos caminos: el primero es la humildad, el segundo es la humildad y el tercero es la humildad” -San Agustín de Hipona



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 32



Visita un asilo de ancianos y escucha a los abuelos

“El amor se ha de poner más en las obras que en las palabras” - San Ignacio de Loyola



“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 33



Visita una imagen del Nazareno y pide por tu conversión

“Preocúpate por tus propios pecados, porque Dios no te va a preguntar por los pecados de los demás” - San Vicente de Ferrer



“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 34



Regala una camándula a alguien para que rece el Rosario

“No hay gente débil y gente fuerte en lo espiritual, sino gente que no reza y gente que si sabe rezar” - San Alfonso María de Liguorio



“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 35



Visita a un enfermo

“Amemos, porque para eso está hecho nuestro corazón” - Santa Teresita del Niño Jesús



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 36



Lee la vida de un santo

“No busques ser grande o importante a los ojos de los hombres, sino a los ojos de Dios” - San Martín de Porres



“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 37



**Pide perdón a quien
hayas ofendido**

"Todo el bien que hagamos, hay que hacerlo por amor a Dios, y el mal que evitemos hay que evitarlo por amor de Dios" - San Francisco de Sales



“Laminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 38



**Participa del Santo
Vía Crucis**

*“La Cruz es la escuela del amor” - San Maximiliano
Kolbe*



“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 39



**Reza el Magníficat,
meditando su
contenido**

"María es el camino más seguro, el más corto y el más perfecto para ir a Jesús" - San Luis de Monfort





“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

Día 40



Participa del Domingo de Ramos

"María es el camino más seguro, el más corto y el más perfecto para ir a Jesús" - San Luis de Monfort



FECHAS A TOMAR EN CUENTA

MIÉRCOLES DE CENIZA	05 MARZO
1^{er} DOMINGO DE CUARESMA	09 MARZO
2^{do} DOMINGO DE CUARESMA	16 MARZO
3^{er} DOMINGO DE CUARESMA	23 MARZO
4^{to} DOMINGO DE CUARESMA	30 MARZO
5^{to} DOMINGO DE CUARESMA	06 ABRIL
DOMINGO DE RAMOS	13 ABRIL



SUYAPAMEDIOS



Cuaresma

“Caminemos a la Pascua con Esperanza”

“Caminemos a la Pascua con Esperanza”



Cuaresma