



# ARQUIDIÓCESIS DE TIJUANA DIMENSIÓN DE CATEQUESIS



# CUARESMA 2024

"CATEQUISTAS"  
SUBAMOS A LA  
CUMBRE DE LA  
MISERICORDIA,  
VIVIENDO EN  
LA FE,  
ESPERANZA Y  
CARIDAD.



Esta cuaresma proponemos una escalada hacia la cumbre de la misericordia, culmen del amor hasta el extremo, la pasión, cruz y resurrección de Jesucristo.

Cada año la cuaresma nos invita a buscar la auténtica realidad de nuestra felicidad, nuestro anhelo más profundo es gozar de la presencia de Dios, y actuar según Él ha pensado para cada uno de nosotros. La Cuaresma es un tiempo de paso, de esperanza, de camino, hacia un punto culminante, Jesucristo.

Para ello, te proponemos una travesía interior, una “escalada cuaresmal”, que, como toda escalada, necesita que vayamos ligeros de equipaje, bien calzados. Con las herramientas propias de la actividad que vamos a desarrollar: ayuno, limosna y oración; y junto a toda la Iglesia unida en fe, esperanza y caridad.

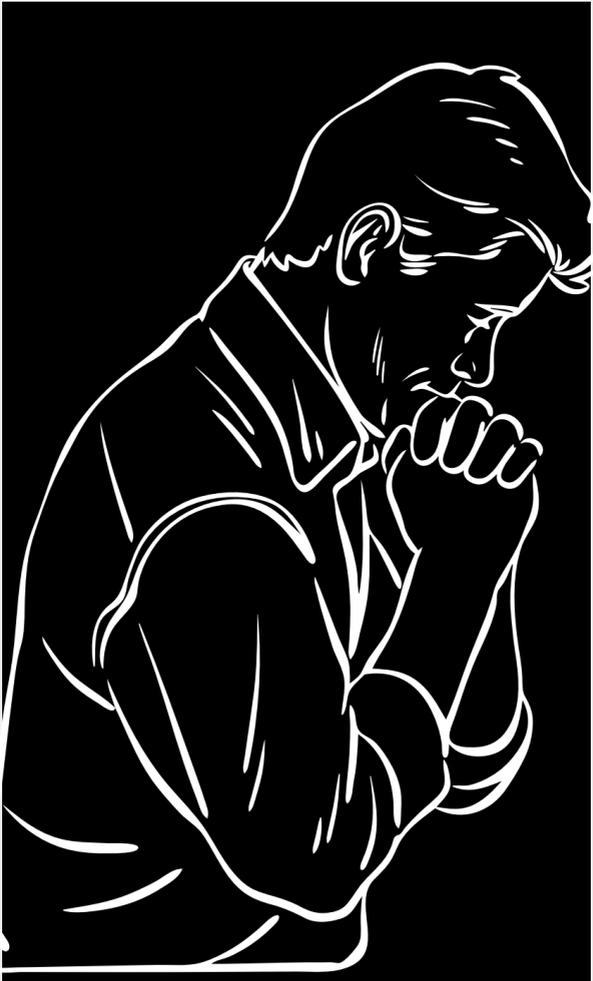
Necesitaremos coordinar nuestro cuerpo, mente y corazón para conseguir cumplir los objetivos, alcanzar la cima, descubrir el misterio de la cruz. Además de este camino hacia la cruz, iremos profundizando en la experiencia de la misericordia, como manifestación infinita del amor divino hacia los que nos quedamos sin aliento y sin esperanza en el camino, y la que debemos propagar para hacer cumplir su voluntad como Padre bueno.



# “Renuncia al ‘MI’”

Comenzamos nuestro caminar con un pequeño juego de palabras: Renuncio a los “mi” para encontrar a mi auténtico “yo”. A medida que vamos renunciando a nuestras posesiones y egoísmos, vamos dejando que cale la acción del Espíritu Santo en nosotros. En este despojo de nuestros “mis” (mi fuerza, mi poder, mi tener) y en la escucha y aceptación de la voluntad de Dios es donde radica la esencia de la auténtica conversión.

Mc. 1,12-15



Jesús fue guiado hacia el desierto. En su camino fue tentado por el diablo. En todas las respuestas de Jesús aparece una misma clave: “Está escrito, está mandado”. La Palabra de Dios ya ha sido revelada para nosotros, y en ella está escrita la voluntad del Padre. Hay que abrir el corazón y convertirlo para escuchar su voz y no sucumbir a las tentaciones. Jesús contrarrestó el egoísmo, la vanidad y la ambición con la solidez de la Palabra de Dios, sin embargo, nosotros apenas conseguimos superar nuestras faltas con palabras que se lleva el viento.

Dejémonos de promesas y comencemos a actuar, es tiempo de cambiar. Jesús es el pan de vida que viene a salvarnos, a librarnos de las ataduras del pecado. Sigámosle.

## Mis “mi” en el desierto

**Necesitaremos: una hoja de papel y bolígrafo**

**En un cuadrado de papel, o tamaño cuartilla, dibujen cómo ven el desierto.**

**Escriban en él todas las cosas que le distraen de estar con Dios, o con los que lo necesitan. Pueden dibujar carteles. Comienzan todas estas cosas por la palabra “mi” o “mis” por ejemplo: mi tele, mi pereza, mi egoísmo, mi ‘play’, mi ratito en el sofá, mi control del mando, mi prepotencia.**

**¿En qué tenemos que transformar cada uno de estos “mis” para poder acercarme más a Dios y a mis hermanos? Reúne todos los papeles dibujados y los arrugarás para significar la intención de comenzar un camino nuevo de conversión.**

**Escuchar la canción de Juanes: “Es tiempo de cambiar”**

**¿Cómo podemos relacionar esta canción con la cuaresma?**

**Hacemos eco de la Palabra de Dios.**

- ¿Por qué se retira Jesús al desierto?
- ¿Qué le propone el diablo a Jesús?
- ¿Qué contesta Jesús?
- ¿Cuándo nos sentimos nosotros tentados? ¿Cuál es nuestra respuesta a esta tentación?
- ¿Qué necesitamos para vencer la tentación?

# Mis primeros compromisos

**Necesitaremos:** Papel, lápices o colores. Desarrollo: Vamos a dibujar en media hoja de papel el perfil de una gran montaña.

¿Qué vamos a necesitar para el camino?

Dibujamos una ruta por la montaña hasta la cruz, con varios puntos en el camino. En cada punto escribimos un compromiso para esta cuaresma, sin olvidar intensificar nuestra oración individual, nuestro ayuno particular y nuestra limosna.

Ayuno, limosna y oración vividos con fe, esperanza y caridad, nos ayudan a descubrir quiénes somos, dónde encontramos a Dios, cómo podemos escucharle, cómo practicamos la misericordia.

## “Silencio y Escucha”

### Mc. 9,2-10

Jesús sube a lo alto del monte para encontrarse con el Padre. Cuántas veces nos vemos envuelto en nuestros propios afanes diarios, pensamientos, preocupaciones, ruido, luchas, justificaciones de nuestra pereza, etc. En estos momentos, siempre nos vendría bien subir una montaña, y contemplar la ciudad desde lo alto, escuchar de lejos el murmullo, dejar los problemas ahí abajo, y contemplar.

### Actividad



En esta semana te invito a hacer momentos de silencio. Hacer silencio exterior es muy complicado, pero hacer silencio interior lo es también, quizás más. Porque tenemos que procurar no pensar, liberarnos de distracciones, solo sentir, y dejarnos acariciar por el susurro del Espíritu Santo, esto es un tipo de oración.

- ¿Qué hemos sentido o pensado durante el tiempo de silencio?
- ¿Es incómodo el silencio? Hay un momento de incomodidad en el silencio que no sabemos que hacer, una vez superado somos capaces de saborearlo y disfrutarlo, ahí es donde empieza nuestra oración contemplativa.

Hacemos eco de la Palabra.

- ¿Con quién se fue Jesús a orar a la montaña? ¿Qué les pasaba a los discípulos cuando rezaban? ¿A qué otra escena nos recuerda esto?
- ¿Quiénes aparecieron hablando con Jesús?
- ¿Cuáles fueron los sentimientos de los discípulos de Jesús a lo largo del pasaje?
- ¿Cuándo nos sentimos nosotros así?
- ¿Qué les dice Dios a los discípulos? ¿Qué quiere decirles?

Dios nos dice que no pongamos las tiendas, sino que salgamos ayudar a los que lo necesitan, que vayamos a anunciar a Jesús para que todos lo escuchen

- ¿Qué tenemos que hacer nosotros?

## “Reconcilia Incondicionalmente”

Jn. 2,13-25

Esta semana te invito a reconciliarte contigo y con los demás, recuerda: En este texto Jesús no comete injusticias nos hace tomar consciencia de lo que debemos tomar en cuenta.

A Dios no le gusta la injusticia, ni la opresión, nos llama a nosotros para que nos deshagamos de lo que nos oprime el corazón, de lo que nos impide acercarnos para amar, y por medio de su hijo Jesucristo, nos libera del pecado y junto con él y la acción del Espíritu Santo podamos decir ABBA, “papaíto”.

Nuestra conversión está encaminada a una poda de lo malo de nuestras vidas, de los lastres. Esto requiere arrepentimiento y reconciliación. Por otra parte, necesitamos de tierra buena para crecer con fuerza, necesitamos arraigarnos fuertes en Jesús, escuchando su Palabra. Es una semana propicia para poner en práctica el Sacramento de la Reconciliación.

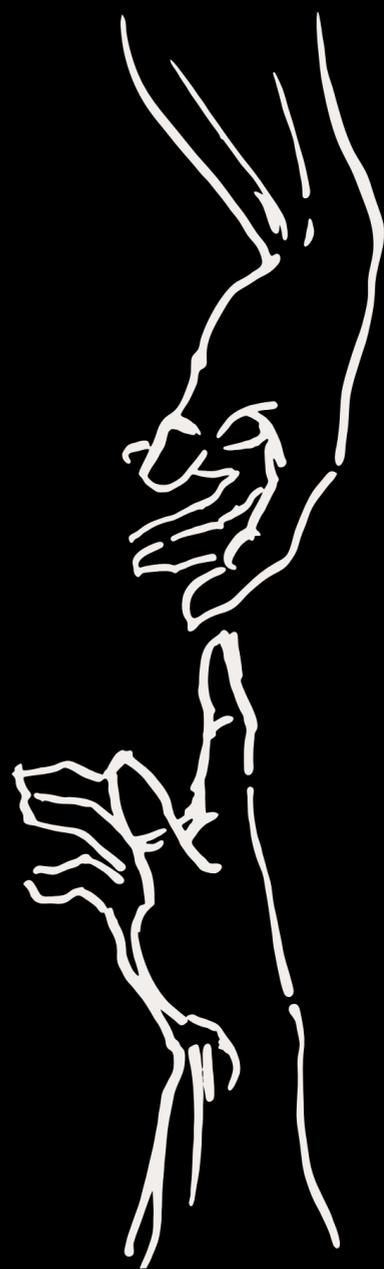
## “Dios nos ama con todo su corazón”

Jr 31,3

Esta semana, tenemos por objeto descubrir el corazón de la cuaresma: el abrazo del Padre es la catequesis central de nuestra vida. Para esto se nos llama, para que anunciemos al mundo que “Dios nos ama con locura”. El corazón de Dios es tan grande que cabemos todos, hasta con nuestras cargas y dificultades, y cuanto antes nos demos cuenta de ello, antes podremos contagiar nuestra fe.

- ¿Hemos necesitado alguna vez que alguien nos abrazara?
- ¿Cuándo nos abraza Dios?
- ¿Qué podemos decirles a otros sobre el abrazo de Dios?

Te invito en esta semana a compartir un abrazo con aquellas personas que sabes necesitan que alguien les comparta con amor un abrazo desde el corazón.



# “Déjate querer por Jesús”

## Is 23, 1-5

En esto está el poder de Dios, aquí se nos revela su tierna misericordia. En vez de condenar, Jesús perdona y anima a la conversión.



### Actividad:

En un frasco poner durante el día palabras de amor. Para ello tener papeles de colores recortados e ir escribiendo cada acto que realices de amor y con amor. Al final de cada día, antes de dormir, hacer un examen de conciencia y sacar los papeles que escribiste y pedir la gracia de seguir viviendo en amor contigo y con los demás. Así cada día vas repitiendo esta pequeña actividad. Si retrocediste en algún momento pide perdón y sigue adelante.

**El amor triunfa sobre el pecado, siempre. Jesucristo es el triunfo definitivo del amor sobre el pecado.**

**Gracias, Señor, me siento amado y perdonado.**

**Gracias, Señor, por tu perdón.**

**Has cambiado mi luto en danza.**

**Ha salido de nuevo el sol. Gracias, Señor.**

**Y yo creía que no podría de este pozo nunca salir y Tú lo has hecho por mí. Y yo creía que no podría volver a tener ilusión. Ahora me basta tu amor.**



### CATEQUISTA:

**Recuerda que para llegar a la resurrección, necesitamos pasar la pasión y muerte. Y será la cumbre de nuestras alegrías. ¡Dios te bendiga!**