

CANTOS DE CUARESMA

DANOS UN CORAZÓN

Danos un corazón, grande para amar
Danos un corazón, fuerte para luchar
Hombres nuevos, creadores de la historia
Constructores de nueva humanidad

Hombres nuevos, que viven la existencia
Como riesgo de un largo caminar
Hombres nuevos, luchando en esperanza
Caminantes, sedientos de verdad

Hombres nuevos, sin frenos ni cadenas
Hombres libres que exigen libertad
Hombres nuevos, amando sin fronteras
Por encima de razas y lugar

Hombres nuevos, al lado de los pobres
Compartiendo con ellos techo y pan

ENTRE TUS MANOS

Entre tus manos está mi vida Señor,
entre tus manos pongo mi existir.
Hay que morir para vivir,
entre tus manos confío mi ser.

Si el grano de trigo no muere,
si no muere sólo quedará,
pero si muere en abundancia dará
un fruto nuevo que no morirá.

AGUA DE VIDA

Vengan a mí los sedientos
Y los que sufren dice el señor
Vengan a mí con sus penas
Con sus dolores
Yo soy su Dios

Yo soy el agua de vida
Y los que me tomen jamás tendrán sed
Yo soy el Dios del consuelo
Y a quienes me busquen yo consolaré

Vengan a mí con sus yerros
Que sus pecados yo perdonaré
Vengan a mí humildemente
Y mi misericordia yo les mostraré
Yo tomaré su pecado
Y en el hondo océano lo sepultaré
Y más blanca que la nieve
Su alma radiante yo la dejaré

Yo soy el agua de vida
Y los que me tomen jamás tendrán sed
Yo soy el Dios del consuelo
Y a quienes me busquen yo consolaré.



Viviendo la Cuaresma Como Un Proceso de Conversión



“La familia forma parte de la Iglesia, de los bautizados, de los hijos de Dios, y todos estamos llamados a la santidad. En cuaresma se nos intensifica este llamado a la conversión, al cambio de vida, a corregir los errores cometidos, por eso, como familia estamos llamados a aprovechar ese tiempo”

Escuela de formación del matrimonio animador, 22 febrero 2026

SEGUNDA SEMANA DE CUARESMA DEL 21 AL 28 DE FEBRERO

Reflexión: "Al Desierto con Jesús: Conversión en Pareja"

Queridos hermanos

En esta segunda semana de Cuaresma, el Evangelio del domingo pasado (Mc 1, 12-15) nos lleva al desierto con Jesús: "El Espíritu impulsó a Jesús al desierto. Estuvo en el desierto cuarenta días, tentado por Satanás. Estaba con las fieras y los ángeles le servían". Allí, Jesús vence las tentaciones y anuncia: "El tiempo se ha cumplido y el Reino de Dios está cerca. **Convertíos y creed en el Evangelio**".

Como esposos, nuestro "desierto" son esos momentos de prueba en el matrimonio: discusiones, cansancio o tentaciones que nos alejan del amor. Pero Jesús nos impulsa con su Espíritu, y los ángeles (gracia de Dios) nos sirven. Juntos, podemos convertirnos: dejar el pecado, creer en el Reino y construir un hogar donde Dios reine. ¿Entramos al desierto esta semana, de la mano, para salir más unidos?

Palabra de Dios para meditar:

"Convertíos y creed en el Evangelio" (Mc 1, 15).

Dinámica grupal: "Cadena del Desierto" (20-30 minutos)

1. **Formen un círculo:** Cada pareja se sienta junta, de la mano. Un matrimonio inicia leyendo el Evangelio en voz alta.
2. **Compartan en parejas (5 min):** Reflexionen: "¿Cuál es nuestro 'desierto' esta semana? ¿Qué tentación vencemos juntos?" **Escriban un compromiso concreto**, como: "Ayunar de una queja diaria y reemplazarla con una palabra de bendición".
3. **Cadena de compromisos (10 min):** Cada pareja comparte su compromiso (uno por vez). El siguiente responde: **"Nos unimos en oración por su conversión"**, y luego continuamos la cadena con diciendo nuestro propio compromiso, el siguiente matrimonio continua, formando una cadena simbólica tomándose de las manos.
4. **Cierre orante (5 min):** Oren juntos: "Señor, que tu Santo Espíritu nos impulse al desierto, cada vez que necesitemos crecer y ser mejores, que nuestras crisis sirvan para fortalecer nuestra unión a Ti, danos la gracia de poder comprender tu Palabra, creer y hacerla vida. Amén".

Compromiso de acción para esta semana:

Lleven su compromiso escrito. Al final de la semana, compartan en el grupo cómo el Espíritu los sirvió.

¡Convirtámonos juntos y hagamos presente el Reino en nuestros hogares!

Amén.

TERCERA SEMANA DE CUARESMA DEL 1° AL 7 DE MARZO

Reflexión: "Agua Viva en Nuestro Matrimonio"

Queridos hermanos

En esta tercera semana de Cuaresma, el Evangelio (Jn 4, 5-42) nos presenta a Jesús junto al pozo de Jacob, hablando con la samaritana: "Dame de beber". Él revela: "El agua que yo te daré se convertirá en manantial que salta para vida eterna" y se declara el Mesías. Esta mujer, con su historia de sed insaciable, encuentra en Jesús el agua viva que transforma su vida y la de su pueblo.

En el matrimonio, nuestra "sed" son el cansancio, las heridas o las rutinas que nos secan. Jesús nos invita a adorarlo "en espíritu y verdad", saciando nuestra unión con su gracia. Como la samaritana, esta semana, pidamos a Jesús que nos dé su agua de vida, para renovar nuestro hogar.

Dinámica grupal: "Rueda del Pozo" (20-30 minutos)

1. **Formen una rueda:** Cada pareja se para en círculo, de la mano con la pareja vecina (como radios de un pozo). Un matrimonio lee el Evangelio clave (Jn 4, 7-14.26).
2. **Compartan en parejas (5 min): "¿Cuál es nuestra 'sed' conyugal? ¿Cómo nos sacia Jesús?"** Anoten un compromiso concreto, como "Compartir 10 min diarios de escucha y oración para saciar la sed de dialogo conyugal".
3. Las 5 parejas forman un círculo grande, cada esposo/esposa toma la mano de la pareja vecina (mano derecha con pareja derecha, mano izquierda con pareja izquierda). **Quedan frente al centro imaginario del "pozo"**.
4. Turno 1 (Pareja A): El esposo o esposa de la primera pareja dice fuerte hacia el centro: "¡Jesús, nuestra sed es el cansancio diario! Nos comprometemos a 10 min de escucha mutua".
5. Respuesta grupal: TODOS giran sus manos unidas hacia arriba y dicen: **"Señor, dales el agua viva de tu gracia"** (como sacando agua del pozo).
6. Paso al siguiente: Toda la rueda gira suavemente hacia la derecha (como las agujas del reloj), quedando la Pareja B frente al "centro".
7. Turno 2 (Pareja B): "¡Jesús, nuestra sed son las heridas del pasado! Nos comprometemos a pedir perdón cada noche". TODOS responden: **"Señor, dales el agua viva de tu gracia"** y giran las manos.
8. Continúan los otros matrimonios siguiendo el mismo patrón: compromiso al centro → respuesta grupal → giro a la derecha.
9. Ritmo: Cada turno toma 1.5-2 minutos. El movimiento y la respuesta coral crean ambiente festivo y unidad.
10. **Cierre orante (5 min):** En la rueda, recen: Padre misericordioso, danos el agua viva de tu Hijo para adorarte en espíritu y verdad. Virgen María, eres la llena de gracia, intercede por nuestra sed conyugal, familiar y comunitaria, para que juntos podamos saciarnos y anunciar que tu hijo Jesús es el Mesías Salvador. Amén. Terminen con bendición mutua.

Compromiso de acción para esta semana:

Guarden su compromiso escrito. Al final de la semana, compartan frutos en el grupo. ¡Dejemos que el manantial de agua viva de Jesús sacie la sed en nuestros matrimonios!