

# Diócesis de Barbastro-Monzón

*Te he amado (Ap 3, 9)*



*A pesar de tu debilidad*

*“Proclama mi alma la grandeza del Señor”*  
(Lc 1, 46)

**1**

**Primera semana de Cuaresma  
2026**

## ***Comenzamos rezando***

---

La primera exhortación apostólica del papa León XIV comienza con las palabras “*Te he amado*”, que el vidente del Apocalipsis dirigió a una comunidad cristiana de poca importancia y despreciada, poniendo de manifiesto que el Señor la amaba a pesar de su debilidad. La intención del Pontífice, con su exhortación programática, ha sido la de recordarnos que el amor hacia los pobres es un compromiso ineludible de la Iglesia de Jesús.

Cuando la Virgen María supo que su pariente Isabel estaba embarazada, fue aprisa a visitarla en la montaña y cuando llegó, Isabel saludó a María diciendo: «¡Feliz la que ha creído que se cumplirán las cosas que le fueron dichas de parte del Señor!», y María, consciente de lo que el Señor había hecho en ella, exclamó: «Derribó a los poderosos de su trono y elevó a los humildes. Colmó de bienes a los hambrientos y despidió a los ricos con las manos vacías» (Lc 1, 52-53). El Papa, al recordarnos las palabras del Apocalipsis y de Santa María, ha pretendido hacer suya la estela marcada por el papa Francisco y seguirla, invitándonos a percibir la conexión que existe entre el amor a Cristo y su llamada a acercarnos a los pobres diciendo:

«Al reconocerlo en los pobres y sufrientes se nos revela el corazón de Cristo, sus sentimientos y opciones más profundas, con las cuales todo santo intenta configurarse».

Durante esta Cuaresma examinaremos cuál es nuestra actitud hacia los pobres y, guiados por las apremiantes

enseñanzas del Papa, pediremos al Señor la gracia de configurarnos con las opciones del corazón de Cristo. Nos ponemos en camino hoy por la senda de la oración cuaresmal contemplando el amor con el que Cristo nos ama, ayudados por las palabras de esta canción, que escuchamos como si nos fueran dichas por el mismo Cristo a cada uno de nosotros:

*Cuánto he esperado este momento,  
cuánto he esperado que estuvieras aquí,  
cuánto he esperado que me hablaras,  
cuánto he esperado que vinieras a mí.*

*Yo sé bien lo que has vivido,  
yo sé bien por qué has llorado,  
yo sé bien lo que has sufrido,  
pues de tu lado no me he ido*

*Pues nadie te ama como yo,  
pues nadie te ama como yo.*

*Mira la cruz, esa es mi más grande prueba,  
nadie te ama como yo,  
pues nadie te ama como yo,  
pues nadie te ama como yo.*

*Mira la cruz, fue por ti, fue porque te amo,  
nadie te ama como yo.*

*Yo sé bien lo que me dices,  
aunque a veces no me hablas.  
Yo sé bien lo que en ti sientes,  
aunque nunca lo compartas.*

*Yo a tu lado he caminado,  
junto a ti yo siempre he ido,  
aún a veces te he cargado.  
Yo he sido tu mejor amigo,  
Pues nadie te ama como yo  
pues nadie te ama como yo.  
Mira la cruz, esa es mi más grande prueba.  
Nadie te ama como yo,  
pues nadie te ama como yo,  
pues nadie te ama como yo.  
Mira la cruz, fue por ti, fue porque te amo.  
Nadie te ama como yo, como yo, como yo...*

*(Letra y música de Martín Valverde. Hay versión musical en YouTube)*

---

## ***Más allá de la beneficencia***

---

El Papa nos recuerda que para aliviar las carencias de los pobres no basta con dar una limosna, aunque sea cuantiosa, sino que hay que atreverse a descubrir que Cristo se nos manifiesta en esos pobres, cuyas carencias socorremos. En unos párrafos muy hermosos, el Papa recuerda el episodio que tuvo lugar en casa de Simón el leproso, en Betania, (Mt 26, 6-13), cuando una mujer ungíó a Jesús con un perfume muy caro y algunos discípulos criticaron lo que consideraron un despilfarro, porque, según ellos, aquel perfume se podía haber vendido a buen precio para socorrer a los pobres. Recordando este hecho, el Papa advierte:

«Aquella mujer había comprendido que Jesús era el

Mesías humilde y sufriente sobre el que debía derramar su amor. ¡Qué consuelo ese ungüento sobre aquella cabeza que algunos días después sería atormentada por las espinas! Era un gesto insignificante, ciertamente, pero quien sufre sabe cuán importante es un pequeño gesto de afecto y cuánto alivio puede causar. La sencillez de este gesto revela algo grande. Ningún gesto de afecto, ni siquiera el más pequeño, será olvidado, especialmente si está dirigido a quien vive en el dolor, en la soledad o en la necesidad, como se encontraba el Señor en aquel momento. Y es precisamente en esta perspectiva que el afecto por el Señor se une al afecto por los pobres. Aquel Jesús que dice: “A los pobres los tendréis siempre con vosotros” expresa el mismo concepto que cuando promete a los discípulos: “Yo estaré siempre con vosotros”. Y al mismo tiempo nos vienen a la mente aquellas palabras del Señor: “Cada vez que lo hicisteis con el más pequeño de mis hermanos, lo hicisteis conmigo”. El contacto con quien no tiene poder ni grandeza es un modo fundamental de encuentro con el Señor de la historia. En los pobres, Él sigue teniendo algo que decirnos».

---

## ***Un necesario cambio de mentalidad***

---

El grito de los pobres interpela nuestro modo de pensar y de vivir. Sobre este punto, el Papa se muestra muy rotundo, porque, a su juicio:

«Vivimos en una sociedad que a menudo privilegia

algunos criterios que orientan la existencia y la política hacia numerosas desigualdades y, por tanto, a las viejas pobrezas se agregan otras nuevas en ocasiones más sutiles y peligrosas. (...) Al compromiso concreto por los pobres también es necesario asociar un cambio de mentalidad que pueda incidir en la transformación cultural».

Pone aquí el dedo en una llaga, cuya hondura es preciso que aflore para que pueda ser curada. Fácilmente aceptamos con naturalidad que no es malo acumular riqueza y alcanzar el éxito social; la proliferación de las loterías y otros juegos de azar manifiesta que nos parece cosa natural el pensar que seremos felices si logramos una vida acomodada. También nos parece bien que se implanten sistemas políticos y económicos que producen riqueza, sin pararse a pensar que estos ideales sólo están al alcance de los más fuertes. Por ello, es necesario un cambio de mentalidad en cada uno de nosotros y en la sociedad. A este respecto, el Papa quiere que caigamos en la cuenta de que:

«En un mundo donde los pobres son cada vez más numerosos, paradójicamente, también vemos crecer algunas élites de ricos, que viven en una burbuja muy confortable y lujosa, casi en otro mundo respecto a la gente común. Eso significa que todavía persiste —a veces bien enmascarada— una cultura que descarta a los demás sin advertirlo siquiera y tolera con indiferencia que millones de personas mueran de hambre o sobrevivan en condiciones indignas del ser humano. (...) Cada día mueren varios miles de

personas por causas vinculadas a la malnutrición. En los países ricos las cifras relativas al número de pobres tampoco son menos preocupantes. En Europa hay cada vez más familias que no logran llegar a fin de mes. (...) Más allá de los datos —que a veces son “interpretados” en modo tal de convencernos que la situación de los pobres no es tan grave—, la realidad general es bastante clara: “Hay reglas económicas que resultaron eficaces para el crecimiento, pero no así para el desarrollo humano integral”. Aumentó la riqueza, pero con inequidad, y así lo que ocurre es que “nacen nuevas pobrezas”. (...) Los pobres no están por casualidad o por un ciego y amargo destino. Menos aún la pobreza, para la mayor parte de ellos, es una elección. Y, sin embargo, todavía hay algunos que se atreven a afirmarlo, mostrando ceguera y crueldad. Hay muchos —hombres y mujeres— que trabajan desde la mañana hasta la noche, a veces recogiendo cartones, aunque este esfuerzo sólo les sirva para sobrevivir y nunca para mejorar verdaderamente su vida. No podemos decir que la mayor parte de los pobres lo son porque no hayan obtenido “méritos”, según esa falsa visión de la meritocracia en la que parecía que sólo tienen méritos aquellos que han tenido éxito en la vida. También los cristianos, en muchas ocasiones, se dejan contagiar por actitudes marcadas por ideologías mundanas. (...) El hecho de que el ejercicio de la caridad resulte despreciado o ridiculizado, como si se tratase de la fijación de algunos y no del núcleo incandescente de la misión eclesial, me hace pensar que siempre es necesario volver al

Evangelio, para no correr el riesgo de sustituirlo con la mentalidad mundana».

Llegados a este punto, no podemos menos que hacer examen de conciencia para preguntarnos si también nuestro modo de pensar está infectado por esa cultura del éxito, por esa mentalidad mundana, que nos incorpora a una forma de vivir que genera el aumento del número de los pobres en el mundo. Hagamos este examen de conciencia mientras escuchamos la siguiente canción:

*Con vosotros está  
y no le conocéis.*

*Con vosotros está,  
su nombre es el Señor. (bis)*

*Su nombre es el Señor y pasa hambre,  
y clama por la boca del hambriento,  
y muchos que lo ven pasan de largo  
acaso por llegar temprano al templo.*

*Su nombre es el Señor y sed soporta,  
está en quien de justicia va sediento,  
y muchos que lo ven pasan de largo  
a veces ocupados en sus rezos.*

*Su nombre es el Señor y está desnudo,  
la ausencia del amor hiela sus huesos,  
y muchos que lo ven pasan de largo,  
seguros al calor de su dinero.*

*Su nombre es el Señor y enfermo vive,  
y su agonía es la del enfermo,  
y muchos que lo saben no hacen caso:  
“tal vez no frecuentaban mucho el templo”.*

*Su nombre es el Señor y está en la cárcel,  
Está en la soledad de cada preso,  
y nadie lo visita y hasta dicen:  
“Tal vez no era uno de los nuestros”.  
Su nombre es el Señor, el que sed tiene,  
quien pide por la boca del hambriento,  
está preso, está enfermo, está desnudo,  
pero él nos va a juzgar por todo eso.*

*(Letra y música de M. Manzano. Hay versión musical en YouTube)*

---

### **Para la reflexión personal y en grupo**

---

- ♦ ¿Mi actitud para con los pobres me lleva a ayudarlos en sus necesidades o me hace descubrir el rostro de Cristo que se me da a conocer en ellos?
- ♦ ¿Acepto con naturalidad que la felicidad es fruto de tener una vida acomodada o me voy convenciendo de que mi felicidad depende más del bien que soy capaz de hacer a los otros que de tener éxito social?
- ♦ ¿Vivo el encuentro con quienes no tienen poder ni grandeza como el camino para encontrarme con el Señor de la historia? ¿Cultivo estos cambios en mi manera de pensar?

---

Te he amado (Ap 6, 3)

---

## ***Guía para orar durante la Cuaresma***

### ***Para la primera semana***

*Del 22 al 28 de febrero*

#### ***Lecturas bíblicas para esta semana***

*Mc 1, 40-45: Curación de un leproso.*

“Te he amado”, nos dice el Señor. Experimentar que el Señor nos ha amado puede cambiar nuestra vida. Pero es un cambio tan grande que no es posible lograrlo con nuestras fuerzas. Debemos suplicar a Dios que nos descubra su amor a pesar de nuestra pobreza y debilidad. Dios nos ha amado tanto que nos ha entregado a su propio Hijo y nos ha hecho hijos suyos.

#### ***Oraciones para esta semana***

Dios, Padre nuestro, te bendecimos, te alabamos y te damos gracias porque nos has llamado a entrar en la luz maravillosa de tu amor y te has compadecido de nosotros.

Haz, Señor, que la fuerza del Espíritu Santo nos purifique y nos fortalezca, para que trabajemos por hacer más humana la vida de los hombres, sobre todo de los pobres y humillados.

Llénanos, desde el principio de esta Cuaresmas, de tu

amor y misericordia, para que en nuestra vida encontramos nuestro gozo en tener también amor y misericordia con los demás.

**Para orar con Mc 1, 40-45:**

Jesús, al hacerte hombre y vivir entre nosotros, has tocado la debilidad de nuestra carne.

*Gracias, Jesús, por tu amor.*

Cuando tocaste al leproso, derribaste, además, toda barrera entre Dios y nuestra impureza y nos mostraste que tu amor es más fuerte que el mal, incluso el más contagioso y temido.

*Gracias, Jesús, por tu amor.*

Tú nos enseñas que la voluntad de Dios Padre es curarnos del mal que nos desfigura y arruina nuestras relaciones, para que vivamos felices, como hijos de Dios y como hermanos.

*Gracias, Jesús, por curarnos.*

*Ayúdanos a ayudar a los demás.*

Inclina, Señor, tus oídos y escúchame,  
porque estoy afligido y muy necesitado.

Guarda mi alma, porque yo te amo,  
salva a tu siervo que confía en ti.

Tú eres mi Dios, ten piedad de mí, Señor,  
pues yo te invoco todo el día.

Alegra el alma de tu siervo cuando me dirijo a tí,  
pues tú eres, Señor, indulgente y bueno,  
rico en amor para todos los que te invocan;  
Escucha, Señor, mi oración,  
y atiende a la voz de mi súplica.

### ***Consejos para rezar con la Palabra de Dios***

- Antes de empezar a leer, invoca al Espíritu Santo para que te ayude a comprender.
- Lee el texto despacio, tratando de escuchar a Dios, como de persona a persona.
- Una vez leído, piensa: ¿qué me dice Dios con esta palabra?
- Para sentirte implicado, suprime los nombres propios y sustitúyelos por tu propio nombre.
- Termina con alguna de las oraciones indicadas en cada semana y rézala, si te es posible, con otros miembros de tu familia.

