

# No sólo de pan

*Reflexiones diarias para Cuaresma 2022*

Amy Ekeh y Thomas D. Stegman, SJ

*Traducido por*  
Luis Baudry-Simón



LITURGICAL PRESS  
Collegeville, Minnesota

[www.litpress.org](http://www.litpress.org)

*Nihil Obstat:* Reverend Robert Harren, J.C.L., *Censor deputatus*  
*Imprimatur:* ✠ Most Reverend Donald J. Kettler, J.C.L., D.D., Bishop  
of Saint Cloud, July 27, 2021

Diseño de portada por Monica Bokinskie. Arte de portada cortesía  
de Getty Images.

Leccionario I © 1976; Leccionario II © 1987; Leccionario III © 1993  
Comisión Episcopal de Pastoral Litúrgica de la Conferencia del  
Episcopado Mexicano. Todos los derechos reservados. Ninguna  
parte de esta obra puede ser reproducida o transmitida en cualquier  
forma o por cualquier medio, electrónico o mecánico, incluyendo  
fotocopias, grabaciones o cualquier sistema de almacenamiento y  
recuperación de información, sin el permiso por escrito del propie-  
tario del copyright.

Otros textos bíblicos de esta obra han sido tomados de la *Biblia La-  
tinoamérica* © 2004, San Pablo y Verbo Divino, y son usados con  
permiso del propietario de los derechos de autor. Todos los derechos  
reservados. Ninguna parte de la Biblia Latinoamérica puede ser  
reproducida en ninguna forma sin el permiso por escrito del propie-  
tario de los derechos de autor.

© 2021 por Amy Ekeh y Thomas D. Stegman, SJ  
Publicado por Liturgical Press, Collegeville, Minnesota. Todos los  
derechos reservados. Ninguna parte de este libro puede ser usada  
o reproducida de ninguna manera, excepto citas breves en las rese-  
ñas, sin el permiso escrito de Liturgical Press, Saint John's Abbey,  
PO Box 7500, Collegeville, MN 56321-7500. Impreso en los Estados  
Unidos de América.

ISSN: 2692-6423 (edición impresa); 2692-6458 (e-book)

ISBN: 978-0-8146-6676-0      978-0-8146-6677-7 (e-book)

## Introducción

La Cuaresma consiste en algo muy sencillo: volver a Jesucristo, y a éste crucificado (1 Cor 2, 2). La Cuaresma es nuestro tiempo para caminar con Cristo, para mirar hacia Jerusalén y acompañarlo hasta la cruz (Lucas 9, 51). La Cuaresma es nuestro tiempo para estar con el Señor crucificado y esperar en silencio con él el brillo de la resurrección.

Sin embargo, la Cuaresma es más que un paseo solitario con Jesús. No recorreremos solos este camino hacia la cruz. Caminamos como Iglesia. Caminamos como pueblo de Dios, como Cuerpo de Cristo (1 Cor 12, 27). Sí, todo lo que hacemos al recorrer este camino es con y para los demás. Esto es lo que significa seguir a Cristo, ser testigo de su muerte, conformarse a él y a su camino de amor que encarna la cruz. Significa reconocer que nos pertenecemos los unos a otros, que también debemos dar la vida por los demás. Lo aprendemos al pie de la cruz y lo llevamos con nosotros a la luz brillante de la Pascua.

Como Iglesia peregrina, miramos a la Liturgia diaria de la Palabra como un rico recurso para nutrirnos en nuestro viaje cuaresmal. El libro que tienes en tus manos contiene reflexiones, meditaciones y oraciones inspiradas en estas lecturas diarias de la Escritura. Cuando leas y reces con este libro cada día, te encontrarás con dos voces distintas —una de un sacerdote jesuita, la otra de una madre casada con cuatro hijos— voces de dos amigos y colegas cuyos diferentes caminos de vida se cruzan en un amor mutuo por la palabra

de Dios y un deseo compartido de explorar esa palabra con los demás.

Cada día, verás que uno de nosotros ha escrito una reflexión, y el otro ha respondido con una meditación y una oración. Esperamos que esta conversación continua, esta mezcla diaria de voces y perspectivas, haya enriquecido nuestra presentación y te atraiga al viaje con nosotros. Hemos sido bendecidos escribiendo juntos para ti, aprendiendo uno del otro y rezando uno por otro a lo largo del camino.

La Cuaresma ha llegado. ¿Qué vamos a hacer con este tiempo santo? ¿Será como otras Cuaresmas, o será diferente? ¿Cómo enfocaremos nuestras mentes y corazones para aprovechar al máximo este tiempo sagrado?

Ha llegado la Cuaresma. Emprendamos juntos este viaje.

Amy Ekeh  
Thomas D. Stegman, SJ

# REFLEXIONES

## Practicar la fe

**Lecturas:** Jl 2, 12-18; 2 Cor 5, 20-6, 2; Mt 6, 1-6. 16-18

**Escritura:**

Ahora es el tiempo favorable; ahora es el día de la salvación (2 Cor 6, 2)

**Reflexión:** Mi primer recuerdo de recibir las cenizas de nuestro párroco, cuando era un niño en la escuela, sigue siendo vívido. Su pulgar presionó generosamente sobre mi frente; varias partículas cayeron como polvo ante mis ojos. Lo que más recuerdo son las palabras que rezó, tan inquietantes para mis jóvenes oídos: “Recuerda que eres polvo y al polvo volverás”. Esas palabras ciertamente llamaron mi atención. ¿Volver al polvo?

También algunas líneas de nuestras lecturas nos llaman la atención. Las exhortaciones de Joel resuenan con un sentido de urgencia: “Toquen la trompeta en Sion, promulguen un ayuno, / convoquen la asamblea”. Pablo insta a los corintios a reconocer la importancia del momento: “*ahora* es el día de la salvación”.

Es apropiado que el Miércoles de Ceniza atraiga nuestra atención de forma tan dramática. Hoy nos embarcamos en nuestro viaje anual de Cuaresma en preparación para celebrar los acontecimientos sagrados de nuestra salvación: la ofrenda de Jesús de sí mismo en el amor, su resurrección y la efusión del Espíritu.

La lectura del Evangelio de hoy expone las prácticas tradicionales de la Cuaresma: la oración, el ayuno y la limosna. Estas prácticas tienen eficacia probada, aunque debemos tener en cuenta sus verdaderos propósitos. *Oración*: reservemos más tiempo en silencio para escuchar la palabra de Dios, para prestar atención a la presencia del Espíritu y a sus impulsos. *Ayuno*: reflexionemos honestamente sobre las diversas formas en que intentamos satisfacernos, y abramos espacios en nuestro interior para que Dios pueda llenarnos con lo que verdaderamente nos satisface. *Limosna*: demos gracias por las muchas maneras en que Dios ha sido generoso con nosotros e imitemos esa generosidad hacia los necesitados.

*Ahora* es el momento de practicar nuestra fe de nuevo. Tendremos mucho que celebrar al final del viaje.

—TS

**Meditación:** Hoy es un día de penitencia y de alegría. Nos detenemos para reconocer nuestra condición pecadora y nuestra necesidad de arrepentimiento. Al mismo tiempo, estamos muy orgullosos de ser marcados con la cruz. Esta marca no es vergonzosa; es nuestra identidad. Nosotros pertenecemos a Cristo, y él a nosotros. ¿Cómo proclamaremos esa identidad en esta Cuaresma, cuando las cenizas hayan caído?

**Oración:** Señor Jesucristo, acompáñanos en cada paso que demos en este camino de Cuaresma.

—AE

## Nosotros elegimos

**Lecturas:** Dt 30, 15-20; Lc 9, 22-25

**Escritura:**

[Moisés dijo al pueblo:]

“Hoy pongo delante de ti

la vida y el bien o la muerte y el mal” (Dt 30, 15)

**Reflexión:** El hijo pequeño de mi amiga Paula es prematuramente sabio. Tiene una forma de mirarla a los ojos, de ponerle una mano tranquila en el hombro y de decirle con toda naturalidad palabras fantásticas para vivir. Uno de los proverbios de Nick que repetimos en nuestra casa es: “*Siempre tienes una opción*”. Me recuerda algo que me dijo una vez un viejo profesor cisterciense: “El universo entero podría estallar en tu cara y seguirías diciendo que no”.

El poder del libre albedrío humano es asombroso. *Siempre* tenemos una opción. La lectura de hoy del antiguo libro del Deuteronomio nos lo recuerda. Moisés le dice a Israel, fiel y vacilante, que tienen ante sí una opción clara: la vida o la muerte, la bendición o la maldición. Para Moisés elegir es algo sencillo y directo: elegir la vida es amar a Dios, escuchar a Dios, “adherirse” a Dios (Dt 30,20). Este es el camino de la bendición.

Por supuesto, sabemos que en nuestro día a día estas opciones no siempre están tan claras. ¿Cómo amamos? ¿Cómo



escuchamos? ¿Cómo nos mantenemos firmes? ¿Cómo podemos, tal y como instruye Moisés, elegir la vida?

Puede que las respuestas a estas preguntas no estén claras en todas las circunstancias de nuestra vida, pero hay belleza y mérito en plantearlas. Y es muy valioso recordar nuestro propio poder, nuestro poder de elegir. A Dios nunca le interesaron los autómatas ni un pueblo coaccionado para amarlo. Dios sólo quiere nuestro amor si lo damos libremente.

Siempre tenemos una opción.

—AE

**Meditación:** La libertad de elegir puede, a veces, llevar a la parálisis, especialmente cuando hay tantas opciones. También puede ser una carga, ya que algunas decisiones tienen consecuencias importantes. Pero imagínate si no tuviéramos libertad de elección. Esa libertad es un don de Dios que, en su amor por nosotros, nos invita a responder, en las grandes y pequeñas decisiones, con amor.

**Oración:** Gracias, Señor, por el don de nuestra dignidad para elegir. Ayúdame, al comenzar este viaje cuaresmal, a ser consciente de todas las elecciones que hago. Inspírame para elegir el camino de la vida, por mi propio bien y por el bien de todos los que encuentro.

—TS