

# Buena Cuaresma Eco-teológica

2 marzo - 10 abril

COGE EL PLANETA POR LA MANO  
COGE EL SIGUIENTE POR LA MANO

...k, close by, or  
...way.  
...ey Longville.  
...ed car park (GR  
...with map, "GP"  
...ome of these and  
...hen ascend the  
...you meet a sign  
...ead, half right,  
...to (in quick  
...ootpath and over  
...oint; do not cross;

...bridge. There is



*Circolo Laudato Si' nelle Selve - Roma*

Parrocchia Natività di Maria Santissima



# Nos acompaña la Palabra de Dios, el Evangelio, que traza nuestros caminos y guía nuestras MANOS.

## 40 frases que nos acompañan, una por día

Vuestro Padre que ve en secreto os recompensará - Si alguno quiere venir en pos de mí, que se niegue a sí mismo - Cuando el novio les sea arrebatado, entonces ayunarán - Dejándolo todo, se levantó y le siguió - Fue llevado por el Espíritu al desierto, donde fue tentado por el diablo - A uno de estos hermanos más pequeños, me lo hicisteis - Vuestro Padre sabe lo que necesitáis - Hay uno más grande que Jonás - El que busca encuentra y al que llama se le abre - No mataréis - Amad a vuestros enemigos - Este es mi Hijo, el elegido, escuchadle - Una buena medida, apretada, llena y rebosante - El que se enaltece será humillado - ¿Qué queréis? - Los perros vinieron a lamer las llagas de Lázaro - Tendrán respeto por mi hijo - Debo atender los asuntos de mi Padre - Déjalo todavía este año - Nadie es profeta en su tierra - Hasta setenta veces - He venido a dar cumplimiento pleno - Quien no está conmigo está contra mí - He aquí la esclava del Señor - Quien se humilla será exaltado - Comamos y festejemos - Ve, tu hijo vive - Levántate, toma tu camilla y camina - El Hijo por sí solo no puede hacer nada - Tengo un testimonio más alto - Los dirigentes han reconocido que es el Cristo - Nunca un hombre ha hablado así - Quien de vosotros esté libre de pecado, El que esté libre de pecado que tire la primera piedra - Mi testimonio es verdadero - Habló del Padre - Conoceréis la verdad y la verdad os hará libres - Antes de que Abraham viniera al mundo, Yo existo - Lo que Juan dijo de él era verdad - Si le dejamos continuar, todos creerán en él - Este es mi cuerpo que se entrega por vosotros - Dejadlo estar - Uno de vosotros me traicionará - Lo habéis dicho - Entended lo que os he hecho - Está hecho - Ha resucitado.



## Cuaresma Eco-teológica



ak: close by. ...  
way.  
...y Longville  
...d car park (GR  
with map. "GR  
...ons of these and  
...hen ascend the  
you meet a sign  
...ad. half right  
...to (in quick  
...otpath and over  
oint; do not cross

...tbridge. There i  
...is southern bank

# Cuaresma Eco-teológica

1 mano = 5 dedos = 5 temas semanales

1. El tamaño adecuado

2. Un corazón abierto y generoso

3. Amistades verdes

4. La búsqueda de la sobriedad  
que nos hace felices

5. Ansiosos por cambiar  
la forma de actuar



# Cuaresma Eco-teológica

**1er domingo 06.03.22 - EVANGELIO**

Lucas 4, 1-13

Jesús volvió de las orillas del Jordán lleno del Espíritu Santo y se dejó guiar por el Espíritu a través del desierto, 2 donde fue tentado por el demonio durante cuarenta días. En todo ese tiempo no comió nada, y al final sintió hambre. 3 Entonces el diablo le dijo: «Si eres Hijo de Dios, manda a esta piedra que se convierta en pan.»

4 Jesús le contestó: «Dice la Escritura: El hombre no vive solamente de pan.»

5 Lo llevó después el diablo a un lugar más alto, le mostró en un instante todas las naciones del mundo 6 y le dijo: «Te daré poder sobre estos pueblos, y sus riquezas serán tuyas, porque me las han entregado a mí y yo las doy a quien quiero. 7 Si te arrodillas y me adoras, todo será tuyo.» 8 Jesús le replicó: «La Escritura dice: Adorarás al Señor tu Dios y a él sólo servirás.»

9 A continuación el diablo lo llevó a Jerusalén y lo puso en la muralla más alta del Templo, diciéndole: «Si tú eres Hijo de Dios, tírate de aquí abajo, 10 pues dice la Escritura: Dios ordenará a sus ángeles que te protejan; 11 y también: Ellos te llevarán en sus manos, para que tu pie no tropiece en ninguna piedra.» 12 Jesús le replicó: «También dice la Escritura: No tentarás al Señor tu Dios.»

13 Al ver el diablo que había agotado todas las formas de tentación, se alejó de Jesús, a la espera de otra oportunidad.





Cuaresma Eco-teológica

1er domingo 06.03.22

COMENTARIO

## EL TAMAÑO ADECUADO

El primer domingo de Cuaresma nos lleva al desierto para ser tentados. Las tentaciones se cuelan entre nuestras necesidades y deseos. Surgen de nuestro cuerpo y de su debilidad. El hambre es una necesidad pero también es un deseo y, al pensar en su misión, Jesús se encuentra con los diferentes tipos de hambre: el pan, todos los reinos, el templo. El hambre, si se convierte en deseo, nunca se sacia. Podemos refugiarnos en las Escrituras para establecer los límites adecuados y encontrar dentro de nosotros mismos la medida correcta.



El tamaño adecuado





Cuaresma Eco-teológica

1° Semana

# El tamaño adecuado

1. Cocino lo justo, sin excederme en las cantidades, no tiro la comida.

2. Llevar comida a los que no tienen (también a través de Cáritas parroquial)

3. Comprar alimentos ecológicos, no envasados y sin plástico.

Como más verduras y menos carne, sobre todo evitando la agricultura orgánica.

4. ¿Utilizo mi poder para hacer el bien?

5. ¿Utilizo mi riqueza en beneficio de los pobres?





# Cuaresma Eco-teológica

2° domingo 13.03.22 **EVANGELIO**

Lucas 9, 28 - 36

28 Unos ocho días después de estos discursos, Jesús tomó consigo a Pedro, a Santiago y a Juan y subió a un cerro a orar. 29 Y mientras estaba orando, su cara cambió de aspecto y su ropa se volvió de una blancura fulgurante. 30 Dos hombres, que eran Moisés y Elías, conversaban con él. 31 Se veían en un estado de gloria y hablaban de su partida, que debía cumplirse en Jerusalén.

32 Un sueño pesado se había apoderado de Pedro y sus compañeros, pero se despertaron de repente y vieron la gloria de Jesús y a los dos hombres que estaban con él. 33 Como éstos estaban para irse, Pedro dijo a Jesús: «Maestro, ¿qué bueno que estemos aquí! Levantemos tres chozas: una para ti, otra para Moisés y otra para Elías.» Pero no sabía lo que decía.

34 Estaba todavía hablando, cuando se formó una nube que los cubrió con su sombra, y al quedar envueltos en la nube se atemorizaron. 35 Pero de la nube llegó una voz que decía: «Este es mi Hijo, mi Elegido; escúchenlo.» 36 Después de oírse estas palabras, Jesús estaba allí solo.

36 Los discípulos guardaron silencio por aquellos días, y no contaron nada a nadie de lo que habían visto





*Cuaresma Eco-teológica*

2° DOMINGO 13.03.22

COMENTARIO

## UN CORAZÓN ABIERTO Y GENEROSO

El segundo domingo de Cuaresma nos lleva a la montaña para transfigurarnos. El hambre del reino y del templo, como le ocurrió al Maestro, afecta ahora a los discípulos. No conocen las escrituras ni al Padre, y en la montaña se les da la revelación. Primero Moisés y Elías, luego el Padre y el amor del Hijo. Ahora pueden empezar a alimentar el hambre de sus corazones endurecidos con el amor que genera un corazón abierto y generoso!



Un corazón abierto y generoso







Cuaresma Eco-teológica

2° Semana

## Un corazón abierto y generoso

1. Comparto con los amigos algo bueno que me haya sucedido, o que haya conquistado con dificultad.
2. Utilizo las palabras: Gracias, Por favor y Perdón, incluso cuando es difícil.
3. Abro mi corazón o mi casa a quienes siento que están alejados de mí.
4. ¿Estoy visitando a un enfermo?
5. ¿Veo a Jesús en los más pobres?





# Cuaresma Eco-teológica

3er domingo 20.03.22 EVANGELIO

Lucas 13, 1-9

1 En ese momento algunos le contaron a Jesús una matanza de galileos. Pilato los había hecho matar en el Templo, mezclando su sangre con la sangre de sus sacrificios. 2 Jesús les replicó: « ¿Creen ustedes que esos galileos eran más pecadores que los demás porque corrieron semejante suerte? 3 Yo les digo que no. Y si ustedes no renuncian a sus caminos, perecerán del mismo modo. 4 Y aquellas dieciocho personas que quedaron aplastadas cuando la torre de Siloé se derrumbó, ¿creen ustedes que eran más culpables que los demás habitantes de Jerusalén? 5 Yo les aseguro que no. Y si ustedes no renuncian a sus caminos, todos perecerán de igual modo.» 6 Jesús continuó con esta comparación: «Un hombre tenía una higuera que crecía en medio de su viña. Fue a buscar higos, pero no los halló. 7 Dijo entonces al viñador: “Mira, hace tres años que vengo a buscar higos a esta higuera, pero nunca encuentro nada. Córdala. ¿Para qué está consumiendo la tierra inútilmente?” 8 El viñador contestó: “Señor, déjala un año más y mientras tanto cavaré alrededor y le echaré abono. 9 Puede ser que así dé fruto en adelante y, si no, la cortas.”





*Cuaresma Eco-teológica*

3er domingo 20.03.22

## COMENTARIO

### AMISTADES VERDES

El tercer domingo de Cuaresma nos lleva al corazón de una pequeña parábola para recordarnos cómo la urgencia de la conversión se combina con la espera paciente de un Dios entrenado en los tiempos de su Creación. Nuestra hambre y necesidad imperiosa de consumo nos convierte en amos violentos. Dios asume el papel de viñador paciente para recordarnos la paciencia de la espera. El alejamiento de la creación genera violencia sobre la misma. ¡Volvamos a aprender, volvamos a construir amistades verdes!



Amistades verdes





Cuaresma Eco-teológica

3° Semana

## Amistades verdes

1. Me acerco a las plantas, aprendo sobre ellas y las contemplo.
2. Planto una semilla, una semilla de frijol, una almendra... y espero a que brote.
3. Cuido el verde público, salgo a pasear y observo la naturaleza de mi barrio.
4. Llevo agua a los árboles del parque cercano a mi casa que no la tienen.
5. Cuido una nueva planta o arbolito en mi balcón/jardín.



# Cuaresma Eco-teológica

4° domingo 27.03.22 EVANGELIO

Lucas 15, 1-3; 11-32

11 Jesús continuó: «Había un hombre que tenía dos hijos. 12 El menor dijo a su padre: "Dame la parte de la hacienda que me corresponde." Y el padre repartió sus bienes entre los dos.

13 El hijo menor juntó todos sus haberes, y unos días después se fue a un país lejano. Allí malgastó su dinero llevando una vida desordenada. 14 Cuando ya había gastado todo, sobrevino en aquella región una escasez grande y comenzó a pasar necesidad. 15 Fue a buscar trabajo y se puso al servicio de un habitante del lugar, que lo envió a su campo a cuidar cerdos. 16 Hubiera deseado llenarse el estómago con las bellotas que daban a los cerdos, pero nadie se las daba.

17 Finalmente recapacitó y se dijo: "Cuántos asalariados de mi padre tienen pan de sobra, mientras yo aquí me muero de hambre! 18 Tengo que hacer algo: volveré donde mi padre y le diré: Padre, he pecado contra Dios y contra ti. 19 Ya no merezco ser llamado hijo tuyo. Trátame como a uno de tus asalariados." 20 Se levantó, pues, y se fue donde su padre.

20 Estaba aún lejos, cuando su padre lo vio y sintió compasión; corrió a echarse a su cuello y lo besó. 21 Entonces el hijo le habló: «Padre, he pecado contra Dios y ante ti. Ya no merezco ser llamado hijo tuyo.» 22 Pero el padre dijo a sus servidores: «Rápido: Traigan el mejor vestido y pónganselo. Colóquenle un anillo en el dedo y traigan calzado para sus pies. 23 Traigan el ternero gordo y mátenlo; comamos y hagamos fiesta, 24 porque este hijo mío estaba muerto y ha vuelto a la vida; estaba perdido y lo hemos encontrado.» Y comenzaron la fiesta.

25 El hijo mayor estaba en el campo. Al volver, cuando se acercaba a la casa, oyó la orquesta y el baile. 26 Llamó a uno de los muchachos y le preguntó qué significaba todo aquello. 27 El le respondió: «Tu hermano ha regresado a casa, y tu padre mandó matar el ternero gordo por haberlo recobrado sano y salvo.»

28 El hijo mayor se enojó y no quiso entrar. Su padre salió a suplicarle. 29 Pero él le contestó: «Hace tantos años que te sirvo sin haber desobedecido jamás ni una sola de tus órdenes, y a mí nunca me has dado un cabrito para hacer una fiesta con mis amigos. 30 Pero ahora que vuelve ese hijo tuyo que se ha gastado tu dinero con prostitutas, haces matar para él el ternero gordo.»

31 El padre le dijo: «Hijo, tú estás siempre conmigo y todo lo mío es tuyo. 32 Pero había que hacer fiesta y alegrarse, puesto que tu hermano estaba muerto y ha vuelto a la vida, estaba perdido y ha sido encontrado.»

Cuaresma Eco-teológica

4° domingo 27.03.22

## COMENTARIO

### LA BÚSQUEDA DE LA SOBRIEDAD QUE NOS HACE FELICES

El cuarto domingo de Cuaresma nos lleva al corazón de un hijo que quiere huir con el dinero de una herencia que aún no le corresponde. El hambre del hijo pródigo es pura voracidad y le llevará al fracaso. El despilfarro, el lujo, el afán de riquezas y los excesos que animan su corazón son los mismos que los de todo hombre con respecto a una Creación recibida como herencia del Padre. Sólo el abrazo de ese Padre puede darnos la verdadera alegría e impulsarnos hacia la sobriedad que nos hace felices.

La búsqueda de la sobriedad  
que nos hace felices

# Cuaresma Eco-teológica

4° Semana

## La búsqueda de la sobriedad que nos hace felices

1. Sólo compro lo que realmente necesito
2. Aprendo a desear y apreciar lo que ya tengo
3. Me abstengo de gastar más de lo necesario en un producto
4. Me cuido de querer gastar poco y renunciar a la ética de los productos!  
Me informo del origen de los productos y del respeto al medio ambiente y a los derechos humanos
5. Pido perdón y ofrezco perdón





# Cuaresma Eco-teológica

5° domingo 03.04.22 EVANGELIO

Jn 8, 1-11

1 Jesús, por su parte, se fue al monte de los Olivos. 2 Al amanecer estaba ya nuevamente en el Templo; toda la gente acudía a él, y él se sentaba para enseñarles.

3 Los maestros de la Ley y los fariseos le trajeron una mujer que había sido sorprendida en adulterio. La colocaron en medio 4 y le dijeron: «Maestro, esta mujer es una adúltera y ha sido sorprendida en el acto. 5 En un caso como éste la Ley de Moisés ordena matar a pedradas a la mujer. Tú, ¿qué dices?» 6 Le hacían esta pregunta para ponerlo en dificultades y tener algo de qué acusarlo.

6 Pero Jesús se inclinó y se puso a escribir en el suelo con el dedo. 7 Como ellos insistían en preguntarle, se enderezó y les dijo: «Aquel de ustedes que no tenga pecado, que le arroje la primera piedra.» 8 Se inclinó de nuevo y siguió escribiendo en el suelo.

9 Al oír estas palabras, se fueron retirando uno tras otro, comenzando por los más viejos, hasta que se quedó Jesús solo con la mujer, que seguía de pie ante él. 10 Entonces se enderezó y le dijo: «Mujer, ¿dónde estás? ¿Ninguno te ha condenado?» 11 Ella contestó: «Ninguno, señor.» Y Jesús le dijo: «Tampoco yo te condeno. Vete y en adelante no vuelvas a pecar.»







*Cuaresma Eco-teológica*

5° domingo 03.04.22

## COMENTARIO

### ANSIOSOS POR CAMBIAR LA FORMA DE ACTUAR

El quinto domingo de Cuaresma nos lleva al corazón de los hombres que anhelan una justicia sin verdad y sin amor. Pero no se puede encontrar un nuevo camino atacando a los débiles. Cuando el hambre y sus deseos entran en un sistema religioso, legal y social, se crea una estructura de pecado. Nadie está libre del pecado, y debemos eliminar el hambre de odio y de violencia que hay en nosotros, y alimentar una mirada de paz y de misericordia hacia nuestro hermano, Debemos sentir ganas de cambiar nuestra forma de actuar!



Ansiosos por cambiar  
la forma de actuar





# Cuaresma Eco-teológica

5° Semana

## Ansiosos por cambiar de rumbo

1. Pido perdón a la Tierra por haberla maltratado así como a las personas que no he respetado.
2. Me comprometo a defender el planeta y a los más débiles implicando a un amigo.
3. Respeto el agua: nada de botellas de plástico; cierro los grifos.
4. Respeto la energía: apago las luces y los aparatos si no son necesarios; bajo un poco los radiadores y me tapo un poco más.
5. Respeto el aire: voy a pie si puedo evitar ir en el auto, planto al menos un árbol.



*Cuoresma Eco-teológica*

**FELICES PASCUAS**

