



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**"LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO"**





**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

**“Bienaventurados los pobres de espíritu porque es de ellos el Reino de los Cielos” Mt.5,3.**

**I) OBJETIVOS DE ESTE RETIRO:**

**- OBJETIVO GENERAL:** Preparar y disponer la mente y el corazón, meditando sobre el Misterio de la Pasión, la Muerte y la Resurrección del Señor, centrados en la virtud de la humildad, como requisito indispensable para el reconocimiento y el posterior seguimiento radical de Cristo; a fin de profundizar nuestra conversión, especialmente en este Tiempo de Cuaresma, y continuar en ese camino, durante el resto del año.

**- OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- a) Que se medite, contemple y celebre el Misterio de la Pasión, Muerte y Resurrección de Jesús de una manera muy especial; para que ayudados por este retiro, podamos avanzar hacia el **verdadero encuentro con Cristo** que es necesario experimentar, de manera muy personal, para poder transformar la vida completamente, desde la virtud de la humildad.
- b) Que a través de la meditación de la Palabra de Dios, las reflexiones y la oración en este retiro, lo que queda de nuestra Cuaresma sea vivida de una manera más espiritual, y pongamos un énfasis mayor en vivir esa presencia de Jesús en la vida diaria de cada uno, motivándonos a comprometernos más con Jesús y con la causa de su Evangelio, viviendo en pureza de intención y humildad verdadera, las obras de misericordia.
- c) Que las personas que tomen este retiro reciban la Luz y la Fuerza del Espíritu Santo, para que las lleve a seguir el camino correcto y a enderezar el rumbo, preparando los corazones para asumir con responsabilidad, amor y generosidad, la misión que les ha sido o les vaya a ser confiada, teniendo como fuerza e impulso, la certeza de la presencia y del obrar del Señor en la vida cotidiana, y el gozo de conocerle y amarle, de manera que nada sea ya más importante que seguir Sus pasos y dar testimonio de Él, haciendo Su Voluntad.

**II) BREVE EXPLICACIÓN DEL CUERPO DEL RETIRO:** El retiro está compuesto de la siguiente manera: Luego de la ambientación y motivación, que en sí misma, invita a ingresar en el espíritu de la Cuaresma, viene la primera reflexión, seguida de la película “*La Resurrección*” (opcional. Dependiendo del tiempo y el material disponible).

Después de la película, se llevará a cabo una reflexión personal y otra ya en grupos.

Luego de un breve receso, se llevará a cabo la segunda reflexión, con sus dinámicas propias.

Las lecturas, mensajes y reflexiones irán direccionadas en concordancia con los temas que la Iglesia nos sugiere **meditar y vivir** en este tiempo litúrgico, a saber:

- 1. La introspección analítica de la propia conducta**, que motive a acercarse más a Dios y a alejarse del pecado, haciendo énfasis en la virtud de la humildad para el verdadero reconocimiento y seguimiento de Cristo en la vida diaria.
- 2. La Conversión, nota predominante de este Tiempo Litúrgico**, entendiendo el significado profundo y verdadero de ser humildes (pobres de espíritu) para seguir el camino que Dios quiere para cada uno.
- 3. El testimonio de vida que sea ejercitado en las 14 Obras de Misericordia**, tratando siempre de realizarlas con pureza de intención y en discernimiento para hacer, del mejor modo que nos sea posible, la Voluntad de Dios, y asumir el compromiso y responsabilidad de todo bautizado de **anunciar el Reino de Dios** en todos los ambientes donde sea posible y conveniente.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

**Reflexionaremos también** sobre la necesidad de vivir la experiencia de Dios vivo en el corazón, para así poder dar verdadero testimonio de Él en la vida de comunidad. No se puede amar lo que no se conoce, y nadie puede convencer de algo o de “Alguien”, si primero no está totalmente convencido él mismo. Para complementar y entender de manera “más aterrizada” los contenidos, se realizarán dos dinámicas grupales.

**El tiempo de Oración** estará enmarcado por la Eucaristía ( de ser posible) y la Adoración al Santísimo Sacramento, donde de manera coordinada y dirigida, se llevará a los hermanos a rezar en lo profundo del corazón y a meditar sobre el **Misterio de la Cruz y la Resurrección de nuestro Señor**, y a realizar la adoración de la Santa Cruz, al término de la hora Santa.

Resaltamos que, en caso de ser posible, se tendrá la Santa Misa.

Finalmente, como hemos hecho ya en años pasados, y se hace habitualmente en las Casitas de Oración, se realizará la Consagración a los Sagrados Corazones.

**NOTA:** Se aconseja pedirles a los participantes con anticipación, que consideren acercarse al Sacramento de la Reconciliación y asistan al Retiro ya confesados, para que el encuentro con el Señor sea de manera plena.

**III) HORARIO PROPUESTO PARA EL DESARROLLO DEL RETIRO:**

**09:00** Bienvenida / Oraciones Iniciales (10 min)

**09:10** Ambientación e introducción sobre el tema del retiro y sobre el tiempo litúrgico de la Cuaresma. Mensaje del Papa León XIV para esta Cuaresma 2026.

**09:45 Primera Meditación:** *“La humildad: Virtud necesaria para reconocer a Cristo y convertirse”* (Plática 45 min)

**10:30** Primera Dinámica: Reflexión Personal con mensaje y frases de la primera meditación (20 min)

**10:50** Proyección de la Película “La Resurrección” (Duración: 95 minutos)

**NOTA:** La película deberá ser descargada previamente de algún canal de YouTube o se buscará tener acceso a alguna de las plataformas en las que se esté exhibiendo. Su proyección es opcional, y dependerá de los tiempos y la logística disponible para el desarrollo del retiro en cada comunidad.

**12:20** Hacemos a María especialmente presente entre nosotros, con el Rezo del Ángelus. (10 min)

**12:30** Segunda Dinámica: Reflexión personal (entre 30 y 45 min, pero este tiempo puede acortarse, según el avance del grupo, la disponibilidad de salones, etcétera)

**13:15** Receso/descanso /lunch (30 min, pero puede extenderse a 45 minutos, si la dinámica anterior fue más breve)

**13:45 Segunda Meditación:** *“Bienaventurados los pobres de espíritu, porque de ellos es el Reino de los Cielos”* (45 min)



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

**14:30** Tercera Dinámica grupal (1 hora)

**15:30** Rezo de la Coronilla de la Divina Misericordia pidiendo por: la Paz del mundo, la conversión de todos nosotros y nuestros seres queridos, por todos los enfermos, por el desarrollo y las necesidades del ANE y por la unidad en las familias. (15 min)

**15:45** Preparación para la Adoración/Indicaciones generales para seguir la Adoración Eucarística. (15 min)

**16:00** Adoración Eucarística Guiada (30 min)

**16:30** Cuarta dinámica: Adoración a la Santa Cruz y oraciones conclusivas (30 min)

**17:00** Indicaciones finales, testimonios y despedida (30 min)

**17:30** Conclusión de la Jornada.

**Nota:** Este horario es una sugerencia para llevar a cabo el retiro. Está permitido, según las necesidades y posibilidades de cada comunidad, cambiar o correr las horas en las que será impartido, tratando de mantener el fondo y la estructura del mismo, para su desarrollo integral. En las comunidades en las que sólo se disponga de media jornada, puede suprimirse la película y la dinámica relacionada con ella.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

**IV) LOGÍSTICA: MATERIALES NECESARIOS PARA EL RETIRO:**

- 1.- Posters, ilustraciones y material propicio para la ambientación con el espíritu de la Cuaresma.
- 2.- Hojas, lápices/plumas y material para realizar las dinámicas, para hacer los trabajos personales, responder preguntas y trabajar en equipo.
- 3.- Cruz lo suficientemente grande como para poder realizar con ella la adoración a la Santa Cruz, y decoración adecuada alrededor, de manera que destaque entre los demás ornamentos del Salón o Capilla.
- 5.- Recomendable: Biblia personal, que se utilizará para que las lecturas y meditaciones se hagan de manera individual. En caso de hacerlas comunitarias, bastará con las Biblias con las cuales se leerá, de manera grupal, las lecturas en voz alta (una sola o algunas, para dividir a los asistentes en grupos).
- 6.- **IMPORTANTE:** En caso de que se prevea la proyección de la película, que es lo más deseable para el éxito del retiro, será necesario descargarla con anterioridad. Es muy importante verificar que haya descargado correctamente, antes de proyectarla, y tener el siguiente material ya instalado para ese fin: Proyector, Pantalla o pared blanca para la proyección, bocinas, USB o DVD con la película descargada y probada con anterioridad, lugar preparado con la luz adecuada para la mejor visión de la proyección, etcétera.
- 7.- Ambientación y preparación del lugar para realizar la Adoración Eucarística. Implementos tales como mantel blanco, corporal, custodia, flores, velas para el altar y, por supuesto, un Ministro Extraordinario de la Comunión debidamente acreditado, para que exponga al Santísimo.
- 8.- Canciones para Adoración y material impreso de las lecturas y oraciones para la Adoración.
- 9.- Material que se vaya a utilizar según las dinámicas.
- 10.- Material impreso para repartir, como las preguntas a contestar, en caso de hacerse de manera individual. **Para evitar impresiones en papel, con el propósito de ayudar a “cuidar el planeta”, con el ahorro de energía y contaminantes, puede muy bien utilizarse una pantalla.**
- 11.- En caso de quedarse a almorzar (lunch), organizar si se les venderá comida a los hermanos, si cada quien llevará su comida, o si se puede conseguir bienhechores, etcétera, de manera que no les falte ni alimento ni bebida a las personas que tomen el retiro y se queden hasta la tarde, en caso de tener las condiciones propicias de salón y tiempo para poder hacerlo.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

**V) PROPUESTA PARA SEGUIR EL DESARROLLO DEL RETIRO EN CADA ETAPA, EXPLICACIÓN PARA EXPOSITORES Y CONTENIDOS DE CADA PARTE:**

**V.I.- INDICACIONES PRELIMINARES PARA ORGANIZADORES:**

- Se reúne la comunidad en la Capilla o en un salón parroquial o lugar apropiado y ambientado para el retiro.
- Se comienza con el saludo o bienvenida, las oraciones propuestas y los comentarios que ayuden a entrar en el espíritu de oración, reflexión grupal y meditación interior.
- Se prosigue con la lectura de la Introducción al retiro, pidiendo que, en ambiente de silencio, escuchen y mediten las palabras escuchadas. A diferencia del retiro de Adviento, éste tendrá SIEMPRE un espíritu de más silencio, recogimiento, meditación y oración personal, preparándonos para vivir con Jesús los Misterios de Su Pasión y Muerte, como requisito para vivir con mayor gozo la celebración de la Pascua de Resurrección.
- Para el rezo de las Oraciones sugeridas, se recomienda tomar en cuenta que todos deberán rezarlas juntos, es decir, prever la repartición de hojas impresas con ellas, o mejor aún: tener una pantalla con proyector, o carteles donde todos puedan leer, especialmente las oraciones que no sean conocidas de memoria por todos.
- A lo largo de todo este documento, se irán brindando indicaciones para los organizadores y facilitadores del Retiro, ya sea con título específico de “Indicaciones”, ya con el título “Nota”, o con paréntesis y negrillas; todo con el color grana, propio del ANE. Recomendamos prestar atención.

**MUY IMPORTANTE:** RECOMENDAMOS A LOS EXPOSITORES LEER TODO ESTE DOCUMENTO, para que, al estar contextualizados con todos los temas de meditación, CONSERVANDO CADA QUIEN EL CONTENIDO DE SU TEMA, puedan de todas maneras agregar valor a la preparación de sus exposiciones.

**V.II.- DESARROLLO DEL RETIRO:**

**1.- Oraciones para el inicio:**

- “Señor, Jesús. Reunidos en Tu Nombre nos Consagramos a Ti, junto a nuestros seres queridos y a todo lo que nos has dado en pertenencia. Protégenos y guárdanos en lo más profundo de la llaga de tu costado, y todo lo que no provenga de Ti, en Tu Nombre, y con el Poder de Tu Preciosísima Sangre, lo reprendemos y lo atamos para siempre a los pies de Tu Cruz. Aleja de nosotros al enemigo, junto con sus incidias y tentaciones; y llena con Tu Gracia, y con Tu Infinita Misericordia, los corazones de tus hijos, **AMEN**”.

- “Padre Nuestro que Estás en el Cielo...”

- “Dios te Salve María...”

- “Ven Espíritu Santo. Ven por medio de la poderosa intercesión del Inmaculado Corazón de María, Tu amadísima esposa...” (3 veces)

- “Gloria al Padre...”

- Ave María Purísima / Sin pecado concebida

- Virgen de Guadalupe, Estrella y Reina de la Nueva Evangelización / Ruega por nosotros

- Juan Pablo II, Primer Apóstol de la Nueva Evangelización / Ruega por nosotros



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

**- ORACIÓN AL ESPÍRITU SANTO:**

“Ven Espíritu Santo. Hoy te pido que sanes todo mi miedo al fracaso. Quiero confiar en Ti, sabiendo que todas mis tareas terminan bien si dejas que las bendigas y las ilumines. Bendice, con Tu Infinito Poder, todos mis trabajos y tareas de éste día especialmente, y de toda mi vida. Dame claridad, habilidad, sabiduría, para hacer las cosas bien, con toda mi atención, mis capacidades y mi creatividad. No dejes, Espíritu Santo, que descuide mis trabajos, que me deje llevar por la comodidad y el desaliento. Tómame para que pueda ver qué hay que hacer en cada momento, y capacitame y dame los medios necesarios, con tu infinito Poder.

Quiero trabajar firme y seguro con Tu Gracia. Sé que con Tu ayuda todo terminará bien, y que, si cometo algún error, también de eso sacarás algo bueno para mi vida.

Ven Espíritu Santo. **AMÉN”**.

**2.- Introducción y ambientación:**

**- Indicaciones prácticas para los Organizadores**

Esta primera parte del retiro es una motivación para entrar en el espíritu de la Cuaresma. Entender por qué y para qué estamos reunidos, y qué es lo que esperamos alcanzar: preparar el corazón para vivir y acompañar a Jesús durante Su Pasión y en el momento gozoso de Su Resurrección.

A su vez, esta primera parte de la introducción, está dividida en dos:

- La **“Motivación”**, que se conseguirá a partir de la lectura de un texto (se sugiere leer en voz alta, pero de igual manera, procurar que cada participante pueda seguir la lectura en silencio, mientras el narrador lee en voz alta.

- La **Ambientación**, con una dinámica de lecturas y meditación del Evangelio, para hacer, con base en ellas, una oración personal interior.

El texto de la primera parte viene desarrollado a continuación.

En la segunda parte de esta ambientación, se busca que los hermanos trabajen con las Sagradas Escrituras; ya sea individualmente, ya en grupo, según convenga de acuerdo con los tiempos, recursos disponibles y circunstancias.

Aunque nuestra sugerencia es que la lectura sea personal, los organizadores deberán decidir previamente si se quiere que se realicen las lecturas de manera personal, o si, para agilizar el proceso y el tiempo, o por carencia de recursos (Biblias y/o fotocopias), o porque hay personas que no saben leer, etcétera, se lean las lecturas de manera colectiva, y luego, por medio de participaciones, en parte dirigidas y en parte espontáneas, se vaya conduciendo a los hermanos a la meditación de los textos propuestos.

**- Desarrollo de la Introducción/ Ambientación (DURACIÓN TOTAL: 35 Minutos)**

**1.- MOTIVACIÓN INICIAL:** (Breve reflexión y mensaje para leer en voz alta, pidiendo la atención y silencio de todos, para que puedan concentrarse y seguir cada quien, mentalmente, la lectura desde una copia impresa o desde algún dispositivo o afiche) **(15 minutos)**

**NOTA:** Si se entregara el material impreso, invitar a los participantes a **resaltar** con un lápiz o marcador lo que a cada quién le parezca importante. Esto servirá para las reflexiones personales posteriores y eventualmente para incluirlo en su plan de vida espiritual.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

**PRIMER TEXTO: INTRODUCCIÓN:**

La Cuaresma es como un nuevo comienzo que nos regala Dios, un camino que nos lleva a un destino seguro: la Pascua de Resurrección, la victoria de Cristo sobre el pecado y la muerte...

En este tiempo recibimos siempre una fuerte **llamada a convertirnos más hacia el Señor**: como dicen las Escrituras, el cristiano está llamado a volver a Dios «de todo corazón» (Jn 2,12), a no contentarse con una vida espiritual mediocre, de simple cumplimiento de preceptos religiosos, sino a **crecer en la amistad PERSONAL con el Señor**.

Fíjense ustedes hasta qué punto Jesús es el amigo fiel que nunca nos abandona, puesto que incluso cuando pecamos, espera pacientemente que volvamos a Él, y con esta espera, manifiesta ya de antemano, su voluntad de perdonarnos.

La Cuaresma es un tiempo propicio para encontrarnos con ese perdón de Dios, y para intensificar la vida del espíritu a través de los medios santos que la Iglesia nos ofrece, como el ayuno, la oración y la limosna. Pero en la base de todo está la Palabra de Dios, que en este tiempo se nos invita a escucharla y a meditarla con mayor frecuencia. Dejémonos guiar por los relatos tan significativos que encontraremos en este reiro, que nos brindan la clave para entender cómo hemos de comportarnos para alcanzar la verdadera felicidad y la vida eterna, exhortándonos a una sincera conversión.

La Cuaresma es también un tiempo propicio para abrir la puerta a cualquier necesitado y a reconocer en él o en ella el rostro de Cristo. Cada uno de nosotros los encontramos en nuestro camino. Cada vida que encontramos es un don divino, y sólo por eso, ya merece acogida, respeto y amor...

La Palabra de Dios nos ayuda a abrir los ojos para acoger la vida y amarla, sobre todo cuando es débil. Pero para hacer esto hay que tomar en serio también lo que el Evangelio nos revela: La liturgia del Miércoles de Ceniza nos ha invitado a vivir una experiencia muy dramática... Reflexionemos al respecto: El sacerdote, mientras impone la ceniza en la cabeza, dice las siguientes palabras: **«Acuérdate de que eres polvo y al polvo volverás»**. La liturgia nos ayuda a descubrir o recordar, de repente, que *«sin nada vinimos al mundo, y sin nada nos iremos de él»* (1Tim 6,7).

En el MENSAJE DEL SANTO PADRE, el papa León XIV para esta primera Cuaresma en la que le toca dirigir a nuestra Iglesia, encontraremos ahora un material importantísimo para comenzar esta nuestra jornada de reflexión. Escuchemos atentamente:

**Mensaje del Santo Padre León XIV para la Cuaresma de 2026, 13.02.2026**

**Escuchar y ayunar. La Cuaresma como tiempo de conversión**

Queridos hermanos y hermanas:

La Cuaresma es el tiempo en el que la Iglesia, con solicitud maternal, nos invita a poner de nuevo el misterio de Dios en el centro de nuestra vida, para que nuestra fe recobre su impulso y el corazón no se disperse entre las inquietudes y distracciones cotidianas.

Todo camino de conversión comienza cuando nos dejamos alcanzar por la Palabra y la acogemos con docilidad de espíritu. Existe, por tanto, un vínculo entre el don de la Palabra de Dios, el espacio de hospitalidad que le ofrecemos y la transformación que ella realiza. Por eso, el itinerario cuaresmal se convierte en una ocasión propicia para escuchar la voz del Señor y renovar la decisión de seguir a Cristo,



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

recorriendo con Él el camino que sube a Jerusalén, donde se cumple el misterio de su pasión, muerte y resurrección.

### **Escuchar**

Este año me gustaría llamar la atención, en primer lugar, sobre la importancia de dar espacio a la Palabra a través de la escucha, ya que la disposición a escuchar es el primer signo con el que se manifiesta el deseo de entrar en relación con el otro.

Dios mismo, al revelarse a Moisés desde la zarza ardiente, muestra que la escucha es un rasgo distintivo de su ser: «Yo he visto la opresión de mi pueblo, que está en Egipto, y he oído los gritos de dolor» (Ex 3,7). La escucha del clamor de los oprimidos es el comienzo de una historia de liberación, en la que el Señor involucra también a Moisés, enviándolo a abrir un camino de salvación para sus hijos reducidos a la esclavitud.

Es un Dios que nos atrae, que hoy también nos conmueve con los pensamientos que hacen vibrar su corazón. Por eso, la escucha de la Palabra en la Liturgia nos educa para una escucha más verdadera de la realidad.

Entre las muchas voces que atraviesan nuestra vida personal y social, las Sagradas Escrituras nos hacen capaces de reconocer la voz que clama desde el sufrimiento y la injusticia, para que no quede sin respuesta. Entrar en esta disposición interior de receptividad significa dejarnos instruir hoy por Dios para escuchar como Él, hasta reconocer que *«la condición de los pobres representa un grito que, en la historia de la humanidad, interpela constantemente nuestra vida, nuestras sociedades, los sistemas políticos y económicos, y especialmente a la Iglesia»*. [1]

### **Ayunar**

Si la Cuaresma es tiempo de escucha, el ayuno constituye una práctica concreta que dispone a la acogida de la Palabra de Dios. La abstinencia de alimento, en efecto, es un ejercicio ascético antiquísimo e insustituible en el camino de la conversión. Precisamente porque implica al cuerpo, hace más evidente aquello de lo que tenemos “hambre” y lo que consideramos esencial para nuestro sustento. Sirve, por tanto, para discernir y ordenar los “apetitos”, para mantener despierta el hambre y la sed de justicia, sustrayéndola de la resignación, educarla para que se convierta en oración y responsabilidad hacia el prójimo.

San Agustín, con sutileza espiritual, deja entrever la tensión entre el tiempo presente y la realización futura que atraviesa este cuidado del corazón, cuando observa que: *«es propio de los hombres mortales tener hambre y sed de la justicia, así como estar repletos de la justicia es propio de la otra vida. De este pan, de este alimento, están repletos los ángeles; en cambio, los hombres, mientras tienen hambre, se ensanchan; mientras se ensanchan, son dilatados; mientras son dilatados, se hacen capaces; y, hechos capaces, en su momento serán repletos»*. [2] El ayuno, entendido en este sentido, nos permite no sólo disciplinar el deseo, purificarlo y hacerlo más libre, sino también expandirlo, de modo que se dirija a Dios y se oriente hacia el bien.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

Sin embargo, para que el ayuno conserve su verdad evangélica y evite la tentación de enorgullecer el corazón, debe vivirse siempre con fe y humildad. Exige permanecer arraigado en la comunión con el Señor, porque *«no ayuna de verdad quien no sabe alimentarse de la Palabra de Dios»*. [3]

En cuanto signo visible de nuestro compromiso interior de alejarnos, con la ayuda de la gracia, del pecado y del mal, el ayuno debe incluir también otras formas de privación destinadas a hacernos adquirir un estilo de vida más sobrio, ya que *«sólo la austeridad hace fuerte y auténtica la vida cristiana»*. [4]

Por eso, me gustaría invitarles a una forma de abstinencia muy concreta y a menudo poco apreciada, es decir, la de abstenerse de utilizar palabras que afectan y lastiman a nuestro prójimo. Empecemos a desarmar el lenguaje, renunciando a las palabras hirientes, al juicio inmediato, a hablar mal de quienes están ausentes y no pueden defenderse, a las calumnias... Esforcémonos, en cambio, por aprender a medir las palabras y a cultivar la amabilidad: en la familia, entre amigos, en el lugar de trabajo, en las redes sociales, en los debates políticos, en los medios de comunicación y en las comunidades cristianas. Entonces, muchas palabras de odio darán paso a palabras de esperanza y paz.

### **Juntos**

Por último, la Cuaresma pone de relieve la dimensión comunitaria de la escucha de la Palabra y de la práctica del ayuno. También la Escritura subraya este aspecto de muchas maneras. Por ejemplo, cuando narra en el libro de Nehemías que el pueblo se reunió para escuchar la lectura pública del libro de la Ley y, practicando el ayuno, se dispuso a la confesión de fe y a la adoración, con el fin de renovar la alianza con Dios (Cfr. Ne 9,1-3).

Del mismo modo, nuestras parroquias, familias, grupos eclesiales y comunidades religiosas están llamados a realizar en Cuaresma un camino compartido, en el que la escucha de la Palabra de Dios, así como del clamor de los pobres y de la tierra, se convierta en forma de vida común, y el ayuno sostenga un arrepentimiento real. En este horizonte, la conversión no sólo concierne a la conciencia del individuo, sino también al estilo de las relaciones, a la calidad del diálogo, a la capacidad de dejarse interpelar por la realidad y de reconocer lo que realmente orienta el deseo, tanto en nuestras comunidades eclesiales como en la humanidad sedienta de justicia y reconciliación.

Queridos hermanos, pidamos la gracia de vivir una Cuaresma que haga más atento nuestro oído a Dios y a los más necesitados. Pidamos la fuerza de un ayuno que alcance también a la lengua, para que disminuyan las palabras que hieren y crezca el espacio para la voz de los demás. Y comprometámonos para que nuestras comunidades se conviertan en lugares donde el grito de los que sufren encuentre acogida y la escucha genere caminos de liberación, haciéndonos más dispuestos y diligentes para contribuir a edificar la civilización del amor.

Los bendigo de corazón a todos ustedes, y a su camino cuaresmal.

**LEÓN XIV PP.**

Vaticano, 5 de febrero de 2026, memoria de santa Águeda, virgen y mártir.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

[1] Exhort. ap. *Dilexi te* (4 octubre 2025), 9.

[2] S. Agustín, *La utilidad del ayuno*, 1, 1.

[3] Benedicto XVI, *Catequesis* (9 marzo 2011).

[4] S. Pablo VI, *Catequesis* (8 febrero 1978).

Es importante considerar que **todos** los miembros de nuestro Apostolado, en algún momento, vivirán este mismo Retiro, así que tengámonos muy en cuenta todos, en esta jornada, orando los unos por los otros, para que el retiro dé mucho fruto en nuestras almas, y así todos podamos responder con generosidad y santidad a la Misión que se nos ha encomendado; para que, participando de la victoria de Cristo, sepamos abrir nuestras puertas a los débiles y a los pobres... Será así como después de resucitar con Cristo a una vida nueva, viviremos y daremos un testimonio pleno de la alegría de la Pascua, entre todos los que nos rodean.

**NOTA:** Luego de los 15 minutos, disponibles para la lectura y reflexión de este texto, el “Facilitador” o coordinador del Retiro toma la palabra y lee:

**TEXTO:**

**Hermanos:** Llegamos a un momento del año especialmente fuerte y sugerente; entramos en la Cuaresma. Queremos tomar nuestra vida entre las manos para re-leerla y re-pensarla; para proyectarnos hacia adelante, personalmente y como comunidad. Y lo hacemos serenamente, en presencia de “Aquel que, sabemos, nos ama”, dejándole entrar en nuestros corazones, dejándonos abarcar por su mirada.

**Este día de retiro podemos enfocarlo así: como un tiempo privilegiado de re-lectura personal y comunitaria de nuestro caminar;** como una mirada profunda hacia atrás, pero a la vez, encarando el futuro que se nos presenta por delante y nos exige un cambio radical en nuestro modo de pensar, en nuestro sentir, en nuestro decir y actuar. Eso significa la Cuaresma: Significa convertirse, re encontrarse con uno mismo, de cara al Rostro Misericordioso de Cristo en la Cruz.

Cuaresma significa aceptación de la miseria personal, pero esperanza en el triunfo de Jesús, que venciendo a la muerte y al pecado, nos abre nuevamente las puertas a la vida eterna, haciéndonos un lugar muy junto a Él, para disfrutar de Su presencia; para recibir sus dones y avanzar hacia sus goces eternos.

Decimos que estas horas que compartiremos serán **un tiempo privilegiado**, porque podremos hacer un ejercicio comunitario, personal y de “re inspección”, a la Luz de la Palabra del Señor; porque es una invitación a despertar, a retomar el camino, a enderezar lo que se nos ha salido de control... como nos orientan algunos de los textos de la Biblia propuestos por la Liturgia para los domingos de Cuaresma:

- Mt 4,1-11

- Mt 17,1-9

- Mt 1,16.18-21. 24a



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

En estos textos, se nos invita a cambiar, a convertirnos en mejores hijos de Dios, a hacernos prójimo y más próximo al que más lo necesita; a dar, en conclusión, un verdadero testimonio de Jesús, de manera que podamos animar a quienes nos rodean a que se conviertan a Él y conozcan las maravillas de tener el Reino de Dios en sus corazones.

En efecto, es preciso que los demás, a partir del ejemplo y testimonio que podamos brindar quienes amamos a Jesús y le seguimos de cerca, se sientan verdaderamente motivados a entablar una relación de amistad personal con Cristo. Trataremos de hacerlo con confianza, al dejar nuestro pasado en las Manos Misericordiosas del Señor y al fundamentar nuestra propia vida en la esperanza, que se proyecta hacia el futuro que viene, que se nos da y que nos espera... Porque todo viene de Su Amor y de Su Misericordia, que es infinita y eterna.

**NOTA:** Dejamos un momento (20 minutos) para que cada uno lea y ore con los textos de la Biblia ofrecidos.

**O bien...** En caso de que algunas de las personas a las cuales se les impartirá el retiro no supiesen leer, o que por razones de economía o tiempo se considere que es mejor realizar la lectura en voz alta, por parte del facilitador, se puede hacer de esa forma. Si la lectura fuese dirigida, al terminar se les orientará de manera oral a los hermanos, para que puedan hacer un momento (10 a 15 minutos) de experiencia personal de la Palabra de Dios, de Oración y meditación sobre las lecturas propuestas.

**También se puede...** Dividir a todos los presentes en cinco grupos, dar a cada uno de ellos una lectura, y que trabajen en ella por 10 minutos. Que una persona tome nota de las ideas o reflexiones principales, y luego, en 10 minutos, los cinco grupos ponen en común lo que les tocó leer y las reflexiones/conclusiones a que llegaron.

(En cualquier caso, es importante recordar que **el tiempo total de esta segunda parte de la Introducción es de 20 minutos**)

-----

**3- PRIMERA MEDITACIÓN: “La Humildad: Virtud necesaria para reconocer a Cristo y convertirse”**

**SEGUNDA MEDITACIÓN: “Bienaventurados los pobres de espíritu, porque de ellos es el Reino de los Cielos”**

**OBJETIVO GENERAL:** Analizar y meditar en la respuesta que cada uno de nosotros ha dado hasta el momento ante la invitación de Jesús, que nos pide y nos urge a dar un verdadero “sí”, comprometido y total, para llevar al mundo, con nuestro testimonio, y no solo de palabra, el mensaje de salvación a los hermanos más necesitados y más alejados de Él, partiendo desde una conversión profunda de corazón, que esté cimentada en la pureza de intención y en la humildad.

**OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

**A)** Examinar con honestidad nuestra vida y tomar resoluciones concretas para corregir lo que sea que nos esté separando del Señor, teniendo una idea clara y objetiva de nuestras miserias personales, para darles el remedio preciso que nos ayude a salir de ellas y así, verdaderamente, convertirnos sin demora, sin miedos y apegos, a ese Jesús que nos espera, para hacernos verdadera y eternamente felices.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

**B)** Profundizar en nuestra vocación de profetas del Señor, cada quien con su misión y estilo de vida, tomando en cuenta la experiencia que tenemos de Dios, lo cercano que Él está diariamente a nosotros, y la fe con la cual debemos de conducir nuestras obras, nuestro pensamiento y nuestro sentir, en cada momento del día, en lo ordinario.

**C)** Trabajar el primer mandamiento de la ley de Dios con todo nuestro corazón y todas nuestras fuerzas, demostrándole a Jesús, nuestra filiación a Él, dando testimonio concreto, haciendo siempre Su Voluntad.

**3.1.- Indicaciones prácticas para los Organizadores (VÁLIDAS PARA TODOS LOS TEMAS)**

Se sugiere, para esta parte del retiro, exponer el tema de manera condensada, resumida. Es decir, todo el texto que se entrega en este documento, es para ser leído y entendido por los organizadores y los expositores, de manera que las ideas principales, guiadas por el Espíritu Santo, terminen por conformar “el Tema” de meditación para ser dado como charla o plática a los hermanos.

En general se pide que, al hacer las charlas, se trate de tocar la mayoría de los conceptos principales descritos en el desarrollo de los temas aquí ofrecidos, y se prevea, que la exposición de las mismas no tarde más del tiempo estimado en el proceso de organización, para la realización del retiro.

En el transcurso de la lectura, se proponen puntos principales y guías para entregar a los hermanos, de manera que puedan servir e iluminar el proceso de conversión y entrega al Plan salvífico de Dios. Igualmente, se cuenta con una herramienta específicamente preparada para iluminar el desarrollo de la plática o charla. Se trata del texto que está rotulado como **“PARA REFLEXIONAR”**. Esta herramienta, que es otorgada después de cada texto, es para que, ya sea a través de las sugerencias de alguna acción espiritual particular, o a través de preguntas, los organizadores y expositores impriman la orientación necesaria al desarrollo de las charlas, según el objetivo que se persigue y los frutos que, con la gracia de Dios, se espera obtener.

El expositor puede utilizar cualquier herramienta que sirva para la agilización de la explicación, la mejora de la atención y el óptimo entendimiento de los temas. Éstas herramientas pueden ser: proyecciones en Power Point, carteles escritos, dibujos, pizarrones, rotafolio o cualquier otro recurso que se considere apropiado.

Se explicará a todos los participantes que las preguntas tienen un carácter ORIENTATIVO, más NO EXHAUSTIVO o LIMITATIVO para sus análisis; es decir, que se esperará conclusiones y enseñanzas que no se deriven directamente de las preguntas (sino al menos una o dos conclusiones “extra” por cada grupo). Ésto, con el propósito de invitarles a hacer una lectura más profunda y reflexiva de nuestros mensajes.

**NOTA IMPORTANTE:** La entrega impresa del contenido de las pláticas es OPCIONAL: dependerá básicamente de si se cuenta o no con los recursos económicos para imprimir tantos ejemplares como número de participantes haya. Como hemos dicho anteriormente, también es importante ir procurando hacer cada vez menos impresiones, para evitar el consumo de energía y agentes contaminantes en exceso, por conciencia ecológica.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

**3.2- Contenido para el desarrollo de la primera meditación y segunda meditación:**

**PRIMERA MEDITACIÓN:**

**Indicaciones prácticas para los Organizadores (VÁLIDA SOLAMENTE PARA ESTE PRIMER TEMA)**

En el desarrollo de esta primera meditación, se verán subrayadas, resaltadas con negrillas o en rojo algunas palabras o frases que requieren de especial atención. Éstas serán entregadas a los participantes del retiro en una hoja aparte, junto con el mensaje de la primera dinámica.

Conviene mencionar a los hermanos participantes que deben de prestar atención a la presentación, ya que esas frases (que pueden ser mostradas con anticipación al momento que se imparte la plática, a través de alguna herramienta de apoyo visual como Power point, cartulina, rotafolios o pizarrón), en el contexto de la plática, les servirán para realizar las dinámicas posteriores.

**3.2.1.- Desarrollo del tema: “La humildad: Virtud necesaria para reconocer a Cristo y convertirse”**

**(TEXTO):** Comenzaremos diciendo que la humildad es la virtud esencial para reconocer a Cristo, ya que permite al creyente reconocer su dependencia de Dios. Único Rey y Salvador; Creador y Proveedor de todas las cosas. La humildad nos permite abandonar el orgullo y adoptar el carácter servicial de Jesús, y siguiendo el ejemplo de nuestra Madre Santísima la Virgen María, que nos enseña, con su visita a su prima Santa Isabel, el poder del servicio y de la negación a uno mismo, dando verdaderos frutos para gloria de Dios en pro del prójimo.

Al reconocer nuestra necesidad de redención, la humildad abre el corazón a la gracia, superando la soberbia que impide ver la verdad divina. Es la humildad la madre de todas las virtudes, ya que es la que nos abre el camino para caminar a semejanza de Dios hacia y para los hombres.

**La Humildad en el Reconocimiento de Cristo:** Es el verdadero fundamento de la fe: Es necesario reconocer la propia fragilidad y limitaciones para aceptar la necesidad de un Salvador.

**Imitación de Cristo:** Jesús es el mayor ejemplo de humildad, despojándose de sus privilegios para servir y morir, lo que nos invita a seguir sus pasos.

**Apertura a la Gracia:** La humildad atrae la gracia divina, mientras que la soberbia detiene la bendición, pone en peligro nuestra salvación, y cierra las puertas al Cielo.

**Cambio de Corazón:** Se manifiesta al valorar a los demás, tratándolos a todos con amor fraterno y priorizar el servicio, poniendo en práctica las 14 obras de misericordia, reflejando el amor de Cristo en lugar de actuar por egoísmo.

**Cómo se manifiesta la humildad:**

-Aceptando con agradecimiento las críticas constructivas y admitiendo los errores cometidos en contra de Dios, y de los hombres.

-Reconociendo que los talentos son dones de Dios. Nada nos pertenece y todo es por bondad y misericordia de Dios, que los reparte y regala según su Voluntad.

- Reconociendo la dependencia de Dios en lugar de confiar ciegamente en uno mismo. Estando conscientes y teniendo mucho cuidado de las prácticas anticristianas que exaltan el ego, la independencia y la relatividad, con filosofías y creencias que apartan de la verdad y enaltecen a los hombres, poniéndolos en lugar del verdadero Dios.

-La humildad es un fruto del Espíritu Santo, no solo es el resultado de un esfuerzo propio. Por lo que la oración sentida y orada desde el corazón es necesaria para recibir la luz y la fuerza del Espíritu Santo para poder crecer en la Humildad.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

La humildad es el "arma" que mata el orgullo y abre el corazón para la experiencia del amor de Dios. Sin humildad, la soberbia impide ver a Dios, mientras que ser humilde facilita la gracia divina y el entendimiento del amor de Dios

La Cuaresma, nos enseña con la meditación de los versículos de la Biblia, que hablan de las tentaciones de Jesús en el desierto, que la fuerza para no caer en las tentaciones, no viene de uno mismo, sino de la fe y la confianza puesta en Dios, que siempre está atento, para venir a nuestra ayuda y encuentro, cuando el alma espera con pureza de intención y humildad, el auxilio que viene de lo alto, y comprende con una fe viva, que sin el auxilio y providencia del Señor, su vida estaría perdida.

**Fundamento de la Relación con Dios:** La humildad reconoce que las fortalezas provienen de Dios, no de uno mismo, lo cual es la base para reconocer la divinidad de Cristo.

**Ejemplo de Cristo:** Jesús demostró la máxima humildad al someter su voluntad a la del Padre, sirviendo en lugar de buscar reconocimiento. La máxima enseñanza de Jesús sobre el amor y hacer la Voluntad de Dios, se da en la semana Santa, donde toda la liturgia nos enseña, cuanto ama Dios al mundo que ha dado a su único Hijo para la redención de la humanidad, y cuanto ama Jesús a su Padre, -(primera y segunda personas de la trinidad)-, que viéndose de frente con su cruenta cruz y martirio, puso todo en manos de su Padre, y acepto en obediencia y humildad, hacer aquello que fuera la Voluntad de su Padre Dios.

**Reconocimiento de la Naturaleza Humana:** La humildad permite reconocer la necesidad de redención, superando la soberbia que detiene la gracia de Dios. Es saberse imperfecto, imposibilitado, pobre, sin fuerzas y desprotegido sin el auxilio divino.

**Acción y Servicio:** Vivir en humildad implica considerar a los demás superiores y servir sin esperar nada a cambio, reflejando el carácter de Cristo. Es dar más allá que una simple caridad de algo que tal vez sobra. Es entregarse por completo, según la vocación de cada quien, a la misión de Cristo.

**Camino hacia la Sabiduría:** Un corazón humilde es enseñable y, por lo tanto, capaz de recibir la verdad y la sabiduría que provienen de Dios. Es un corazón que está a la escucha, y se sabe imperfecto e ignorante. Es aquella alma que goza al compartir con los hermanos que han recibido dones y gracias excepcionales, sin sentir frustración, celo o envidia.

Conviene recordar la enseñanza del mismo Señor, diciéndonos: “Cuando te conviden a una boda, no te sientes en el puesto principal, no sea que hayan convidado a otro de más categoría que tú; y venga el que los convidó a ti y al otro, y te diga: «Cédele el puesto a este”. Entonces, avergonzado, irás a ocupar el último puesto” (Lc.14, 8-10).

Estos hombres desconocían cuál es lugar que les corresponde y son incapaces de reconocer quién era de Verdad Cristo.

Las redes sociales son un espectáculo muy cercano de ese espíritu anti-cristiano de la figuración, la venta de una imagen sobrevaluada y el afán por exaltar el propio “ego” de mil maneras... Por eso, este mensaje del Primer Apóstol de la Nueva Evangelización nos habla acerca de algo de gran actualidad: *“La mentalidad del mundo impulsa a sobresalir, a abrirse camino, incluso con astucia y sin escrúpulos, afirmándose a sí mismos y a los propios intereses. En el Reino de Dios, en cambio, se premian la modestia y la humildad. Por el contrario, en los asuntos terrenos triunfan a menudo el arribismo y la prepotencia; las consecuencias están a la vista de todos: rivalidades, abusos y frustraciones” (San Juan Pablo II Audiencia, 2 de septiembre de 2001).*



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

Para reconocer y acoger al Señor, la humildad es clave necesaria. La humildad permite entender las cosas a fondo, conocernos en profundidad. Él nos pondrá en el lugar que realmente nos corresponde y nosotros podremos reconocer el lugar que Cristo ocupa (o debe ocupar en nuestras vidas) como Dios que es. Entonces podremos descubrir que Él es nuestro Salvador.

“Cristo se anonadó tomando la forma de siervo. Por lo cual Dios lo exaltó” (Flp.2, 7) ¡Se humillo! No vino, no nos ganó, con prepotencia. ¡Nos ganó por la humildad! Por tanto, el camino para dejarnos “ganar” por Cristo es la humildad. El Señor con un humilde se luce, mientras que con el soberbio no sabe qué hacer. Difícilmente responderemos a Cristo con prontitud y docilidad si estoy pagado de mí mismo, a mis modos de ver y hacer como si fueran los únicos.

Hoy en día se necesitan **Apóstoles valientes y radicales**. Radicales no como extremistas (visto negativamente), sino radicales como aquellas personas que, sin desfallecer, remen en contra de la corriente y traten de esparcir por el mundo esa pequeña llamita de luz, que muestre al hombre aturdido, la esperanza, el consuelo, la alegría y la paz que encuentran quienes siguen la doctrina de Cristo y permanecen junto a Él, teniéndolo como **ÚNICO DIOS**.

También es necesario **saber dialogar**. Mucho del cambio que necesitamos hoy en día, la mayoría de nosotros, es saber exponer con sinceridad y sencillez nuestros puntos de vista, y también por supuesto, saber defenderlos, no aceptando imposiciones cuando las ideas sobrepasen a la verdad del Evangelio. Pero es necesario siempre actuar con humildad y en espíritu de paz, dispuestos a escuchar, abiertos del corazón y en pos del dialogo.

Para poder defender y accionar en pro de los valores evangélicos, necesitamos, como Apóstoles de la Nueva Evangelización, ser hombres y mujeres “actualizados”; es decir, ser conocedores de la realidad que nos circunda, y estar dispuestos y capacitados para discutirla y mejorarla, siendo simples, humildes, generosos, abiertos a todos y comprometidos con la causa de Dios... sí, de Dios y no de la nuestra.

Para esto, nos es absolutamente necesario analizarnos bien, también a nosotros mismos, conforme a lo que verdaderamente somos y a la misión que Jesús nos pide desempeñar, tomando en cuenta nuestras competencias, nuestras virtudes y talentos, para saber, primero, escuchar, y también hacernos oír, entendiendo, desde luego, que en la fraternidad, el cariño, la humildad, y en la inclusión del otro, es donde mejor se construye el progreso humano; y que ésta será la única manera posible de, verdaderamente, transformar al mundo y transformar primeramente nuestras conciencias.

Por esa **cercanía con la gente, con sus necesidades y carencias**, por ese conocimiento de los dolores de nuestros hermanos que hemos podido experimentar al acercarnos a ellos a través de los Ministerios de Servicio del ANE, el Apostolado de la Nueva Evangelización, debe ser el **“Apostolado de los pobres”**; y esto se logra siguiendo el ejemplo de Jesús, Quien vino al mundo especialmente para servir a los pobres y a los más necesitados...

Pero no nos dejemos engañar con el lenguaje, porque la pobreza, desde una perspectiva teológica, es un concepto mucho más amplio que el de su simple definición semántica, sociológica o económica, que son las acepciones en las que generalmente pensamos cuando oímos esa palabra. Por ello, habría que



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

matizar y entender correctamente, el concepto de «pobreza» de espíritu, que analizaremos en nuestra segunda charla.

**PARA REFLEXIONAR:** Convertirnos es sobre todo amar, pero siempre hay dificultades para que nuestro amor se mantenga despierto y en forma: las preocupaciones de esta vida, la rutina, el egoísmo, el amor propio, la falta de oración y mortificación, la falta de gracia y del auxilio de los sacramentos, tantas cosas que amenazan con apagar la llama que el Señor se esmera por encender amorosamente, una y otra vez en nuestras almas... Por eso es necesario, de vez en vez, darnos nosotros el tiempo para vivir y degustar de un retiro, que nos ayude para avivar de nuevo esa llama, renovarnos y llenarnos por dentro, y evitar de esa forma, que nuestro fuego interior se apague.

**PRIMERA DINÁMICA “PERSONAL”**

**NOTA IMPORTANTE:** En este momento se les pide a los organizadores que repartan las hojas impresas con el mensaje de las Cruzadas y las preguntas (Y SI ES POSIBLE, TAMBIÉN CON EL TEXTO DE LA PRIMERA PLÁTICA, DEPENDIENDO DE LOS RECURSOS DISPONIBLES). Se sugiere lean con voz clara y fuerte el siguiente mensaje (aunque cada participante deberá tener su hoja con el mensaje impreso para seguir la lectura y volver a leerla en silencio, luego, junto con las indicaciones y preguntas para el trabajo personal posterior).

**GCA-162: Sigán la Huella de Mi Preciosa Sangre**

**24 de enero de 1996**

**Jesús**

Hijos Míos, Soy el humilde Nazareno que vengo como un niño huérfano buscando su amor, como un Mendigo buscando su caridad, como un enfermo buscando consuelo y como un peregrino buscando albergue y un lugar para descansar. No Me nieguen, no Me cierren sus puertas. Extiendan sus manos para recibirme, présteme sus corazones para descansar, se los suplico, hijos Míos, mírenme como estoy, solo, golpeado, cansado, con hambre y sed de amor de sus almas.

Regresen pronto, Mi pequeño pueblo, que su Rey los necesita, sus hermanos están en gran peligro. Satanás ha enviado un ejército de fieras enfurecidas, ¡si pudieran ver cuántas almas han destrozado con sus artimañas! Extienden sus tentáculos por todos los rincones de la Tierra, se han convertido en toda clase de ídolos, confundiendo a Mis hijos amados.

Ayúdenme, hijos, sean un pequeño ejército que guíe a sus hermanos que están ciegos por el poder, el dinero, el orgullo, la soberbia, todo lo que da en abundancia el maligno enemigo de las almas.

Ayúdenme, hijitos, recojan a prisa a todas Mis amadas ovejas, luchen y defiéndanlas aun a costa de sus vidas, recuerden que ustedes darán cuentas cuando Yo los llame. Si llegan ante Mí lujosos y despreocupados, los despediré de Mi Reino, porque ustedes se habrán preocupado más de su bienestar y no de su trabajo. Y si los veo venir todos cansados, heridos y en andrajos, les diré “vengan a Mis brazos, benditos de Mi Padre y tomen posesión de Mi Reino, han sido buenos pastores.”



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

Hijos Míos, luchen, difundan nuestro amor, tienen en sus manos y en su corazón los medios y las armas para el gran combate. Oración, rezo del Santo Rosario, Penitencia, Eucaristía, Ayuno y las Obras de Misericordia.

Háganlo, hijos Míos, los hago responsables de salvar a sus hermanos, ustedes serán la tabla de salvación para muchos en este gran naufragio Pasen todas estas tribulaciones con Fe y perseverancia, porque más tarde vendrá la verdadera purificación a esta tierra, engañada en la maldad y la ceguera.

Hijitos, adéntrense en Mi amoroso Corazón, que es el Refugio de perdón, paz y amor.

Acompañenme con amor y entrega en esta nueva Cuaresma, ustedes la celebran como “un aniversario más”, pero no, hijos Míos. Yo vuelvo a sufrir y a recorrer cada instante de dolor que padecí para salvar sus almas, y aún no He recuperado a todas las pequeñas almas que pagué con el precio de Mi Sangre. Cada “aniversario” que ustedes celebran Me siento más solo, cansado y en constante agonía; cada vez encuentro más corazones empobrecidos, han despreciado la riqueza de Mi amor, han malgastado el Tesoro de Mi Corazón y a cambio Me entregan migajas, reproches, orgullo, soberbia y altivez.

Pobres hijos Míos, la ceguera que tienen con su ambición les impide ver que les extiendo Mis brazos para abrazarlos. No miran Mi pecho abierto, en donde está Mi Corazón Sacrosanto en continuo ofrecimiento de amor, no miran Mi Divino rostro que emana luz y paz, ni siquiera Mis manos que están llenas de Gracias que les quiero entregar, tan sólo a cambio de que Me entreguen sus corazones y sus pequeñas almas.

Hijos Míos, cuánto dolor Me causan al verlos convertidos en simples fanáticos que corren detrás de los ídolos que han creado con sus intereses, qué ciegos están al no ver la mano infernal en todo esto.

Y ustedes, pequeños que empiezan a caminar por la ruta trazada por la Mano de Mi Padre, sigan la huella de Mi preciosa Sangre, derramada por su libertad; caminen siempre bajo la luz del Espíritu Santo, vuelvan a ser niños para que Mi Madre sea su Madre. Los quiero en total santificación, agranden cada vez más sus pequeños corazones, no los reduzcan con las dudas y egoísmo. Si aman con pureza y sinceridad, aprendan a multiplicar cada vez más para que puedan repartir su amor en Mi Nombre, háganlo como su Maestro, que Ha multiplicado panes y peces para toda la humanidad hasta la eternidad. Recuerden, hijos Míos, el amor es infinito, no tiene peso ni medida.

Ayúdenme a salvar almas, que Mi barca aún está vacía; en ella hay el mejor vino que es Mi Sangre y el mejor manjar que es Mi Cuerpo, para saciar la sed y el hambre de todos Mis hijos... No Me dejen solo, ayúdenme a beber todos estos cálices de amargura que tengo ante Mí. Despierten, hijos Míos, de este pesado letargo de indecisión, permanezcan en vela y listos para el Gran Combate.

**MEDITACIÓN PERSONAL:**

**NOTA IMPORTANTE: INDICACIONES:** Haz un verdadero examen de conciencia que sea objetivo y mirando en tu interior, sabiendo que a Dios nada se le puede esconder, ya que este ejercicio te ayudará para empezar a sanar todo lo que te duele, contamina y aparta de Dios.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

Analizaremos detenidamente nuestras “reacciones” y “acciones” en:

- el trabajo de apostolado,
- en la casa, con la familia
- en el trabajo o lugar donde me desempeñe
- en mi vocación escogida de vida (matrimonio, soltería, consagrado)

Analizaremos detenidamente nuestras “acciones” y “reacciones” especialmente en las circunstancias que nos resulten desagradables:

- cuando se nos contraría o contradice;
- cuando alguien hace o dice algo que nos molesta;
- cuando no podemos hacer algo que tal vez queremos mucho hacer;
- cuando al contrario: tenemos que hacer algo que no queremos, por ningún motivo hacer, etcétera.

**PARA RESPONDER:**

**INDICACIONES PRELIMINARES:** El participante en el retiro deberá ANTES de responder, leer dos o tres veces, si es necesario, las meditaciones anteriores, confrontándolas con el mensaje que ha leído y la plática que se le ha impartido. Tratará de meditar y contestar tomando como referencia qué es lo que el Señor le dice al leer el mensaje. Cada vez que lea una pregunta, podrá echar un vistazo al mensaje, para tener más en claro lo que Jesús le dice y lo que él o ella hace habitualmente, y de ésta forma poder contestar con sinceridad...

- ¿Pienso antes en los demás que en mí?
- ¿Trato siempre de dar lo mejor, incluso cuando esto traiga consigo el que yo no tenga o consiga lo mejor para mí?
- ¿Valoro y fomento la felicidad de otros (dar felicidad o hacer felices a los demás) la mayor parte del tiempo, o al menos en el mismo número de veces que me doy gusto a mí mismo?
- Aun teniendo la capacidad o la autoridad para “exigir”, demandar o pedir algún servicio o atención hacia mi persona, ¿trato de hacer lo que yo puedo hacer por mí mismo, con la finalidad de quitarle un poco de trabajo o aliviarle la carga a la persona que me sirve o ayuda?
- ¿Que tan seguido trato de ser útil, especialmente cuando sé de antemano que a la persona que ayude, provea o sirva, nunca me podrá agradecer ni retribuirme nada a cambio, en muchos casos, ni siquiera un “apropiado gracias”?
- ¿Qué tan seguido me ofrezco o me brindo a ayudar, o acepto el pedido de ayuda que me hagan – sabiendo que puedo hacerlo sin ningún problema—, cuando la actividad o las personas inmiscuidas no me caen del todo bien, o no pertenecen a mi círculo de amistades; o cuando no me beneficiaré de algún modo, cuando no aparecerá mi nombre, o nadie sabrá lo que realizaré y no recibiré aplausos y felicitaciones por ello...?
- ¿En qué faltas caigo con más frecuencia durante el día, qué tentaciones me cuesta más trabajo resistir en general? Debo reconocer, con la mayor claridad y honestidad, las faltas que cometo contra Dios, contra mí mismo y contra mi prójimo. Necesito pedirle al Señor, estando frente al Santísimo, y con la ayuda de María, que me permita ver qué aspectos de mi vida impiden la unión de mi alma con Él, esperar en silencio para escuchar la respuesta del Señor...



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

- ¿Veo en cada uno de mis hermanos (especialmente a los que me cuesta tratar) a Jesús humilde que viene a mí como un niño huérfano buscando su amor, como un Mendigo buscando su caridad, como un enfermo buscando consuelo y como un peregrino buscando albergue y un lugar para descansar?
- ¿Existe algo en mi vida que me ciegue y esté relacionado con el poder, el dinero, el orgullo, la soberbia, el placer, todo lo que da en abundancia el maligno enemigo de las almas?
- ¿Estoy dispuesto a arrancar de raíz eso que me estorba, para seguir mi camino hacia la salvación?
- ¿Qué actitudes de vida y qué conductas, concretas, pienso realizar para lograrlo?
- Habiéndome dado el Señor, y habiendo puesto en mis manos y en mi corazón los medios y las armas para ayudarlo en el combate contra las fuerzas del mal, contribuyéndole a salvar almas y a salvar en particular la mía... ¿He respondido a su llamada de manera generosa, comprometida y satisfactoria con respecto a:
  - \* La Oración (rezo del Santo Rosario/Casita de oración)?
  - \* Las Penitencias y sacrificios?
  - \* La Eucaristía (asistir a Misa y recibir sacramentos)?
  - \* Los Ayunos?
  - \* El realizar las Obras de Misericordia de forma como Dios quiere que las realice, siendo una persona generosa, solidaria, desprenda, atenta, pura de intención, humilde, obediente y comprometida con mi apostolado y la iglesia...?
- ¿Qué deberes o enmiendas pendientes tienes para con tu familia, tus amigos, aquellas personas que de alguna manera te han ayudado en algo (material o espiritual), para con el mismo Señor?

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Guarda todo esto en tu corazón y no te deshagas de estos tus apuntes, para que, al cabo de un rato, puedas seguir trabajando nuevamente con todo esto.





**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

**SEGUNDA MEDITACIÓN:**

**3.2.2- Segunda Meditación: “Bienaventurados los pobres de espíritu, porque de ellos es el Reino de los Cielos”(Mt. 5,3)**

**NOTA:** Esta meditación tiene dos partes. Según los tiempos y nivel de la audiencia, se tomará la decisión si se imparte toda en un solo momento, juntando parte uno y parte dos, o si sea más conveniente dividir las en dos tiempos para mejor comprensión. Igualmente, de ser únicamente necesario, se podrá tomar preferiblemente la parte dos para impartir, dejando para otro momento la parte uno. Todo dependerá de la forma en como mejor convenga según la audiencia que se tenga).

**TEXTO:**

**PRIMERA PARTE:** Para empezar, tendríamos que preguntarnos, con el fin de aclarar y despejar toda mala inclinación o vicio, ¿Qué significa ser verdaderos testigos de Jesús? Si en algún momento, caminando en la calle de nuestra ciudad, se acercara una persona desconocida y nos dijera a gritos y llena de fascinación que nos convirtiéramos en seguidores de los Yanquis de Nueva York (equipo de béisbol) porque son excelentes, porque nuestra vida “sería otra” al convertirnos en seguidores de ellos, y porque de seguro ganarán el campeonato mundial inter-clubes... ¿qué pensaríamos en ese momento...?

Seguramente, si nos encontramos de buenas y sin tanto correteo, le daríamos las gracias y emprenderíamos una graciosa huida, no sin antes pensar que esa persona está más que loca, y que por supuesto es una reverenda fanática del béisbol y de su equipo... Lo más seguro es que su invitación, intención y motivación para transformarnos en seguidores, no daría el más mínimo resultado.

Si hiciéramos nosotros algo similar a lo de este ejemplo, para acercar a la gente al Señor, pretendiendo con ello estar cumpliendo con el llamado a ser testigos de Jesús, de Su Palabra y de Su Amor, lo más seguro es que no vayamos a tener mucha respuesta positiva y, si acaso algo lográramos, con seguridad que no sería algo perseverante...

Entonces, si actuando y hablando de ésta forma no logramos convencer a los que nos rodean para unirse a nuestro grupo de católicos, miembros del Apostolado de la Nueva Evangelización, ¿cuál será la fórmula correcta para hacerlo...? ¿Cómo podríamos cumplir con el pedido del Señor de ser Sus testigos y llevar Su Palabra hasta los últimos confines de la tierra...? ¿Cómo hacerle para transformarnos, primero nosotros por dentro, para luego poder dar y hablar de lo que está lleno nuestro corazón...? Hace un momento pudimos ver la película (en el caso que se haya podido ver, sino, se omite esta parte del texto), que nos muestra la transformación de un hombre que, de una manera quizá similar a la de San Pablo, tuvo que “experimentar a Dios” para poder convencerse de su presencia y obrar...

Entonces las preguntas pertinentes ahora son: ¿Cómo podemos realmente transformar nuestros corazones ahora, si ya lo conocemos hace algún tiempo...? ¿Cómo tenemos que hacer para convertirnos en verdaderos discípulos, testigos y apóstoles...?

En Hechos 1,8 la Escritura nos dice: “...recibiréis la fuerza del Espíritu Santo, que vendrá sobre vosotros, y seréis mis testigos en Jerusalén, en toda Judea y Samaria, y hasta los confines de la tierra.”



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

El compromiso de todos los cristianos católicos es, siendo nuestra Iglesia una y misionera, ser testigos de Jesús, y llenar toda nuestra vida con ese obrar. El Señor en la Biblia **afirma** que seremos sus testigos. Esta afirmación la hace con la autoridad que tiene de Dios, y como tal, Su Palabra es cierta, eficaz y actuante... Por tal motivo, ésta es una declaración de certeza divina y no depende en lo absoluto de ciertos implementos que pueda aportar el hombre. El Espíritu Santo literalmente reside dentro de cada hijo de Dios a través de la gracia y el Espíritu Santo, es El gran testigo de Jesucristo y nosotros somos el templo donde Él habita. Esa es precisamente la razón por la cual la Iglesia, a través de sus Pastores, nos exhorta a los creyentes a que estemos llenos del Espíritu Santo (Efesios 5,18) Porque cuando una persona está llena de Él, y es controlada por Él, el Espíritu Santo Obra maravillas: llena, transforma y aviva todo lo que motive al accionar en beneficio del Reino, de manera que, poco a poco, hace que el creyente esté vacío del “yo” y exhiba, por su conducto, poderes sobrenaturales por medio los cuales, la Presencia y el Obrar de Dios, se manifieste en el caminar del apóstol.

Esto es así. Y tanto las Escrituras como la tradición de la Iglesia, nos brindan multitud de testimonios sobre estas verdades. Jesús escogió a la mayoría de sus Discípulos entre gentes provenientes de extractos sociales, intelectuales y económicos muy bajos (tenían en su mayoría el oficio de pescadores). Con esto, Jesús nos enseña que Dios lo puede todo, y lo único que necesita es el “**sí**” de las personas; es decir, su voluntad para estar y permanecer junto a Él, de manera que Él les llama para poder capacitarlos y hacerlos Sus testigos y mensajeros de su amor.

En efecto: con frecuencia Dios no elige a los preparados, sino que más bien prepara a los elegidos que aceptaron su elección, que respondieron al llamado.

La Escritura nos cuenta, con respecto a los Apóstoles, que *“les pusieron en medio y les preguntaban: ‘¿Con qué poder o en nombre de quién habéis hecho vosotros eso?’ Entonces Pedro, lleno del Espíritu Santo, les dijo: ‘Jefes del pueblo y ancianos, puesto que con motivo de la obra realizada en un enfermo somos hoy interrogados por quién ha sido éste curado, sabed todos vosotros y todo el pueblo de Israel que ha sido por el Nombre de Jesucristo, el Nazareno, a quien vosotros crucificasteis y a quien Dios resucitó de entre los muertos; por Su Nombre y no por ningún otro se presenta éste aquí sano delante de vosotros.’”* Y luego nos aclara que *“Viendo la valentía de Pedro y Juan, y sabiendo que eran hombres sin instrucción ni cultura, estaban maravillados. Reconocían, por una parte, que habían estado con Jesús; y al mismo tiempo veían de pie, junto a ellos, al hombre que había sido curado; de modo que no podían replicar. Decían: ‘¿Qué haremos con estos hombres? Es evidente para todos los habitantes de Jerusalén, que ellos han realizado una señal manifiesta, y no podemos negarlo.’ (Luego) Les llamaron y les mandaron que de ninguna manera hablasen o enseñasen en el nombre de Jesús. Mas Pedro y Juan les contestaron: ‘Juzgad si es justo delante de Dios obedeceros a vosotros más que a Dios. No podemos nosotros dejar de hablar de lo que hemos visto y oído.’”* (Cfr. **Hechos. 4,7-10; 12-14; 16; 18-20**).

Ser testigos de Jesucristo, no quiere decir tener en la bolsa las mil medallitas de todos los santos, ni acudir únicamente a mi casita de oración y saberme de memoria casi todos los pasajes de la Biblia, asistir a Misa todos los domingos y las fiestas de guardar... Ni siquiera hacerlo todos los días y demostrar que soy buen@ delante de todos... Ser Testigo es más que eso... es muchísimo más. El ser testigo de Jesús supone una vida de compromiso y obediencia a Él en todos los ámbitos y circunstancias de la vida. Responder al llamado que, viniendo de Él, se atesora para ir creciendo en santidad y justicia delante de Dios y los hombres, pasando –como primer paso– la propia voluntad por el crisol de la Santa Voluntad, y



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

trasparentando cada día un poco más la pureza de intención con la que se vive y actúa en el Nombre del Señor.

Si nos ponemos a meditar, nos daremos cuenta de que la Iglesia primitiva, al comienzo del cristianismo, encendió los corazones de las personas que tenían contacto con esta “nueva sociedad o comunidad”. Todos querían convertirse y ser como eran ellos. ¿Qué era lo que éstas personas notaban de diferente, que realmente los motivaba para cambiar y ser como ellos...?

¿Sería únicamente las prédicas de los apóstoles y lo que enseñaban...? La escritura nos lo dice claramente: *“Los que acogieron su Palabra fueron bautizados. Aquel día se les unieron unas tres mil almas. Acudían asiduamente a la enseñanza de los apóstoles, a la comunión, a la fracción del pan y a las oraciones. El temor se apoderaba de todos, pues los apóstoles realizaban muchos prodigios y señales. Todos los creyentes vivían unidos y tenían todo en común; vendían sus posesiones y sus bienes y repartían el precio entre todos, según la necesidad de cada uno. Acudían al Templo todos los días con perseverancia y con un mismo espíritu, partían el pan por las casas y tomaban el alimento con alegría y sencillez de corazón. Alababan a Dios y gozaban de la simpatía de todo el pueblo. El Señor agregaba cada día a la comunidad a los que se habían de salvar.” (Hechos 2, 41-47).*

Seguramente, todos habremos notado que hay muchas personas que nos decimos católicos y en realidad lo somos únicamente de nombre, porque, de hecho, dejamos mucho que desear con nuestras actitudes en relación con Dios y con los hermanos. Somos testigos de lo que nos conviene y en la medida en que nos va bien con respecto a nuestro propio parecer y a nuestro estilo de vida, y cuando algo de la doctrina de Jesús se contrapone a nuestros proyectos y beneficios, salimos por la tangente, tratando de dar explicaciones sofistas de algo que, en sí mismo, no tiene razón de ser, y se opone a cualquier enseñanza cristiana y moral.

**Somos católicos por tradición y no por convicción.** Y eso demuestra que en realidad ni estamos convertidos realmente a Cristo ni creemos realmente en lo que Jesús Es y significa para nosotros; es decir: no estamos convencidos realmente de lo que “decimos que creemos y hacemos”. **NO HAY COHERENCIA.** ¿Quién compraría un producto que, de antemano, el que lo ofrece ni está convencido de su efectividad ni sabe realmente cómo se usa...? ¿Cómo se podría siquiera introducirlo al mercado...?

De la misma manera, muchas personas continúan “convirtiéndose” (entre comillas) por la aplicación de presión psicológica de parte de las personas que, en algún momento, tienen bajo su custodia sus vidas, o tienden de alguna manera a influenciar en ellas (como los padres, una novia o novio, una abuela a quien se quiere mucho, etcétera). Eso podría llamarse un catolicismo de confrontación, de formas, de leyes o de presión. Y mientras que ciertamente, algunos terminan siendo cristianos católicos genuinos, la mayoría, al no tener fondos realmente trascendentales, entra en una decadencia espiritual causada por la falsa conversión, arrastrando consigo a las personas que se hallan en proceso de conversión verdadera y que, al darse cuenta del pobre testimonio, o los anti-testimonios, deciden pensar mejor si realmente quieren hacerse católicos o no, y esa gran mayoría, insatisfecha y decepcionada, ha venido contribuyendo socialmente a una caída en espiral, no sólo de nuestra religión, sino también de los valores del Evangelio... ¡Y todo por culpa de los que **decimos** ser testigos, **pero en realidad** no lo somos! En otras palabras: es cada vez más necesario mantener un testimonio coherente, sano y santo, no importando las



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

dificultades y situaciones en las que la vida nos envuelva. Este es un poderoso recurso de un verdadero testigo de Jesús ante un mundo lleno de personas que, como “ovejas sin pastor”, mueren en las fauces de los lobos de la perdición.

**SEGUNDA PARTE:** Pero es necesario analizar ahora la forma de “cómo llegar” a ser buenos testigos... Jesús nos dice (y a la vez nos ofrece) que, si somos puros de corazón y pobres de espíritu, nos dará en regalo el Reino de los Cielos... pero: ¿Cómo lo lograré, si quizá ni siquiera sé en que estoy fallando? ¿Como puedo alcanzar ese objetivo?

Veamos cual es el verdadero significado de pobreza espiritual, y ese será el primer paso para saber cómo podríamos alcanzarla.

La vida de todo creyente genuino –sin excepción alguna– es un testimonio del poder salvador de Jesucristo. Necesitamos, como los primeros cristianos en la Iglesia primitiva, ser una “buena carnada”, un buen testimonio a seguir.

En efecto, en un mundo totalmente egocéntrico, individualista, materialista y dominado por el relativismo, como es el mundo en el que vivimos actualmente, la pobreza suele identificarse de inmediato y solamente con la falta de recursos económicos o materiales, de tal suerte que “ser pobre” es algo que nadie en su sano juicio buscaría sin violentarse... Desde luego que millones de personas, católicos y no católicos, hoy viven en una situación de verdadera pobreza y carencia material, y la Iglesia se ha preocupado desde sus orígenes por ellos; pero la principal pobreza contra la que la Iglesia lucha es contra la **“carestía o pobreza espiritual”**, que no es lo mismo que la pobreza de espíritu.

Para entender realmente a lo que se llama pobreza espiritual, diremos que es aquel estado de carencia que se manifiesta en la falta de amor a Dios y al prójimo, en el egoísmo militante y el hedonismo exacerbado, es decir, en la búsqueda obsesiva y casi desesperada del placer; esa pobreza de no buscar lo trascendental, sino conformarse con lo instantáneo; la pobreza a través de la cual se olvida al espíritu y se sobrevalora al cuerpo, y que lleva al hombre a ser esclavo de su individualismo, de su egocentrismo y a olvidarse verdaderamente de los demás (aunque pretenda o finja no hacerlo); porque quien vive para sí mismo y sus placeres físicos es incapaz de preocuparse u ocuparse auténticamente de los demás.

Todo ello se refleja en la soberbia, en la vanidad, en el afán del poder por el poder, en el amor al dinero, en el acaparamiento de las cosas, en el desprecio por todo aquello que cuesta trabajo y esfuerzo lograr; en el consumismo descontrolado y en la decadencia de los valores; en suma, en una egolatría, a la que se ha sumado ahora el relativismo, que ha envuelto al mundo actual, pensamiento, ciencia, economía, política, cultura y hasta una pseudoteología.

Esa es la auténtica pobreza que está conduciendo al mundo hacia su inevitable fin, porque es causa de la corrupción, del crimen, de la inseguridad, de la muerte y de las guerras... Esa es la pobreza que preocupa y debe ocupar a la Iglesia en su conjunto, y especialmente a nosotros, como Apóstoles de la Nueva Evangelización, para estar atentos de no caer en alguna o algunas de esas grandes y múltiples tentaciones... Sí, TENTACIONES, ya que la pobreza, en el ámbito espiritual, no es sinónimo solamente de carencia sino también de DECADENCIA, y tiene, como hemos mencionado, muchísimas aristas, muchas caras, demasiados rostros...



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

Empezaremos entonces por reflexionar si es que estamos inmersos en algo que nos haga espiritualmente pobres, y si consecuentemente, necesitaremos reconducir nuestra propia vida, para convertirnos más a Dios y ayudar a la humanidad, señalando y denunciando estos grandes pecados estructurales, en el entorno social en el que nos desenvolvemos, haciéndoles entender, a través de una Nueva Evangelización, para este nuevo y moderno mundo en que se vive, la necesidad de redescubrir al espíritu y de volver al Señor.

El Papa Francisco ha tratado de concientizarnos, cada día, de que el mundo hoy vive una enorme pobreza espiritual. Su pontificado, en efecto, estuvo orientado principalmente a combatir esa llaga en la humanidad, y a convencernos de que sólo con el apego al Evangelio de Cristo podía curarse esa herida.

El Papa León XIV ha seguido el mismo camino. Por eso es necesario que, como miembros del ANE, empecemos ya mismo, en esta Cuaresma, de una manera más tenaz y comprometida, a dar a conocer el mensaje de Jesús a quienes carecen de la fuerza del Espíritu, y hacerles ver que TODOS estamos llamados a la santidad, porque TODOS somos destinatarios de la Misericordia de Dios y herederos de la riqueza del amor de Jesucristo.

Para esto, solo es necesario aceptar esa Misericordia y convertirse hacia Él, ya que siempre nos espera con los brazos abiertos, para darnos Su eterno Amor.

Decíamos que, en un mundo permeado por el relativismo, como en el que vivimos actualmente, **los valores humanos** se han tergiversado casi por completo, y han mutado hasta el opuesto de **las virtudes**; es decir, que hoy se valoran más los vicios... ¿Por qué puede sorprender la actitud de humildad de algunos personajes o hermanos nuestros, cuando sus actos deberían ser considerados como lo más normal para cualquier persona? Muchas veces causan admiración, otras veces extrañeza, recelo, y las más de las veces se piensa que están locos (que les faltan varios tornillos), o que son exagerados (sino fanáticos) y a menudo causan “escándalo”...

Esto se debe, sin lugar a dudas, a que hoy en día “lo normal” es optar por el mal y “lo anormal” es optar por el bien. Ya no nos espanta ni nos causa angustia la violencia, la mentira, la ira, el individualismo colectivo, el egoísmo, la vanidad o el hedonismo; hemos aprendido a ver esas actitudes humanas como “normales”, y no nos indignamos ante los vicios de la conducta, como, por ejemplo, toda la organización que viene promoviendo los valores anti-natura, para que sean aceptados en estos días de manera tan común. Como la cereza de ese pastel, ahora entraron en auge y en las primeras planas, los “Therians”.

El mal –deberíamos decir en realidad el Maligno, porque existe y tiene nombre y apellido, aunque haya la corriente que quiere hacerle ver como una cuestión surrealista y metafórica—, el Príncipe de la mentira, ha sabido actuar hábilmente y nos ha engañado, haciéndonos ver al mal como lo más normal en este mundo... El alejamiento de la experiencia de Dios, y la voluntad manifiesta de vivir la vida sin Dios, por la que gran parte de la humanidad ha optado, no le permite ver que la moral relativa actual (o peor aún, la inmoralidad que impera) está fundada en una multiplicidad de “mentiras éticas”, como el respeto a la diversidad, la lucha contra la discriminación, la libertad de decisión sobre el propio cuerpo, etcétera.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**"LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO"**

Viniendo al mundo, Jesucristo nos indicó, Él mismo, el camino de la "normalidad moral" que debe SIEMPRE prevalecer, que debe guiar el actuar de los hombres y mujeres, y que en nuestro Apostolado (ANE), son premisas necesarias y elementos indispensables para el cumplimiento de la misión encomendada por el Señor, para poder desarrollar así los carismas de la Obra, multiplicando los talentos y haciendo las cosas más ordinarias de una forma extraordinaria: **amar al prójimo, amar a los enemigos, ser servidores de los demás, poner la otra mejilla, ser sencillos y transparentes, dar de comer a quien no tiene, perdonar las ofensas, ser humildes, enseñar a quien no sabe, estar alegres (no hay santo triste), llevar a todo el mundo el mensaje de amor (evangelizar a tiempo y a destiempo), dar testimonio de lo que se dice y se cree con las acciones diarias (ser congruentes), ser obedientes, ser generosos en todo aspecto, rezar siempre unos por otros, ser y hacer comunidad** y tantas otras hermosas enseñanzas, diseminadas a lo largo de los Evangelios...

Sólo pensando, sintiendo y actuando así, podremos dar guerra al enemigo de las almas y ganar la batalla. La humildad y la sencillez son las claves para poder hacer de la vida común y ordinaria, una experiencia llena de gozo, pasión y fe; mostrando al mundo a Cristo, pendiendo de una Cruz de Amor por los hombres, y al mismo tiempo, teniendo la certeza de tenerlo entre nosotros Vivo, Vencedor y Actuante, en cada momento de nuestro día y en cada paso que damos; haciendo igualmente de esa experiencia de fe, esperanza y amor, extraordinarias cada una de las cosas que se viven, así sean vistas por el mundo, como las cosas más insignificantes y ordinarias que pudieran existir.

Dependiendo del grado en el que estemos no sólo involucrados, sino COMPROMETIDOS con Jesús, Él mandará Su Espíritu sobre nosotros. En tanto que rindamos nuestras vidas, haciendo la Voluntad de Dios y viviendo según Él nos quiere, el Espíritu Santo será dado a cada uno en proporción a la apertura del corazón del creyente, y esto hará que, a través de nosotros, fluya el Espíritu de Dios dando testimonio de Él y acercando verdaderamente a los que Le buscan. Pero para que el Espíritu Santo se derrame sobre alguien, es necesaria la pobreza espiritual. En un corazón con soberbia espiritual, lleno de cosas del mundo y atado a él, no tiene cabida el Espíritu de Dios, y por lo mismo, el alma desperdicia las gracias y dones que Dios le regala y la conversión se da poco, tarde y nunca. La pobreza espiritual, es la primera de las ocho bienaventuranzas, marcando la base de la vida cristiana: **la humildad, el desapego o desprendimiento y la apertura a Dios.**

En las bienaventuranzas del Sermón del Monte, Jesús declara: "Bienaventurados los pobres en espíritu, pues de ellos es el reino de los cielos" (Mateo 5,3). ¿Qué significa exactamente ser pobre en espíritu, y por qué ser pobre en espíritu resulta en poseer el reino de los cielos? ¿Por qué ser "pobre en espíritu" es algo que Dios quiere que seamos? ¿Por qué querría Dios que fuéramos "pobres" en algo?

Algunos proponen que Jesús está hablando de pobreza financiera, que está abogando por la pobreza para que las riquezas y las posesiones no se interpongan entre nosotros y Dios. Si bien es cierto que en otros pasajes Jesús advierte contra la búsqueda de riquezas (Mateo 6,24), no parece ser ese el punto de Jesús en Mateo 5,3. Jesús está hablando de ser "pobre en espíritu", es decir, de ser "espiritualmente pobre". En las bienaventuranzas, Jesús se enfoca en realidades espirituales, no en posesiones materiales. ¿Qué significa entonces ser espiritualmente pobre?

Ser pobre en espíritu es reconocer tu absoluta bancarrota espiritual delante de Dios. Es entender que no tienes absolutamente nada de valor que ofrecerle a Dios. Ser pobre en espíritu es admitir que, debido a



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

tu pecado, estás completamente arruinado espiritualmente y no puedes hacer nada para librarte de tu grave situación. Jesús está diciendo que, sin importar tu estatus en la vida, debes reconocer tu pobreza espiritual antes de poder venir a Dios con fe para recibir la salvación que Él ofrece.

¿Por qué y cómo ser pobre en espíritu resulta en el reino de los cielos? Aunque la frase puede tener un significado amplio, el "reino de los cielos" se refiere esencialmente a la salvación. El reino de los cielos es tanto la eternidad en el cielo con Dios después de la muerte (Rom. 6,23) como la calidad eterna de vida con Dios antes de la muerte (Jn. 10,10). Dios nos ofrece la salvación como un regalo, mediante el sacrificio de Jesucristo en la cruz, el pago completo por la pena del pecado. Antes de que podamos recibir este regalo, debemos entender que no podemos hacernos merecedores de él. La salvación es por gracia mediante la fe, no por obras (Ef. 2,8-9). Debemos reconocer nuestro pecado antes de poder entender nuestra necesidad de un Salvador. Debemos admitir nuestra pobreza espiritual antes de poder recibir las riquezas espirituales que Dios ofrece (Efesios 1,3). En resumen, debemos ser "pobres en espíritu".

Cuando Jesús dice: "Bienaventurados los pobres en espíritu, pues de ellos es el reino de los cielos", está declarando que, antes de que podamos entrar en el reino de Dios, debemos reconocer la absoluta inutilidad de nuestra propia "moneda espiritual" y la incapacidad de nuestras obras para salvarnos.

En resumen, son bienaventurados aquellos que, al reconocer su miseria espiritual, confían plenamente en Dios y no en sí mismos. Ser testigos de Jesucristo significa hablar a otros acerca de Él y transmitir el gozo, la paz, la alegría de dar sin afán de recibir, de desbordar ternura y compasión, aún con la certeza de que nada nos puede dar aquel a quien ayudamos; de querer y hacer todo lo posible, para que mi hermano goce como yo, o tal vez más, de la presencia de Dios en su vida, y que, así como Jesús ha hecho maravillas en mí, las obre (y tal vez en mayor grado y de mejor manera) en ese hermano mío. Entonces, para quedar más claros sobre cómo ser verdaderos testigos de Jesús, en pobreza espiritual y pureza de intención, y por consecuencia, discípulos de Él, diremos que:

**1) La comunicación**, clave para hacer llegar el mensaje del Reino, es la herramienta por excelencia, pero no cualquier tipo de comunicación, sino aquella que viene del Espíritu Santo y actúa a través de la persona que ha dicho “**Sí**” y ha abierto su corazón para recibirlo y tenerlo actuante dentro de sí mismo. Esta comunicación del Espíritu es la “Predicación”. Una predicación sencilla, clara y precisa. Sin dobleces ni “recortes”, sino siempre predicada desde y con la verdad.

**2) El Testigo no tiene miedo.** Es libre y se siente libre de las ataduras del mundo, ya que lleva consigo al Señor de señores, al Rey de la Gloria, al Dios Todopoderoso y Eterno. Esta libertad la da la completa aceptación y entendimiento de ser pobre de espíritu, y, por lo tanto, incapaz, limitado, imperfecto y sin mérito alguno, más que con la misión y alegría interior de amar a Dios, hacer su voluntad y dejarse llenar con el Espíritu Santo, que por Él y de Él, se obtiene y se puede todo.

**3) El verdadero testigo, no es detenido por barreras culturales**, ya que siente y sabe que todos somos hermanos, y que nos necesitamos el uno al otro para poder salvarnos. Sabe que la salvación a solas no es posible, porque alguien que quiere lo mejor para sí mismo y los aplausos para sí, no actúa según y para las causas de Dios; por lo tanto, es lobo vestido de oveja; es cizaña en medio del trigo. La comunidad es necesaria, para salvarse y para trabajar cimentando el Reino de Dios. La única vía para salvarse es a través de la comunidad y en comunidad.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

**4) El Testigo no tiene perjuicios.** Sabe que el mensaje tiene que ser comunicado a los hombres, y es precisamente, quien se siente amado por Dios y ha tenido este encuentro personal con Él, que entiende la pobreza de su ser y la magnanimidad de la misericordia de Dios para con sus faltas, y, por consiguiente, asume la responsabilidad de transmitir esa visión de Jesús y las maravillas que ha realizado en su vida y durante toda la historia de la salvación del hombre: “No podemos nosotros dejar de hablar de lo que hemos visto y oído” (Hechos 4,20).

**5) Otra característica de los verdaderos testigos/apóstoles, es la cercanía con las personas;** con aquellas que ya han aceptado el mensaje de salvación y sobre todo, con las que están ansiosas de escucharlo por primera vez y atesorarlo en su corazón. Por lo tanto, la práctica de las obras de misericordia es entendida y valorada como el único pasaporte seguro (unido a los sacramentos y la oración), para alcanzar la salvación y la vida eterna. Los apóstoles de la Nueva Evangelización, ponen en práctica esta estrategia, enseñada por Jesús, inspirada por el Espíritu Santo y recomendada por la Iglesia, con tanta insistencia ahora a través del santo padre León XIV, y sus predecesores. Recordemos que el ANE es el Apostolado de los pobres.

**6) Los testigos tratan con todas sus fuerzas de hacer y contribuir al crecimiento y mejoramiento de la Iglesia,** y contribuir a que ésta sea fiel al anuncio evangélico, a la enseñanza apostólica y a la catequesis; fiel al amor fraterno solidario y activo, a través de obras concretas de caridad en favor de los más pobres; una iglesia fiel a la Eucaristía que es su centro y la fuente de su existencia; una iglesia fiel a la oración (adoración al Santísimo Sacramento) que es su fuerza vital; una iglesia que vive en la pobreza y en el gozo constante; una Iglesia que tiene a María como segundo pilar para llegar a puerto seguro. Ella, Madre de Dios, es el faro en la noche oscura, es la brújula que lleva siempre a Jesús. Es la Madre que siempre viene en socorro de sus hijos y nunca abandona, inclusive estando en las noches más oscuras del alma.

En las bienaventuranzas del Sermón del Monte, Jesús declara: **"Bienaventurados los pobres en espíritu, pues de ellos es el reino de los cielos" (Mateo 5,3).** ¿Qué significa exactamente ser pobre en espíritu, y por qué ser pobre en espíritu resulta en poseer el reino de los cielos? ¿Por qué ser "pobre en espíritu" es algo que Dios quiere que seamos? ¿Por qué querría Dios que fuéramos "pobres" en algo?

Algunos proponen que Jesús está hablando de pobreza financiera (dinero, pertenencias contables, bienes inmuebles, etc.), que está abogando por la pobreza para que las riquezas y las posesiones no se interpongan entre nosotros y Dios. Si bien es cierto que en otros pasajes Jesús advierte contra la búsqueda de riquezas (Mateo 6,24), no parece ser ese el punto de Jesús en este pasaje del Evangelio cifrado en Mateo 5,3. Jesús está hablando de ser "pobre en espíritu", es decir, de ser "espiritualmente pobre". En las bienaventuranzas, Jesús se enfoca en realidades espirituales, no en posesiones materiales. Así como la fe y la razón no se contraponen, igualmente la riqueza no es causa de condenación ni de mal, si es que se es pobre espiritualmente. ¿Qué significa entonces ser espiritualmente pobre?

**Ser pobre en espíritu es reconocer tu absoluta bancarrota espiritual delante de Dios.** Es entender que no tienes absolutamente nada de valor que ofrecerle a Dios. Ser pobre en espíritu es admitir que, debido a tu pecado, estás completamente arruinado espiritualmente y no puedes hacer nada para librarte de tu grave situación. Jesús está diciendo que, sin importar tu estatus en la vida, debes reconocer tu pobreza espiritual antes de poder venir a Dios con fe para recibir la salvación que Él ofrece. Es decir, se puede ser



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

rico en bienes y ser pobre espiritualmente y ganarse el Cielo. Pero también se puede ser pobre materialmente en bienes y condenarse por ser rico espiritualmente (es decir rico en soberbia). El ser pobre económicamente, no es causa de salvación, así como el que es rico económicamente, no es causa de perdición. Ambos pueden salvarse o condenarse en sus estilos de vida.

Entonces, aterricemos contenidos... ¿Por qué somos bienaventurados siendo pobres de espíritu, y cómo podemos llegar a serlo? ¿Porque el Señor nos ofrece el Reino de los Cielos, si logramos esta bienaventuranza? Aunque la frase puede tener un significado amplio, el "Reino de los Cielos" se refiere esencialmente a la salvación. El Reino de los Cielos es tanto la eternidad en el cielo con Dios después de la muerte (Romanos 6,23) como la calidad eterna de vida con Dios antes de la muerte (Jn.10,10). Dios nos ofrece la salvación como un regalo, mediante el sacrificio de Jesucristo en la cruz, siendo Él, el único mediador entre Dios y los hombres; es el mismo Cristo, el pago completo por la pena del pecado. Antes de que podamos recibir este regalo, debemos entender que no podemos hacernos merecedores de él. La salvación es obtenida por la gracia mediante la fe, siendo ésta, cimentada en obras en beneficio del prójimo (Ef.2,8-9). Debemos reconocer nuestro pecado antes de poder entender nuestra necesidad de un Salvador. Debemos admitir nuestra pobreza espiritual antes de poder recibir las riquezas espirituales que Dios ofrece (Efesios 1,3). En resumen, debemos ser "pobres en espíritu".

Cuando Jesús dice: "Bienaventurados los pobres en espíritu, pues de ellos es el reino de los cielos", está declarando que, antes de que podamos entrar en el reino de Dios, debemos reconocer la absoluta inutilidad de nuestra propia "moneda espiritual" y la incapacidad de nuestras obras para salvarnos. En conclusión, recordaremos que el apóstol San Pablo nos dice que tomemos en cuenta, en cualquier situación o circunstancia en que nos encontremos, a la justicia, a la piedad, a la fe, a la caridad, a la paciencia... Que estemos siempre atentos de nuestras conductas, y especialmente pongamos atención haciendo todo nuestro esfuerzo contra la vanidad y el orgullo, e implementemos siempre contra ellos lo que realmente se necesita: "mansedumbre". Éste es el camino de Dios, es el camino de la humildad de Cristo Jesús, que siendo rico se hizo pobre para enriquecernos precisamente con su pobreza. Este es el camino para servir a Dios. Y que el Señor nos ayude a todos nosotros a no caer en la trampa de la idolatría del Yo, sino que actuando a semejanza de San Juan Bautista, nos dediquemos verdaderamente a «indicar a Jesús», ya que Juan era la lámpara, NO la Luz. Del mismo modo, Juan «era la voz», tan así que él mismo dice en las escrituras de sí: "Yo soy la voz que grita en el desierto". Pero NO era la Palabra, "él era la voz que da testimonio de la Palabra".

Seamos llamas, que no se dejen apagar por el viento y las tormentas de la vanidad. Seamos voces que no se dejen acallar por la fuerza del orgullo.

“Por ello –expresaba el Papa Francisco en una homilía sobre Juan el Bautista– Juan es el testigo por excelencia. Juan «es grande», porque «siempre se pone a un lado». Él es grande, porque «es humilde y elige abajarse, anonadarse, el mismo camino que luego seguirá Jesús». Y también en esto «da un gran testimonio: abre el camino del abajarse, de vaciarse de sí mismo». Es Él, no yo, es Él». Y, ante «la insistencia de los jefes, del pueblo, de los doctores» Juan recordaba siempre: «Es necesario que Él crezca, a él le toca crecer, a mí disminuir». En la humildad, «está la grandeza de Juan». Es tan así que él «disminuye, se abaja, hasta el final: en la oscuridad de una celda, en la cárcel, decapitado por el capricho



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

de una bailarina, la envidia de una adúltera y la debilidad de un borracho»”. (Cfr. Homilía Papa Francisco).

#### **4.- SEGUNDA DINÁMICA DE REFLEXIÓN “PERSONAL”**

**NOTA IMPORTANTE:** Esta dinámica debe de realizarse justo después de terminar de ver la película

##### **4.1.- Indicaciones para los organizadores:**

Esta parte del retiro se trabajará de manera personal, en un ambiente de recogimiento y profunda meditación. Es indispensable que se realice terminando de ver la película, para que se tenga todavía fresco en la memoria su contenido, y así se puedan hacer las confrontaciones necesarias entre lo que se vive, el testimonio que se observó en la película de los diferentes personajes, y lo que el Señor quiere que se haga, según sus enseñanzas.

##### **4.2.- Pasos a seguir:**

Se repartirán de manera personal las hojas impresas para su respuesta y meditación, según se especifica en las directrices de la misma.

##### **4.3.- Desarrollo de la dinámica:**

- 1.- Escribe los tres momentos que más te hayan llamado la atención de la película
- 2.- Compara estos momentos que te han llamado la atención con tus acciones del día a día, y reflexiona según lo que viste, qué acciones positivas realizas que te hacen un buen testigo y apóstol de Jesús, y qué acciones se parecen a las del centurión con respecto a tu llamado y a tu misión de ser apóstol y testigo de Jesús delante de los hombres.
- 3.- Identifica, según lo que viste en la película, qué fue lo que motivó o hizo que el centurión cambiara de parecer ante los apóstoles.
- 4.- Piensa y explica qué fue lo que hacía que los apóstoles actuaran y vivieran de esa forma y qué es lo que hacía que se llevaran como hermanos, viviendo en comunidad.
- 5.- Reflexiona qué fue lo que le hizo falta al centurión para dar el último paso y seguir a Jesús por completo.
- 6.- Examínate profundamente, e identifica con una sincera reflexión sobre tu persona:
  - + Qué es lo que te hace no caminar en total abandono detrás del Señor.
  - + Qué es lo que te desmotiva a cambiar y darle un giro total a tu vida
  - + Qué te hace falta para poder dar ese gran paso y comprometerte más o de mejor manera con Jesús y con su Iglesia a través del ANE.
  - + Cómo ha sido tu llamado y qué misión tienes que llevar a cabo dentro de esta Obra del Señor, que no estés cumpliendo con coherencia, responsabilidad, unidad, obediencia y compromiso.
  - + Piensa y escribe qué puedes ofrecer al señor en esta Cuaresma, para poder vivir este tiempo de una manera muy especial para gloria de Él, tu propio bien y el bien de tus hermanos.

#### **5.- TERCERA DINÁMICA “GRUPAL”**

**NOTA IMPORTANTE:** Es en esta dinámica donde se utilizarán, entre otras fuentes, las frases, palabras u oraciones que están marcadas con rojo en la primera meditación.

##### **5.1.- Indicaciones para los organizadores y pasos a seguir para la realización de la dinámica grupal:**



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

- + Se agrupará a los hermanos en equipos de entre 5 y 8 personas, según el número de participantes que se tenga.
- + Se les informará que se les repartirán unas hojas impresas con las palabras, frases y oraciones que se comentaron al inicio de la primera meditación.
- + Igualmente, se le proporcionará de manera impresa a cada equipo, la vida de un santo, tratando de que a cada equipo le toque reflexionar y analizar la vida de un Santo diferente. Este Santo, no solamente será para reflexionar sobre su vida ejemplar, sino para que, descubriendo lo que le hizo coronarse en la Gloria, acompañe al equipo como santo patrono durante todo este ciclo 2026. Es importante siempre recalcar que, en estos casos, la acción del Espíritu Santo es importantísima, ya que la asignación del Santo Patrono no es producto del azar o de la suerte, sino que ha sido una decisión providencial para acompañar a cada persona en su caminar durante el año, según el Señor haya creído conveniente escoger uno u otro santo para cada quien, según sus necesidades y los contextos de su vida.
- + Cada equipo trabajará analizando las palabras, frases y oraciones propuestas, en relación con todo el contexto con el cual se ha venido trabajando y meditando. Trabajarán analizando las palabras, con la película que vieron, lo que han reflexionado acerca de sus personas, lo que han escuchado en las pláticas, los pensamientos de San Juan Bosco y lo que la vida del Santo que les haya tocado grupalmente, les dice.
- + Después de reflexionar y analizar individual y colectivamente, contestando a las diferentes preguntas, harán un condensado de toda la lluvia de ideas, y lo plasmarán para poder pasar a compartirlo, de un modo plenario, delante de los demás hermanos. Así hará cada equipo para irse alimentando de las reflexiones de todos los hermanos participantes en el Retiro.

## **5.2.- Materiales:**

- + Hojas impresas con las palabras resaltadas de la primera meditación (puede ser una por equipo).
- + Pensamientos de San Juan Bosco
- + La biografía de la vida de los diferentes Santos, impresas para repartir a cada grupo (puede ser una por equipo)
- + Hojas, lápices, plumas para escribir la lluvia de ideas y la condensación de ellas para la exposición en el plenario.
- + Tarjetitas con la imagen del santo que les haya tocado a cada equipo. Esto sí se requiere se entregue una a cada quien. Se pueden adquirir ESTAMPAS en cualquiera de las tiendas que venden artículos católicos o bajar de Internet. Lo que se pretende, es que cada quien se lleve la tarjetita de su santo patrono, y que éste los acompañe durante todo el año como un recordatorio de que él intercederá por cada quien y sus familias.

**NOTA:** En el caso de no encontrar las estampas de los santos, o en caso de que, por motivos económicos no se pudieran adquirirlas (aunque resultan a buen precio), se recomienda hacer de cartulina algún tipo de tarjetita decorada, donde se le ponga el nombre del santo, si es posible su imagen, y su virtud principal, para entregar a cada participante, según el equipo en el que le haya tocado trabajar.

**NOTA IMPORTANTE:** Encontrar material de santos, para ser Santos patronos disponibles para los grupos (o personas si se reparten de una en una), cada uno de los cuales tendrá asignado un santo Patrono. Si se reparten por grupos de un mismo Santo patrón, no es recomendable que los grupos



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

tengan más de 8 participantes por equipo, de manera que, si hubiera la necesidad, los santos pueden repetirse sin ningún problema.

**5.4.- Contenido:**

- 1.- **VIDAS DE SANTOS:** (Encontrar las biografías de santos que más les gusten siempre con una oración anterior al Espíritu Santo, para que sea Él que inspire cuales elegir para repartir).
- 2.- **PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR INDIVIDUAL Y GRUPALMENTE EN VISTAS AL PLENARIO:**
  - + Tomando en cuenta las siguientes palabras, frases u oraciones de la primera charla o plática recibida en este retiro, reflexiona cómo fue el comportamiento de la vida del santo que les tocó como equipo.
  - + Establece la diferencia entre cómo vivió el Santo a lo largo de su vida y lo que reflexionaste en la pregunta anterior, y cómo se actúa en relación con eso habitualmente hoy, en el mundo actual.
  - + Explica qué similitudes ves entre la vida del Santo y las acciones emprendidas por los apóstoles en la película.
  - + Medita qué es lo que motivó a tu Santo a ser verdadero discípulo del Señor y qué actitudes similares u opuestas puedes ver entre ese testimonio y el común modo de actuar de hoy en día.
  - + Tomando en cuenta las palabras y oraciones de la primera charla, examinen como grupo, qué cosas podemos ver que no estén del todo bien, con respecto a lo que ahí se nos nombra, y qué podemos implementar para poder hacer las cosas mejor, siguiendo los pasos de nuestro Santo patrono y para ser verdaderos Testigos del Señor, conforme a cómo Él quiere formarnos.
  - + ¿Qué actitudes, acciones y conductas (formas de ser de fondo) necesito, para ser verdadero Apóstol de la Nueva Evangelización, según Jesús me indica con los carismas y espiritualidad de éste mi apostolado, y tomando en cuenta todas las palabras y oraciones proporcionadas de la primera plática?
  - + En el caso del Santo Patrono que hoy nos ha tocado, ¿qué quiso el Señor hacer de él para transmitir a los hombres y dejar cómo legado al pueblo de Dios?

**3.- PALABRAS, FRASES Y ORACIONES PARA REALIZAR LA REFLEXIÓN Y CONTESTAR LAS PREGUNTAS:**

- + Ser coherentes y congruentes (dar testimonio de lo que se dice y se cree con las acciones diarias)
- + Ser Apóstoles valientes y radicales
- + Saber dialogar (dialogo).
- + Apostolado de los pobres (llevar a cabo un apostolado de y para los pobres)
- + Pobreza espiritual
- + Los valores humanos
- + Las virtudes.
- + Amar al prójimo
- + Amar a los enemigos (perdonar sin guardar rencor / perdonar las ofensas)
- + Ser servidores de los demás
- + Poner la otra mejilla
- + Ser sencillos y transparentes
- + Dar de comer a quien no tiene
- + Ser humildes
- + Enseñar a quien no sabe,
- + Estar alegres (no hay santo triste)
- + Llevar a todo el mundo el mensaje de amor (evangelizar a tiempo y a destiempo)



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

- + Ser obedientes
- + Ser generosos en todo aspecto
- + Rezar siempre unos por otros
- + Ser y hacer comunidad

#### **4.- PENSAMIENTOS:**

**NOTA:** De entre los pensamientos que se presentan a continuación, escoger algunos con los que el grupo se sienta mejor identificado y queden de acuerdo, según lo que hayan reflexionado hasta ahora conforme a todo el contexto que ya tienen. Elaborarán para exponer un cartel, donde escriban citando algunas de las siguientes frases y completando, según los pensamientos que hayan escogido (pueden escoger y trabajar con tantos cuantos quieran). Se recomienda leerlos todos antes de escoger los que se quieran.

#### **PENSAMIENTOS DE DON BOSCO:**

- «No basta amar al prójimo, es necesario que se sienta amado».
- «Da a Dios los primeros momentos de tu día».
- «Todo es vanidad, excepto amar y servir a Dios».
- «Si rezamos, de dos granos nacerán cuatro espigas; si no rezamos, dos granos darán dos flacas espigas».
- «Las espinas de la vida se trocarán en flores para toda la eternidad».
- «Es imposible ir hacia Jesús si no pasas por el amor a María».
- «No dejes para mañana el bien que puedas hacer hoy».
- «No estén nunca desocupados; si no trabajan ustedes, trabajará el demonio».
- «Actúa hoy de tal modo que no tengas que ruborizarte mañana».
- «Domina tus impulsos y tendrás muchos amigos y ningún enemigo».
- «La dulzura en el hablar, en el obrar y en reprender, lo gana todo y a todos».
- «Sin sonrisa no es posible demostrar amistad».
- «Trata de ser amable y humilde con todos, y serás querido por Dios y por los hombres».
- «El que, con palabras, discursos, acciones, diese escándalo, no es un amigo, es un asesino del alma»

#### **5.- PARA REALIZAR EL CARTEL:**

**NOTA:** Las siguientes frases servirán para desarrollar el cartel, a modo de conclusión, con una síntesis de todas las reflexiones realizadas, los ejemplos de la vida de nuestros santos patronos y la selección de los pensamientos de Don Bosco escogidos, a fin de presentarlo en el plenario.

#### **COMPLETAR:**

A trabajar como grupo...

- + “Ustedes son la sal de la tierra... Ustedes son la luz del mundo...” ¿Cómo lo haremos?
- + Una invitación... una llamada... ¿De qué manera responderemos?
- + Un reto... Un desafío... ¿Qué se nos está pidiendo?
- + Un programa de vida... ¿Basado en qué...?
- + Una tarea para todos los días y todos los momentos a trabajar durante el 2017
- + Una tarea en la cual ir ejercitándose y cumplir en este 2017



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

**6. ADORACIÓN EUCARÍSTICA:**

**6.1.- Indicaciones para los organizadores**

La Adoración está compuesta por meditaciones/oraciones, intercaladas con música. Las puede hacer una sola persona o alternar dos lectores. Al final, se resguardará al Santísimo, como se indicará a continuación.

**6.2.- MATERIAL PARA LA ADORACIÓN:**

**6.2.1- Texto para la Adoración:**

Canto inicial (Instrumental)

Escucha mi hermano estas bellas palabras que El Señor ha preparado especialmente para ti en este día. Abre tu corazón a la gracia, abre tu corazón, tu mente y tus oídos para que Su amor y sus palabras te lleguen a lo más profundo de tu ser y puedas ser sanado y puedas experimentar en tu alma la presencia del Dios uno y trino que se presenta en este momento a tu vista siendo verdadero Dios y verdadero hombre, vivo en cuerpo y alma para ti que has escuchado su llamado y su invitación a esta fiesta de la gracia. Que Su mano poderosa que bendice a cada uno de nosotros, presida en estos momentos con la luz de Su Espíritu, este rato de Oración y adoración a Él que lo es Todo . Despójate de todo lo que pueda distraer tu oración y arroja a los pies de Jesús todas tus inseguridades, Él será tu Fortaleza.

**MENSAJE DEL SEÑOR (EXTRACTO ADECUADO DE GCS-19)**

Hijitos míos:

Me gusta volcarme hacia ustedes, hacia todos los que llaman con insistencia. A cada uno le he dado el deseo y debo acogerlo, porque si lo di, es porque me agrada verlos deseosos de Mí y, consiguientemente, merecedores de recibirme en efusión y caridad entre las llamas de Mi amor; en la alegría suya y Mía. Solamente el que posee el verdadero Amor puede gustar Mis delicias...

Mi Espíritu está lleno de muchas delicias que ansío participárselas, pequeños alumnos del amor; a ustedes sedientos y perseguidos, a ustedes almas amadas que he rescatado en tantos días y tantas noches de lágrimas. A ustedes- tengo que decirlo- que eran míos y me abandonaron; debo participar la fragancia de Mis virtudes, a ustedes elegidos y partícipes de Mi Pasión.

No quiero ya contener la plenitud de Mi afecto, por eso los llamo y les pido que actúen como Yo lo deseo. Que nada les importe, porque Yo, el mendigo del amor, el sediento de sus almas, quiero abrazarlos con el abrazo puro y perfecto del amor, como quiero que todos se abracen y así participarles Mi llama purísima que abraza todo y a todos; que los hace felices y semejantes a Mí, que no busco más que hacerles el máximo bien sin ninguna recompensa, porque me basta el amor.

¡OH amados, compréndanme!!! ¡Ámenme porque Yo los amo tanto!! Sumérjanse en el abismo de este Corazón.

**CANCIÓN.....**

**Oración de Adoración a Jesús Sacramentado**

Aunque no vea en nuestros altares ninguna señal de Tu grandeza, OH Dios de Majestad, y que Tu infinita Caridad para con los hombres Te haya puesto en ellos en el estado del más profundo aniquilamiento que se puede imaginar, para acomodarte a su flaqueza, que habría podido sufrir la



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

brillantez de Tu gloria, no obstante, te reconozco por mi rey y mi Dios. Te adoro como Soberano Señor de todas las cosas, como Dios de toda la naturaleza y Creador del universo. Haz que Te tribute todos los respetos que nunca pude rendir a una simple criatura.

Te entrego todo mi ser, mi vida, todo lo que soy, lo que poseo y que estoy seguro de tener porque Tu mano me lo da. Sé de Tu infinita grandeza y perfección, superiores a toda idea y expresión. Miro este gran universo, con todo lo que encierra, como menos que un átomo en comparación Tuya y, no pudiendo hallar en mí con qué honrarte, de un digno de Tu infinita majestad, me uno a todos tus ángeles, Santos y justos de la tierra y especialmente a Tu humanidad Santísima, subsistente en el Verbo Divino y, a la Santísima Virgen María, Tu Madre, para honrarte por ellos y con ellos y ofrecerte toda honra y gloria que Te rinden y rendirán por toda la eternidad.

Uno también toda la gloria que Tú posees dentro de Tu divina esencia. En ella tomo toda la parte que puede tomar una débil criatura y Te la ofrezco con un espíritu de adoración y homenaje.

Me postro a Tus pies, Redentor mío. Los beso y abrazo millones de veces para darte una pequeña señal de mi reconocimiento. Te doy gracias con mi mayor ternura, por la bondad infinita que tuviste al venir a rescatarme. Me ofrezco y consagro mil veces a Ti para ser siempre Tu esclavo, y te confío que aunque sacrificara mil veces mi cuerpo, mi alma, mi vida y todo lo que depende de mí, no podría reconocer dignamente todo el bien que me das.

Rompe todas las cadenas con las cuales mis enemigos me has atado; las de mis pasiones, las de mis malos hábitos, de mi mal carácter, de estos enojos que no soy capaz de dominar. Rompe todo lo que ate a aquello que te lastima, con la fuerza omnipotente de Tu brazo.

Amado mío que has instituido el Sacramento de la Eucaristía, no sólo para anunciar Tu última venida, sino para suministrarnos el socorro que necesitamos para preparar nuestra hora. Llego al pie de Tu altar a pedir todas las gracias y auxilio que necesito para tener una muerte santa.

Oculto mi alma en tus sagradas llagas. Limpia mi alma de todos los pecados con los cuales se ha manchado durante toda su vida.

**CANCIÓN.....**

Padre Dios, Padre Santo, Padre de nuestro Señor Jesucristo, Padre de amor, Padre Creador, te amo, te alabo, te adoro, creo firmemente en Tu amor, creo en Tu poder creador, creo en Tu poder por que lo he experimentado, creo que Tu eres un Dios lleno de compasión y lleno de misericordia para con nosotros. Padre, creo que Tu nos amaste tanto que nos diste a Jesús, Tu hijo unigénito como único y suficiente Salvador..... ¡OH Padre!, hoy movida por Tu palabra, quiero estar en Tus manos, quiero entregarme totalmente, incondicionalmente a Ti y a Tu amor.

Amado Jesús, toca mi corazón, lléname de Tu presencia, con Tu amor, con Tu poder. Únenos en una sola Fe, en un solo bautismo, en un solo espíritu para que podamos adorarte. Tú eres el amor del Padre para con nosotros, te agradezco, Señor Tu sí al Padre, por tu obediencia, por ser nuestro intercesor delante del Padre. Jesús, unida a Tu corazón quiero abrirme totalmente a Tu amor, a Tu Espíritu, para poder Contigo, en Ti y por Ti, adorar a nuestro Padre eterno. Solamente a través Tuyo puedo sentir, experimentar y probar este amor que salva, cura y libera.

Te amo Jesús, te agradezco y quiero decir Sí a este amor tan grande. Quiero abrir mi corazón en un acto de fe, un acto de mucha confianza, un acto de mucha entrega y quiero acogerte en mi vida. Señor, puede ser que Tu encuentres mi corazón en mal estado, tal vez con pecados, sin alegría, sin mucha esperanza, lleno de amargura, lleno de dolor y angustia, pero Tu palabra me ha llenado de



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

esperanza y de Fe. Sé que solamente Tu puedes expulsar de mí todo este vacío de vida, de angustia, todo este estado de búsqueda.

Tu eres la vida y yo te acojo en mí, te recibo como a mi salvador. Ten misericordia de mí, ven a mi corazón y lávame en Tu Sangre Preciosa, perdona mis pecados.

Ten misericordia de los tiempos en que andaba en la ignorancia de Tus leyes, de Tu Palabra, de Tu amor. Ten compasión de todo el odio que encuentres en mi corazón, ten compasión de tanta amargura, de tanto rencor, de tantas ideas tontas, de tanto deseo de venganza. Jesús, ten misericordia, mira los lugares que aún están sometidos al mal.... A veces no logro vencer las tentaciones, ten misericordia de mí y por el poder de Tu Nombre y de Tu Sangre, líbrame. Tú sabes que mi confianza y mi esperanza están en Ti. Todo aquél que deposita lo suyo en Ti es una nueva criatura que no puede estar ya bajo el dominio de Satanás, bajo el dominio del pecado, sino bajo Tu gracia.

Señor, dame la gracia de ser inundado por Tu Espíritu, de ser lavado. Que esta fuente de agua viva brote en mi corazón y me arrastre hacia la vida eterna, limpiándome, purificándome, vivificándome, curándome, salvándome.

Espíritu Santo de Dios, amor del Padre y del Hijo, ven a mi corazón. Tú, que eres la luz divina, expulsa las tinieblas que existen dentro de mí, quema toda maldad que encuentres. Ven Espíritu de amor, yo te pido en el Nombre de Jesús que hagas de mí una criatura nueva, ven Señor y cura mi corazón. Te lo entrego todo, mis sufrimientos, mis dolores, mis pecados, toda rebeldía que pueda existir dentro mío, te entrego todo apego a las cosas materiales, toda falta de conciencia de pecado, te entrego lo que soy, lo que tengo y lo que puedo.

Espíritu de amor, dame el don de la oración, dame el entendimiento de Tu palabra, revélame la presencia de Jesús en la Eucaristía, intégrame en Tu iglesia, dame el gusto por la vida espiritual. Te lo pido con mi Madre, la Virgen María, quien camina conmigo e intercede por mí y en Nombre de mi amado: Jesús.

**CANCIÓN.....**

**ACTO DE REPARACIÓN Y PERDÓN**

**MENSAJE LA SANTÍSIMA VIRGEN MARÍA (GCS-101)**

Queridos hijos: les dirijo mi voz materna y reconocida por el afecto que tantos de ustedes tienen para con Mi Jesús.

Ustedes deben saber, Oh, hijitos, que, desde las apariciones a San Juan Diego, estoy recorriendo el mundo para advertir a los pueblos el flagelo que pende sobre ellos y los amenaza. No se me escucha, me rechazan, me ofenden. Sin embargo, no sólo Soy Yo la rechazada, la ofendida.... ¡Cómo quisiera ser Yo ignorada para que Mi Jesús sea conocido!

Por ello me detengo ahora para hablarles, amados hijos míos, engendrados por mí al pie de la Cruz de Jesús, y les confío mis penas, estas lágrimas y ruegos míos que, ciertamente han estado deteniendo la justicia Santa que los hombres han provocado desmesuradamente.

Estoy cansada e recorrer el mundo y encontrar tanta incompreensión...veo en peligro a mi gran familia; a ustedes confío mis penas.

¡Sepan que no los vencerá Mi enemigo!; lo que ahora le está permitido, mañana será causa de su derrota.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

¡Cuántos hijos han muerto en éste último tiempo y cuántos más morirán, víctimas del odio de su hermano: el hombre! No saben cuánto hiere a Mi corazón materno el espectáculo de millones de hombres que se pierden por causa de pocos.

Hijitos, observen que estoy llena de gracias para ustedes, si a veces parece que estoy ausente, no crean en las apariencias. Estoy junto ustedes cuando sufren.

Si ustedes acogen a Mi Hijo en sus corazones, si ustedes me ayudan a ayudarlos, el Triunfo de mi Inmaculado Corazón no se hará esperar. Dejen que mi corazón maternal encuentre entre ustedes muchas almas que, con enamoramiento de mártires, amen a Dios.

Por eso como dice Mi Hijo: Oren, solamente los actos de expiación y reparación podrán salvar al mundo y a las almas.....Oren hijitos, Oren.

**CANCIÓN.....**

**CORAZÓN DOLOROSO E INMACULADO DE MARÍA, SÉ LA SALVACIÓN DEL ALMA MÍA.**

Ahora Señor queremos ante Ti hacer reparación. OH, Jesús, Víctima divina de nuestros altares, grande y único reparador, yo también me uno a Ti para cumplir contigo y por medio Tuyo, el oficio de pequeña alma reparadora.

Y me dirijo también a ti, Madre mía, para que, así como en el Calvario ofreciste al Padre a Tu Jesús, que se inmolaba por Su gloria y por la Salvación de las almas, así renueves en este momento el místico ofrecimiento en mi lugar.

En el cáliz de Tu corazón Inmaculado ofrece, OH Virgen Dulce, los dolores de Jesús junto a los Tuyos, para invocar la divina Misericordia sobre mí y sobre el mundo entero. ¿Cómo no podemos confundirnos a la vista de nuestras culpas e infidelidades? ¡Con cuánta frialdad hemos respondido a tus beneficios!

Postrados ante Ti, que tanto nos has amado, llenos de confusión y arrepentimiento, invoco Tu perdón y Tu misericordia.

Señor Jesucristo, Tú que consolaste a los tristes y desconsolados, pon ahora tus ojos en los sufrimientos de los pobres, y consuela a los deprimidos.

-Señor, Ten piedad.

Escucha los gemidos de los agonizantes, y envíales tus ángeles para que los consuelen y conforten.

-Señor, Ten piedad.

Que los emigrantes sientan el consuelo de tu amor en el destierro, que puedan regresar a su patria y que algún día alcancen también la patria eterna.

-Señor, ten piedad.

Que los pecadores escuchando tu voz se conviertan, y encuentren en tu iglesia el amor y la paz.

-Señor, ten piedad.

Por todos los enfermos y moribundos para que se entreguen al consuelo de tu gracia, especialmente por aquellos que entregarán su alma hoy al Creador, para que alcancen misericordia.

-Señor, ten piedad.

Por todos los atropellos a la inocencia. Por todos los niños y jóvenes del mundo para que encuentren el camino en la pureza a través de la gracia que otorga el Señor.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

-Señor, ten piedad.

Por todos los Sacerdotes del mundo, para que sean ejemplos vivos de Jesús en el mundo, y pasen nuevamente a testimonio de Jesús sanando almas y cuerpos a través de los sacramentos.

-Señor ten piedad.

Por todas las familias, para que sean la célula base de la sociedad y a través de ellas se consoliden los corazones en el amor, la vida, el servicio, la justicia y la verdad.

-Señor, ten piedad.

Por las almas del Purgatorio, especialmente por las más abandonadas y con menos oraciones.

-Señor, Ten piedad.

Por el mundo y la raza humana, para que todos seamos merecedores de Misericordia y algún día la humanidad entera adore a Jesucristo luz y vida del cristiano, fuente de todas las delicias y alimento para todos.

-Señor, Ten piedad.

Por todas las personas que se encuentran recluidas en las cárceles del mundo, para que, a ejemplo de San Pablo, ofrezcan su cautiverio y sufrimientos en expiación por los pecados del mundo y sean tratados todos ellos con dignidad y justicia.

-Señor, Ten piedad.

Porque no seamos confundidos y arrastrados por el error y la confusión, y con la gracia del Señor, permanezcamos fieles y leales a la misión que el Espíritu vaya revelando a cada uno en su interior para apoyar y defender este camino de apostolado.

-Señor, ten piedad.

Por todos los que sufren hambre, enfermedad, frío, angustia y soledad, para que el Señor los ampare y obre en los corazones que misericordiosamente llenen esos vacíos con compañía, comprensión, amor, alimento, esperanza y Fe.

-Señor, Ten piedad.

Por la indiferencia y frialdad con la respondí a los dones de Tu amor y por la tibieza con que practiqué mi vida de piedad.

-Señor, ten piedad.

Por el bien que pude hacer y no hice y porque dejé triunfar muchas veces en mí las malas inclinaciones del orgullo, de la vanidad y del egoísmo.

-Señor, ten piedad.

Por la poca fidelidad y generosidad con la que he vivido mi consagración y por mi poco amor a Tu voluntad y a Tu Cruz.

-Señor, Ten piedad

**CANCIÓN.....**

**ACTO DE AGRADECIMIENTO:**

MENSAJE LA SANTÍSIMA VIRGEN MARÍA (GCA-140)

CUANDO LOS OFENDAN Y CALUMNIEN,

DEN GRACIAS AL TODOPODEROSO

CA-140 23-Ene-96 Maria

1) Hijitos, recen con más frecuencia el Santo Rosario, pero háganlo con devoción y con amor; no lo hagan por rutina o por temor, porque se confundirán.



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

Preparen y limpien el camino para Mi Hijo Jesús; en este camino no deben haber espinas ni guijarros que vuelvan a herir los Sagrados pies del Señor.

2) Hijitos, no hagan de la televisión su ídolo, no caigan en la tentación de participar en la era moderna... Madres, sean fieles a las obligaciones de esposas y de madres principalmente. Esposos y padres, den buen ejemplo de paz y amor.

3) Sacerdotes, hijos Míos, permanezcan como buenos cimientos. Si ustedes llegaran a resquebrajarse, ¿cómo quedarían los muros?

Renueven sus votos, retrocedan ante la trampa infernal que está frente a ustedes.

4) Hijitos Míos, pidan a la Santísima Trinidad que les vaya dando luz y entendimiento, invoquen a los Santos Angeles que Yo, su Madre, enviaré a los que necesitan para su seguridad... Los Santos Angeles los guiarán por el camino de la salvación.

5) Hagan reparación, pequeños; muchos de ustedes no hacen el menor sacrificio. Háganlos, ofrézcanle pequeños y grandes sacrificios a Dios en esta cuaresma... En forma especial, El está derramando mucho amor, muchas bendiciones sobre ustedes, sobre esta nación. Hagan reparación al Santísimo Corazón de Mi Bendito Hijo.

6) Mis pequeñas criaturas, ya empiezan a ser perseguidos por causa del Nombre Santísimo de Jesús y por el amor que Me tienen. No teman, Mis pequeñitos, Yo los defenderé. En medio de estas tempestades y de estas tormentas, Yo seré su Refugio. En este tiempo gélido, Yo seré su calor.

7) Les pido oración, les pido humildad, les pido que no Me abandonen. El huracán que se avecina es desastroso, apresúrense a venir bajo Mi manto celestial. Si Me buscan y Me invocan, nada les sucederá; Yo seré tan fuerte que Satanás se estrellará y se acabará para siempre.

8) Cuando los ofendan y calumnien, den gracias al Todopoderoso, porque ustedes pertenecen a los Bienaventurados... Los amo tanto que Yo, su Madre, Me presentaré por ustedes. Será a Mí a quien calumnien, a quien abofeteen; será a Mí a quien destrocen cada vez más, atacarán a Mi Corazón Inmaculado. Yo los amo de verdad y los quiero para el Reino de Dios y para que vivan eternamente junto a Mi amado Hijo, bajo la Luz del Espíritu Santo, gozando de las delicias que les preparó el Padre.

**CANCIÓN.....**

**ORACIÓN:**

Mi Dios, primeramente, pon la mano sobre el corazón de tu siervo para que recupere la paz. Sácame la espada de la ira y cúrame la herida. Sosiega mi corazón y mis entrañas antes de que tu siervo pronuncie palabras graves. En esta noche de oro, en tus manos de misericordia deposito estas rosas rojas de amor:

**CANCIÓN..... (Instrumental)**

(En este momento las personas pasarán a ofrecer una rosa roja delante del Señor en algún lugar puesto previamente para esta ofrenda. A través de esta rosa, pedirán por las necesidades varias de cada uno o así por las necesidades de la comunidad a la que representen).

**ORACIÓN:**

Señor, en este momento quisiera a través de esta ofrenda pedirte que recibas mi agradecimiento absoluto y la Consagración de todo mi ser, mi mente, mis energías; todo lo que soy y lo que tengo, y



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

sabiendo que lo mío es impuro, limitado y sucio, Te ofrezco a Ti mismo para que la ofrenda sea digna a Tus ojos, por tal razón para agradarte y complacerte te ofrezco mi testimonio de amor para caminar donde Tú mismo caminabas a través de las siguientes actitudes de servicio....

No despreciaré a los que desprecian.

No maldeciré a los que maldicen

No juzgaré a los que condenan.

No odiaré a los que explotan

Amaré a los que no aman.

No excluiré a nadie de mi corazón.

Pero permíteme pronunciar ahora una nueva palabra y acéptala desnuda y sin atenuantes. Ayúdame con Tu gracia a tener en mi corazón el fruto precioso de la Pobreza que es la gratitud. Y, ¿Cómo pagarte tantos beneficios y tanta gracia recibida? Haré un compromiso contigo para tratar de parecerme a Ti y testimoniarte con mi ejemplo a los demás para agradarte y darte gloria. Por eso:

Mis preferidos serán los rechazados.

Cuanto más marginados de la sociedad, tanto más promovidos serán en mi corazón.

En la medida en que disminuyan los motivos de ser apreciados, tanto más amados serán por mí.

Amaré sobre manera a los no amados.

Y permíteme reservar el rincón más florido de mi corazón para los Sidosos, los mendigos, los asaltantes de camino y los pecadores. Y así tendré el privilegio de pisar sobre las mismas pisadas Tuyas, mi Jesús.  
AMEN.

CANCIÓN.....

**ORACIÓN CONCLUSIVA:**

Jesús Sacerdote eterno, Divino Sacrificado, Tu que, en un impulso de amor incomparable a los hombres, Tus hermanos, hiciste brotar de Tu Sagrado Corazón el sacerdocio cristiano, dígnete continuar derramando sobre Tus Ministros, los torrentes vivificantes del Amor Infinito.

Vive en Tus Sacerdotes, transfórmalos en Ti; hazlos por Tu gracia, instrumentos de Tu misericordia; obra en ellos y por ellos, y haz que, después haberse revestido totalmente de Ti, por la fiel imitación de Tus adorables virtudes cumplan en Tu Nombre y por el poder de Tu Espíritu, las obras que Tu mismo realizaste para la salvación del mundo.

Haz Jesús, que la obra de Tu amor responda siempre plenamente a los fines para los cuales la quisiste; haz que se extienda y se consolide y conquiste todas las almas al Reino dulcísimo de Tu amor.

OH Jesús, he pedido Tu reino. No es necesario que pida nada más para mí, tendré todo el resto por añadidura. Tú conoces lo que necesito; mira y haz lo que Tu corazón te sugiera. Yo me fío a Tu Corazón, me abandono en Tu dulce providencia y, mientras, Te doy gracias por estas horas de intimidad contigo, te agradezco desde ya, unido a María, por todos los beneficios que Tu amor me reserva aún en el tiempo y en la eternidad.

¡Bendito sea por siempre el Señor!

CANCIÓN FINAL.....

**-EN ESTE MOMENTO SE REALIZA EL CANTO DE “CANTEMOS AL AMOR DE LOS AMORES” PARA RESGUARDAR AL SANTÍSIMO.**



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

**7- CUARTA DINÁMICA GRUPAL “ADORACIÓN A LA SANTA CRUZ”**

**7.1.- Pasos a seguir para la realización de la Dinámica grupal:**

**NOTA:** Esta dinámica se realizará al terminar la Adoración al Santísimo, ya habiendo resguardado en el sagrario al Señor.

- 1.- Exposición de la Santa Cruz ya adornada, al frente de los participantes en algún lugar preparado para esta actividad (puede ser en el altar o en algún salón que se preste para esto).
- 2.- Se les comenta que pasarán de uno en uno, formados en una fila (como cuando se pasa a comulgar), y harán una reverencia al llegar delante de la Cruz del Señor, y besarán alguna de las partes que deseen.
- 3.- En lo que van pasando los participantes al frente, se entonarán cantos de adoración para que la gente adore al Señor cantando.
- 4.- Se aconseja tener un pañito o toallita limpia con algún desinfectante (lysol, alcohol, gel desinfectante), para ir limpiando la parte que ha sido besada con anterioridad y con esto se logre que la Cruz siempre esté limpia para los hermanos que siguen.
- 5.- Igualmente es aconsejable, que dos personas permanezcan de pie, junto a la Cruz, para sostenerla y limpiarla y moderar el tiempo en que los hermanos permanezcan en oración y frente a Ella, de ésta forma, ayudar a la fluidez de la gente y al orden.
- 6.- Igualmente, se puede ir leyendo algunas oraciones entre canción y canción para ir meditando en lo que toda la gente va pasando al frente.

**8.- CONSAGRACIÓN Y ORACIÓN FINAL:**

**8.1.- Indicaciones para los Organizadores:**

Se concluirá el Retiro de Cuaresma, haciendo la solemne consagración a los Sagrados Corazones de Jesús y de María. Ésta se rezará justo después de que termine la Adoración a la Santa Cruz, como oración de clausura del Retiro. Para esto es necesario repartir a cada hermano la Oración impresa, o escribir la Oración en letras grandes en varios carteles y ponerlos en lugares estratégicos, donde los Ane hermanos puedan leerla sin problema.

**Nota:** También es importante explicar a todos los asistentes el procedimiento, el objetivo y la finalidad de esta Consagración.

**8.2.- Oración final de compromiso en el ANE**

**Nota:** Se recomienda que una persona lea la oración final de compromiso para los miembros del ANE, de manera pausada, en voz fuerte y clara. Se les pedirá a todos los participantes, que la repitan en su mente.

**TEXTO:**

**Himno: LIBRA MIS OJOS DE LA MUERTE.**

Libra mis ojos de la muerte; dales la luz, que es su destino.  
Yo, como el ciego del camino, pido un milagro para verte.

Haz de esta piedra de mis manos, una herramienta constructiva,  
cura su fiebre posesiva, y ábrela al bien de mis hermanos.

Haz que mi pie vaya ligero. Da de tu pan y de tu vaso,



**ANE**  
Apostolado de la Nueva Evangelización

**HONOR Y GLORIA A LOS SAGRADOS CORAZONES DE JESÚS Y DE MARÍA**  
**RETIRO DE CUARESMA 2026- DIRECCIÓN DE FORMACIÓN**  
**“LA HUMILDAD: VIRTUD NECESARIA PARA EL RECONOCIMIENTO DE CRISTO”**

al que te sigue, paso a paso, por lo más duro del sendero.

Que yo comprenda, Señor mío, al que se queja y retrocede;  
que el corazón no se me quede, desatendidamente frío.

Guarda mi fe del enemigo. ¡Tantos me dicen que estás muerto!  
Y entre la sombra y el desierto, dame tu mano y ven conmigo. **Amén**

**OREMOS:** Concede, Señor, a nuestros cuerpos fatigados el descanso necesario, y haz que la simiente del reino que con nuestro trabajo hemos sembrado hoy crezca y germine para la cosecha de la vida eterna. Por Cristo nuestro Señor. **Amén**

### **ANTÍFONA FINAL DE LA SANTÍSIMA VIRGEN**

Madre del Redentor, Virgen fecunda, puerta del cielo siempre abierta, estrella del mar, ven a librar al pueblo que tropieza y se quiere levantar.

Ante la admiración de cielo y tierra, engendraste a tu santo Creador y permaneces siempre virgen.

Recibe el saludo del ángel Gabriel, y ten piedad de nosotros, pecadores. Amén.

### **9.- RECOMENDACIÓN FINAL PARA LOS ORGANIZADORES:**

Siempre es importante que antes de concluir los retiros, cuando éstos sean realizados en las comunidades de nuestro Apostolado, algunos de los participantes (al menos tres o cuatro) puedan expresar sus testimonios...

En tal sentido, se instará a los expositores a expresar públicamente qué es lo que ellos se llevan, y luego se preguntará abiertamente al auditorio qué es lo que se lleva cada uno, para que todos puedan tomar nota y sacar provecho aún de lo que a otros se les ocurre, que podrían llevarse también ellos como “tarea o trabajo para el hogar”

### **10.- CONCLUSIÓN DEL RETIRO:**

Mensaje final del retiro, con algunos testimonios (si alcanza el tiempo), a cargo de quien lo dirija. Despedida y avisos finales en caso de haberlos.