



## pasa LA PALABRA

Recuerda que 'pasa LA PALABRA', es un espacio para llevar la fe más allá de las páginas. En cada número te daremos una frase inspiradora, un versículo o un testimonio breve... pero con un reto especial: ¡compartirlo con alguien que lo necesite! Porque la fe se vive en comunidad, ¿te unes?

Frase para compartir:

**"Conviértanse a mí de todo corazón, porque yo soy clemente y misericordioso."**

**- Joel 2:12-13**

Este mes, el reto tiene tres partes, como los tres pilares de la Cuaresma: Oración, Ayuno y Limosna.

- Busca cinco minutos al día para estar a solas con Dios. No hace falta rezar cosas complicadas. Dile lo que sientes, lo que te duele, lo que esperas. O simplemente quédate en silencio y deja que Él te mire con misericordia.
- Ayunar no es solo dejar de comer. Esta semana, intenta ayunar de algo que te haga daño o te aleje de los demás: malos pensamientos, palabras groseras, rencores, quejas. Ofrece ese pequeño esfuerzo por alguien.
- Comparte algo tuyo con otro: tu tiempo, una escucha atenta, una palabra amable, un trozo de pan, un lápiz, un consejo sincero. Dar algo de uno mismo es la mejor limosna.

## PARA REZAR DURANTE EL MES DE FEBRERO

Señor Jesús, que conociste la prisión y el abandono,  
mira con amor a nuestros hermanos que viven entre rejas.

Acompáñalos en su desierto de soledad y espera.

Que este tiempo de Cuaresma sea para ellos

encuentro con tu misericordia,

que no los condena sino que los espera.

Dales fuerza para no rendirse,

paz para sus corazones,

y la certeza de que en ti siempre hay una puerta abierta.

Virgen María, consuélalos y acompáñalos.

Amén.

NÚMERO 153 • FEBRERO DE 2026

# LEVÁNTATE

Boletín Nacional de la Pastoral Penitenciaria



## «La Cuaresma, tiempo de liberación interior»

Querido hermano: Al inicio de esta Cuaresma del año 2026, nuestro pensamiento y nuestro corazón cruzan los muros que los separan del mundo exterior para llegar hasta cada uno de ustedes. El Santo Padre, el Papa León XIV, nos ha entregado un mensaje para este tiempo santo titulado "Escuchar y Ayunar: la Cuaresma como tiempo de conversión" Quisiéramos compartir con ustedes cómo estas palabras, nacidas del corazón de la Iglesia, resuenan de un modo muy especial en la realidad que ustedes viven a diario.

El mensaje pontificio se estructura en torno a dos pilares para este tiempo santo. El primero es la escucha. El Papa recuerda que Dios se presenta como Aquel que siempre está dispuesto a escucharnos, pero también nos invita a redescubrir nuestra propia capacidad de escuchar: la propia conciencia, la Palabra de Dios y, de un modo muy concreto, el clamor de los que sufren a nuestro lado. Dentro de los muros de la prisión, ese clamor tiene rostros muy cercanos: el compañero deprimido, el que no recibe visitas, el que ha perdido la esperanza. Por eso, todos están llamados a ser, unos para otros, "el oído de Dios", construyendo así una comunidad donde el sufrimiento encuentre acogida.

El segundo pilar es un ayuno muy particular. El Papa León XIV nos

Si desea contactarnos puede dirigirse a:

Servicios Pastorales, Obispado de Pinar del Río

Calle Máximo Gómez N° 160 e/ Ave. Rafael Ferro y Comandante Pinares, Pinar del Río, Cuba. CP 20100.

ó a través de nuestro correo electrónico: [spastoral@obipinar.co.cu](mailto:spastoral@obipinar.co.cu)

'Quien a Dios tiene, nada le falta. Solo Dios basta'.

Santa Teresa de Ávila

invita a "abstenerse de palabras que ofenden y hieren al prójimo". En un ambiente de convivencia forzada, donde la tensión es constante, propone el desafío de evitar las palabras duras, los juicios precipitados, la calumnia y el hablar mal de los ausentes. Este "ayuno de la lengua", aunque parezca pequeño, tiene una fuerza transformadora inmensa. Si las palabras de odio dieran paso a palabras de esperanza y paz, se estaría purificando el deseo y avanzando hacia una libertad más auténtica.

Finalmente, el Papa subraya la dimensión comunitaria de este camino. La conversión no es solo un asunto personal, sino que afecta la calidad de nuestras relaciones. En el contexto de la prisión, esto significa reconocer que, incluso con limitaciones, se puede caminar juntos hacia una libertad interior que nadie puede arrebatarnos, construyendo una pequeña "civilización del amor". El mensaje concluye con un llamado apremiante a no dejar pasar este tiempo en vano, permitiendo que la escucha de Dios y de los demás, junto con el ayuno de la dureza en el hablar, prepare los corazones para la gran fiesta de la Pascua, donde Cristo alcanzó la verdadera y definitiva libertad. Que la bendición del Señor, que escucha el clamor de su pueblo, los acompañe en este camino cuaresmal.



**'No te levantes por la mañana esperando que sea un buen día, levántate sabiendo que depende de ti hacer que sea un buen día'.**

**Víctor Koppers**

## Este mes celebramos

**Día 2: La presentación del Señor. Fiesta patronal en Consolación y Candelaria**

**Día 11: Ntra. Sra. de Lourdes**

**Día 18: Miércoles de Ceniza**



Dos amigos en la feria:

-Manolo te vendo mi caballo  
-¿Y para qué quiero un caballo vendido?

...

¿Cómo sube Thor a un rascacielos?

-En elevathor

...

¿Cuál es el animal más antiguo del mundo?

-El pingüino, porque está en blanco y negro.

## Para reflexionar...

**La Semilla en el Desierto**

Un misionero llegó a un pueblo donde nunca llovía. Todo era seco y gris. Con gran esfuerzo, cavó un hoyo y plantó una pequeña semilla. Los aldeanos se burlaban: "¡Nunca crecerá aquí!". El misionero respondió: "Mi trabajo es plantar y regar. El milagro de hacerla crecer es cosa de Dios". Días después, cayó la primera lluvia en años. Enseñanza: La fe no es ver el resultado, sino confiar en el proceso. Nuestro deber es sembrar el bien, aunque todo parezca estéril. Dios siempre pone la lluvia a su tiempo.



**'Nadie que haya aliviado el peso de sus semejantes habrá fracasado en este mundo.'**

**Charles Dickens**