



Entre TikTok, Instagram, tareas, series, compromisos y todo lo que pasa en nuestro día a día, vivir la Cuaresma como joven parece misión imposible. Hay demasiados distractores y, siendo honesto, durante mucho tiempo pensé que la Cuaresma era solo “cosa de adultos”.

Yo creía que servía únicamente para que los grandes se arrepintieran de todo lo que habían hecho mal o que era una etapa obligatoria de ayuno y abstinencia que se vivía más por tradición que por convicción.

Pero la realidad es otra: la Cuaresma también puede ser (y es) un tiempo para ti.

Ahora que soy adulto (y sí, sigo diciendo y creyendo que estoy joven), empiezo a ver la Cuaresma de una manera muy distinta. Antes solo pensaba en “no comer carne los viernes” y listo, misión cumplida. Hoy entiendo que el ayuno va mucho más allá.

Puedo ayunar de series que me quitan horas, de mis Sabritas favoritas, de redes sociales, de hábitos que sé que no me ayudan o de cosas que disfruto mucho pero que a veces me dominan más de lo que deberían.

También he descubierto que la Cuaresma puede ser una etapa real de cambio. Un tiempo para dejar de hacer corajes por lo mismo de siempre, para mejorar mis hábitos, para empezar (por fin) ese rosario que siempre digo que voy a rezar... pero sigo posponiendo.

Y si aún estás en la escuela, la Cuaresma también se vive ahí:

deja de pedirle a la inteligencia artificial que te haga la tarea, no copies en los exámenes, respeta a tus maestros y a tus compañeros. La conversión también pasa por lo cotidiano.

En resumen, la Cuaresma no es un castigo ni una carga. Es una oportunidad.

Una oportunidad para ser mejor persona, para prepararnos y caminar la Semana Santa con Cristo, para reconocer nuestra fragilidad humana y enfrentarla no solos, sino con el amor y la entrega a Dios.

La Cuaresma no es solo dejar cosas... es aprender a vivir mejor.