



# MEDITACIONES PARA LA CUARESMA



*Esta Cuaresma, acompañanos a practicar hábitos de santidad.*

---

Por más de 15 años, en la Agencia Episcopal de Alivio y Desarrollo hemos acompañado en su camino espiritual a los lectores de las Meditaciones para la cuaresma.

Nuestras meditaciones de 2026 han sido escritas por la hermana Mónica Clara, una monja episcopal y autora que inesperadamente se convirtió en estrella de TikTok. Estas meditaciones son una invitación a redescubrir, o profundizar, los hábitos de orar, adorar leer las Escrituras. Estos hábitos santos nos arraigan en Dios y le dan forma, significado y dirección a nuestras vidas.

Visita [episcopalrelief.org/Lent](http://episcopalrelief.org/Lent) o escanea el código QR para suscribirte a los mensajes diarios de email, descargar un documento PDF, leer las meditaciones y tener acceso a una guía de estudio para reflexionar en grupo.

