

FIRST SUNDAY OF LENT – MATTHEW 4:1–11: THE TEMPTATION OF JESUS IN THE DESERT

On this First Sunday of Lent, the Church gives us the Gospel of the temptation of Jesus in the desert (Matthew 4:1–11). Before beginning His public ministry, Jesus goes into the desert for forty days. He fasts. He prays. And there He is tempted by the devil.

Why does Jesus go into the desert? Not because He is weak, but to show us how to fight our spiritual battles. Lent is our desert time — a time of testing, purification, and deeper trust in God.

Let us reflect in simple terms the three temptations.

1. “Turn stones into bread.”

Jesus is hungry. The devil tells Him: Use your power for yourself. Satisfy your hunger immediately.

This temptation is about comfort. When we are hungry — for food, attention, success, pleasure — we want quick satisfaction. But Jesus answers:

“Man shall not live by bread alone, but by every word that comes from the mouth of God.”

Human life is not only physical. We are body and soul. If we feed only the body and neglect the soul, we become spiritually empty.

2. “Throw yourself down.”

The devil tempts Jesus to test God: “If you are the Son of God, prove it!”

This temptation is about pride and showing off. It is about forcing God to act on our terms.

Jesus replies:

“You shall not put the Lord your God to the test.”

Faith is not about controlling God. True faith trusts God quietly, without demanding miracles as proof.

3. “All these kingdoms I will give you.”

The devil offers power, glory, and success — but without the Cross.

Jesus responds:

“You shall worship the Lord your God, and Him alone shall you serve.”

There is no shortcut to glory. The way to resurrection always passes through the Cross.

Four Practical Steps for Daily Lenten Practice

Here are four simple ways we can live this Gospel every day:

1. Feed Your Soul Daily

Just as Jesus said we need more than bread, spend at least 10 minutes each day with the Word of God. Read the Gospel. Reflect quietly. Let God speak to you.

Ask yourself: *Am I feeding my soul as much as my body?*

2. Practice Small Sacrifices

Choose one small comfort to give up — maybe unnecessary snacking, social media time, or negative speech. Offer that sacrifice to God.

Small sacrifices train us to say “no” to temptation.

3. Trust God Without Demanding Signs

When you face difficulties, instead of saying, “Why is this happening?” try saying, “Lord, I trust You.”

Faith grows stronger when we stop testing God and start trusting Him.

4. Worship God First

Check your priorities. What takes first place in your life — money, reputation, work, or God?

Make one concrete decision this week: attend Mass more attentively, go to confession, or spend time in Eucharistic adoration.

Final Reflection

Jesus did not defeat temptation by argument, by anger, or by miracles. He defeated it with the Word of God, humility, and obedience.

Lent is not just about giving up chocolate or sweets. It is about strengthening the soul. The desert is not a place of punishment — it is a place of encounter with God.

If we walk with Jesus in the desert, we will also walk with Him to Easter joy.

May this Lent make us spiritually strong, deeply faithful, and totally centered on God.

Amen.

PRIMER DOMINGO DE CUARESMA – MATEO 4,1-11: LA TENTACIÓN DE JESÚS EN EL DESIERTO

En este Primer Domingo de Cuaresma, la Iglesia nos presenta el Evangelio de la tentación de Jesús en el desierto (Mateo 4,1-11). Antes de comenzar su ministerio público, Jesús se retira al desierto durante cuarenta días. Ayuna. Ora. Y allí es tentado por el diablo.

¿Por qué va Jesús al desierto? No porque sea débil, sino para mostrarnos cómo librar nuestras batallas espirituales. La Cuaresma es nuestro tiempo en el desierto: un tiempo de prueba, purificación y una confianza más profunda en Dios.

Reflexionemos sencillamente sobre las tres tentaciones.

1. “Convierte las piedras en pan”.

Jesús tiene hambre. El diablo le dice: Usa tu poder para ti mismo. Satisface tu hambre inmediatamente.

Esta tentación tiene que ver con la comodidad. Cuando tenemos hambre —de comida, atención, éxito, placer—, queremos satisfacción rápida. Pero Jesús responde:

“No solo de pan vivirá el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios”.

La vida humana no es solo física. Somos cuerpo y alma. Si alimentamos solo el cuerpo y descuidamos el alma, nos quedamos espiritualmente vacíos.

2. “Tírate abajo”.

El diablo tienta a Jesús para que ponga a prueba a Dios: “¿Si eres el Hijo de Dios, demuéstralo!”.

Esta tentación se trata de orgullo y ostentación. Se trata de obligar a Dios a actuar según nuestros términos.

Jesús responde:

“No tentarás al Señor tu Dios”.

La fe no se trata de controlar a Dios. La verdadera fe confía en Dios en silencio, sin exigir milagros como prueba.

3. “Todos estos reinos te daré”.

El diablo ofrece poder, gloria y éxito, pero sin la cruz.

Jesús responde:

“Adorarás al Señor tu Dios, y solo a él servirás”.

No hay atajos a la gloria. El camino a la resurrección siempre pasa por la cruz.

Cuatro pasos prácticos para la práctica diaria de Cuaresma

Aquí tienes cuatro maneras sencillas de vivir este Evangelio a diario:

1. Alimenta tu alma a diario

Así como Jesús dijo que necesitamos más que pan, dedica al menos 10 minutos cada día a la Palabra de Dios. Lee el Evangelio. Reflexiona en silencio. Deja que Dios te hable.

Pregúntate: ¿Estoy alimentando mi alma tanto como mi cuerpo?

2. Practica pequeños sacrificios

Elige una pequeña comodidad a la que renunciar: tal vez comer bocadillos innecesarios, pasar tiempo en las redes sociales o hablar mal de ti. Ofrece ese sacrificio a Dios.

Los pequeños sacrificios nos enseñan a decir "no" a la tentación.

3. Confía en Dios sin exigir señales

Cuando enfrentes dificultades, en lugar de decir: "¿Por qué pasa esto?", intenta decir: "Señor, confío en ti".

La fe se fortalece cuando dejamos de poner a prueba a Dios y comenzamos a confiar en Él.

4. Adora a Dios primero

Revisa tus prioridades. ¿Qué ocupa el primer lugar en tu vida: el dinero, la reputación, el trabajo o Dios?

Toma una decisión concreta esta semana: asistir a misa con más atención, confesarte o dedicar tiempo a la adoración eucarística.

Reflexión final

Jesús no venció la tentación con discusiones, ira ni milagros. La venció con la Palabra de Dios, la humildad y la obediencia.

La Cuaresma no se trata solo de renunciar al chocolate o los dulces. Se trata de fortalecer el alma. El desierto no es un lugar de castigo, es un lugar de encuentro con Dios.

Si caminamos con Jesús en el desierto, también caminaremos con él hacia la alegría pascual.

Que esta Cuaresma nos fortalezca espiritualmente, nos haga profundamente fieles y totalmente centrados en Dios.

Amén.