

Jornada de Fe



En breve:

- La Cuaresma fue originalmente un periodo de preparación para el bautismo.
- Los temas de la Cuaresma incluyen el arrepentimiento, el sacrificio y el crecimiento espiritual.
- Las prácticas tradicionales de la Cuaresma son el ayuno, la oración y la limosna.

La Cuaresma comienza el miércoles de Ceniza y termina justo antes de la misa de la cena del Señor del Jueves Santo. Es un periodo de alrededor de cuarenta días, descontando los domingos. Es un tiempo penitencial de oración, ayuno y limosna en preparación de la celebración de la Pascua.

La Cuaresma es buen momento para preguntarse:

- ¿Qué necesito para ser feliz?
- ¿En qué empleo mi tiempo, mi energía y mi dinero? ¿Qué dice esto de cuáles son mis prioridades?
- ¿Tengo malos hábitos que me apartan de Dios?

Para los catecúmenos y candidatos, la Cuaresma es un tiempo de *purificación* y *discernimiento*, un tiempo para responderle a Dios con mayor reflexión y compromiso.

El cuerpo, la mente y el espíritu

El tiempo de Cuaresma apela a la persona integralmente y no solo a la mente y el espíritu, sino también a los sentidos.

Las cenizas. Las cenizas que recibimos en nuestras frentes el Miércoles de Ceniza nos recuerdan el paso del tiempo y nuestra permanente necesidad de arrepentimiento. Las cenizas en nuestras frentes indican nuestra disposición a hacer penitencia por nuestros pecados.

El color violeta. El color de las vestimentas sacerdotales y de los ornamentos de las iglesias durante la Cuaresma simboliza el arrepentimiento, la reflexión y la conversión.

Vivir la Cuaresma

Le dedicamos tiempo a prepararnos para aquello que es importante para nosotros. Durante la Cuaresma, nos preparamos para la mayor celebración del año litúrgico —la Cuaresma. Nosotros seguimos el camino de Jesús, quien recorrió la ruta de la muerte a la resurrección. Para poder resucitar como Jesús, hemos de morir para nosotros.

La Cuaresma es un tiempo de preparación para el crecimiento espiritual. Abandonamos nuestras actitudes incorrectas y nuestros malos hábitos. Incorporamos nuevas actitudes y perspectivas frescas. La muerte y el renacer que tienen lugar en nuestros corazones son el reflejo del misterio pascual—el sufrimiento, muerte, resurrección y ascensión de nuestro Señor.

La palabra *Cuaresma* viene de la palabra del inglés temprano que se refiere al incremento de las horas de luz diurna durante la primavera. Si bien la estación de la Cuaresma fue originalmente un tiempo para la preparación de los adultos que serían bautizados en la Pascua, hoy toda la Iglesia participa del espíritu y las prácticas cuaresmales.

Las Palmas. En el domingo anterior a la Pascua, el Domingo de Ramos de la Pasión del Señor, portamos hojas de palma en imitación de aquellos que honraron a Jesús lanzando hojas de palma a su paso cuando entraba a Jerusalén.

Nuestra experiencia de la Cuaresma comienza con cenizas y palabras que nos convocan al arrepentimiento. Los símbolos y prácticas de la Cuaresma nos ayudan en nuestro camino de conversión. La Cuaresma nos prepara para cantar "Aleluya" a nuestro Señor resucitado en la Pascua.

¿Por qué cuarenta días?

El número cuarenta tiene un significado simbólico en las Escrituras y aparece tanto en el Antiguo como en el Nuevo Testamento (ver Génesis 7:17-18, Éxodo 34:27-29, Deuteronomio 8:2-3, Mateo 4:1-4, Hechos 1:1-5).

Los evangelios de Mateo, Marcos y Lucas nos cuentan que Jesús pasó cuarenta días en el desierto después de su bautismo en el río Jordán: "Jesús... era conducido por el Espíritu en el desierto (para ser), durante cuarenta días, tentado por el diablo" (Lucas 4: 1-2). La historia de la tentación de Jesús en el desierto es siempre la lectura de los Evangelios que se proclama el Primer Domingo de Cuaresma.

La experiencia de Jesús en el desierto nos recuerda que los israelitas, que habían sido liberados de la esclavitud en Egipto, tuvieron que vagar después durante cuarenta años en su ruta hacia la Tierra Prometida. Durante ese tiempo, fueron tentados a pecar y se apartaron de Dios.

Al contrario de los israelitas, Jesús permaneció fiel a Dios. Cuando el demonio le tentó, Jesús no se rindió a él. Él resistió las tentaciones del diablo, las mismas tentaciones que los israelitas enfrentaron en el desierto.

- ¿Qué lo tienta a usted a apartarse de Dios?



Una temporada penitencial

Más que cualquier otro tiempo litúrgico, la Cuaresma centra nuestra atención en las realidades humanas—nuestras debilidades y defectos, así como en nuestro potencial para hacer el bien.

Históricamente, la Cuaresma fue un tiempo durante el cual se practicaba la penitencia pública (se entiende por penitencia las oraciones o acciones que expresan pesar por el pecado) para reconciliarse con la Iglesia. A comienzos de la Cuaresma, el obispo ponía la ceniza en aquellos que buscaban el perdón y les mandaba cumplir una penitencia pública. Después, en la Pascua, se les daba la bienvenida al producirse su regreso a la Eucaristía como miembros plenamente reconciliados con la Iglesia. Hoy, la mayor parte de las parroquias amplían las oportunidades para la celebración del sacramento de la penitencia y la reconciliación.

"El sacrificio a Dios es un espíritu contrito; un corazón contrito y humillado, oh Dios, no lo desprecias".

Salmo 51:19

Las prácticas cuaresmales que expresan nuestro arrepentimiento son la oración, el ayuno y la limosna.

"La oración, para el bien del alma. El ayuno, para el bien del cuerpo. La limosna, para el bien del prójimo".

Gertrudis Mueller Nelson

La oración

En cierto sentido, la Cuaresma es, para cada uno de nosotros, una experiencia del desierto. Es un tiempo para apartarse del mundo y reflexionar en oración. Es importante tomarse un tiempo para reflexionar en cómo estamos viviendo nuestra fe y preparar nuestros corazones para escuchar la voz de Dios para que podamos así responder a su llamado. Al volvernos a Dios nos preparamos para tomar parte en la celebración de la Pascua.

La Cuaresma es un tiempo para volvernos a centrar y fortalecer nuestros esfuerzos en la oración. Si he sido holgazán o inconstante en la oración, la Cuaresma es un buen momento para que me comprometa a hacer un esfuerzo mayor y más constante. Podemos optar por prolongar el tiempo que dedicamos a orar o probar con una forma diferente de hacerlo, leer las lecturas diarias de la misa, rezar el rosario o las estaciones de la Cruz. Nuestros hábitos de oración mejorados pueden extenderse a todo el tiempo pascual o más allá de él.

- ¿Cómo incrementará o mejorará usted el tiempo dedicado a la oración en esta Cuaresma?



El ayuno y la abstinencia

El ayuno con propósitos religiosos es una práctica de autodisciplina tan antiguo como el pueblo de Dios (ver 1 Samuel 7:5-16, 1 Reyes 21:25-29, Joel 2:12-13, Hechos 13:2-3, Hechos 14:23). Ayuda a concentrarse en la oración y ayuda a reenfocar nuestra atención en Dios. Como otras prácticas disciplinarias del espíritu, el ayuno tiene que ser realizado en el espíritu adecuado y con un corazón bien dispuesto.

La Iglesia enseña que el **ayuno** (la limitación de la cantidad de comida que ingerimos) y la **abstinencia** (el prescindir de determinados alimentos) han de combinarse con la oración y las obras de caridad y otros actos de misericordia:

“¿No será más bien este otro el ayuno que yo quiero: desatar los lazos de maldad, deshacer las coyundas del yugo, dar la libertad a los quebrantados, y arrancar todo yugo? ¿No será partir al hambriento tu pan, y a los pobres sin hogar recibir en casa? ¿Que cuando veas a un desnudo le cubras, y de tu semejante no te apartes?”

Isaías 58:6-7

Todos los viernes de Cuaresma son días de *abstinencia* para las personas de catorce años o más. La mayoría de las personas se abstienen de comer carne pero eso puede ser sustituido por otros sacrificios importantes.

El Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo son días de *ayuno* y *abstinencia* obligatorios para todos los comprendidos entre los dieciocho y los cincuenta y nueve años de edad. Durante el *ayuno* se permite ingerir una comida completa así como dos comidas más reducidas que, entre las dos, no equivalgan a una comida completa.

“Cuando ayunes, perfuma tu cabeza y lava tu rostro, para que tu ayuno sea visto, no por los hombres”.

Mateo 6:17-18

• ¿Qué valor consideras que tienen el ayuno y el abstenerse de la carne? ¿Cuánto sacrificio significaría eso para usted?

• ¿Cómo pudieran el ayuno y la abstinencia hacerlo a usted más consciente del sufrimiento y el sacrificio de Jesús por nuestros pecados? ¿Y cómo más consciente de que hay quienes tienen que arreglárselas para subsistir sin los alimentos suficientes?



El sacrificio y la limosna

La oración y el ayuno deberán conducirnos al sacrificio y la **limosna** (el dinero o los bienes entregados como caridad a los pobres) y a otros actos de misericordia.

Lo que dice Jesús sobre el sacrificio

Jesús exige sacrificios a sus discípulos para que puedan seguirle:

- Mateo 19:21: “Si quieres ser perfecto, anda, vende lo que tienes y dáselo a los pobres, y tendrás un tesoro en los cielos”.
- Marcos 8:34: “Si alguno quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz y sígame”.
- Lucas 14:27, 33: “El que no lleve su cruz y venga en pos de mí, no puede ser discípulo mío... cualquiera de vosotros que no renuncie a todos sus bienes, no puede ser discípulo mío”.

• ¿Cuál es su cruz? ¿Cargará usted su cruz poniendo en ello todo su corazón o con cierta reserva?



Los miembros de las primeras comunidades cristianas de Jerusalén renunciaban a la propiedad de sus bienes para mantener a la comunidad:

“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”.

Hechos 2:44-45

El ofrecimiento de sacrificios durante la Cuaresma es un recordatorio de que todas nuestras pruebas y sufrimientos pueden unirse al sufrimiento de Jesús y ser ofrendados en acción de gracias por gran sacrificio:

"Ya que sufrimos con él, para ser también con él glorificados".

Romanos 8:17

Cuando renunciamos a algo, nuestra meta es centrar nuestra atención en Dios y traerlos a Él y lo relacionado con Él al centro de nuestras vidas. A veces descubrimos que tenemos que renunciar a algo; otras veces tenemos que hacer algo más. Mediante nuestros sacrificios y limosnas (donaciones caritativas a los necesitados), nos unimos solidariamente a aquellos que tienen que pasárselas sin lo necesario.

"La limosna hecha a los pobres es un testimonio de caridad fraterna; es también una práctica de justicia que agrada a Dios".

CIC 2462

"El que tenga dos túnicas, que las reparta con el que no tiene; el que tenga para comer, que haga lo mismo".

Lucas 3:11

- *¿Cómo reenfoqué mi vida en Jesús durante esta Cuaresma?*



Jornada de Fe para Adultos: Discernimiento, D2 (826917)

Imprimi Potest: Stephen T. Rehauer, CSsR, Provincial de la Provincia de Denver.

Imprimatur: "Conforme al CIC 827, Rev. Msgr. Mark S. Rivituso, Vicar General de St. Louis, concedió el Imprimatur para la publicación de este libro el 20 de enero del 2017. El Imprimatur es un permiso para la publicación que indica que la obra no contiene contradicciones con las enseñanzas de la Iglesia Católica, sin embargo no implica la aprobación de las opiniones que se expresan en ella. Con este permiso no se asume ninguna responsabilidad". *Jornada de Fe* © 2000, 2016 Liguori Publications, Liguori, MO 63057. Para hacer pedidos, visite Liguori.org o llame al 800-325-9521. Liguori Publications, corporación no lucrativa, es un apostolado de los Redentoristas. Para saber más acerca de los Redentoristas visite "Redemptorist.com".

Autores contribuyentes: Timothy McCanna; P. Richard Thibodeau, CSsR; Edición del 2016: Denise Bossert, Julia DiSalvo, y Joan McKamey; Diseño de Lorena Mitre Jiménez, Imágenes: Shutterstock. © Copyright 1993, 2005, 2016 Libros Liguori, Liguori, MO 63057. www.liguori.org. Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta obra puede ser reproducida, distribuida, almacenada, transmitida o publicada en ningún medio sin previo permiso por escrito. Publicado con licencia eclesialística. Textos de la Escritura tomados de la *Biblia de Jerusalén Latinoamericana*, Desclée de Brower, Bilbao, España. Todos los derechos reservados. Los textos del *Catecismo de la Iglesia Católica* y demás textos pontificios fueron tomados con permiso de Libreria Editrice Vaticana; versión en español. Impreso en los Estados Unidos de América. 20 19 18 17 16 / 5 4 3 2 1. Tercera edición.