



¿QUÉ ES CUARESMA?

La Cuaresma es el tiempo litúrgico para prepararnos para la fiesta de **Pascua**. Es un tiempo para la renovación de **nuestras promesas bautismales**. Mediante la **oración**, la **limosna** y el **ayuno** junto con la escucha de la **Palabra de Dios** buscamos despojarnos de todo lo que ha ensuciado la imagen de Dios en nosotros para poder abrazar la gracia y la santidad que el Señor quiere derramar sobre nosotros.

«Te compadeces de nosotros, Señor, y no aborreces nada de lo que hiciste; pasas por alto los pecados de los hombres para que se arrepientan, y los perdonas, porque tú eres nuestro Dios.» Sabiduría 11, 23-24

Desde la Iglesia primitiva, quienes iban a recibir el Bautismo se preparaban durante un tiempo de conversión para recibir el sacramento en la **Vigilia Pascual**. Muy pronto, las comunidades cristianas se unieron a los catecúmenos y hacían un camino similar recordando así su propio Bautismo.

Así, la Cuaresma es una invitación a una profunda **renovación espiritual**. Es un tiempo de escucha de la Palabra de Dios y de **conversión**, de **reconciliación** con Dios y con los hermanos. Esa renovación se hace visible en la oración, como camino para volvernos a Dios; en la limosna, como camino para volvernos al prójimo; y en el ayuno, para liberarnos de nosotros mismos y poder entregarnos a Dios y a los hermanos.

¿CUÁNTO DURA LA CUARESMA?

La Cuaresma empieza con el **Miércoles de Ceniza** y termina antes de la celebración de **La Cena del Señor del Jueves Santo**.

*«Cambiemos nuestro vestido por la ceniza y el cilicio;
ayunamos y lloremos delante del Señor,
porque nuestro Dios es compasivo y misericordioso
para perdonar nuestros pecados» Joel 2, 13*

¿QUÉ SIGNIFICA LA IMPOSICIÓN DE LA CENIZA?

El gesto de cubrirse con ceniza es un símbolo penitencial vinculado al sacrificio. En la Iglesia primitiva, quienes se acercaban a recibir la penitencia para la celebración del Triduo Pascual, vestían un hábito de penitencia y se ponían ceniza en la cabeza como expresión de su voluntad de convertirse.

La imposición de la ceniza tiene el sentido de reconocer la propia **fragilidad** y **mortalidad**, que necesita ser redimida por la misericordia de Dios. La Iglesia lo conserva como signo de la actitud del corazón penitente que cada bautizado está llamado a asumir en el itinerario cuaresmal.

La ceniza que se nos impone se ha preparado a partir de los **ramos de olivo** bendecidos en el Domingo de Ramos del año anterior.

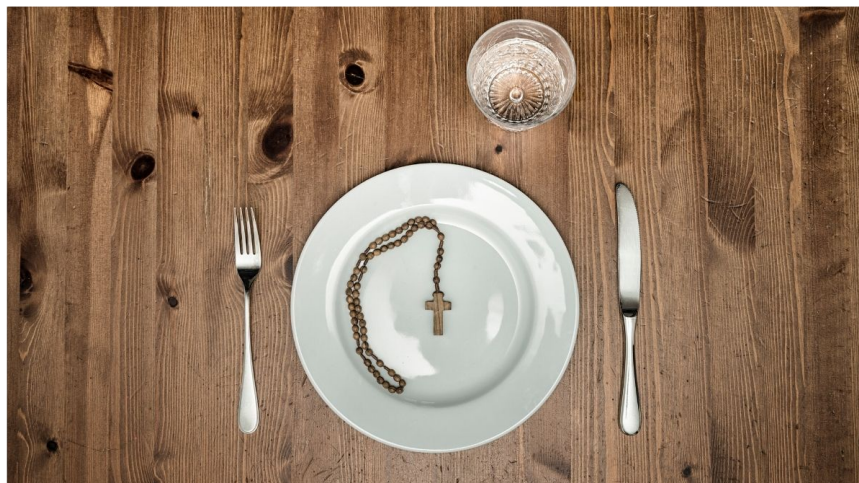


¿CUÁNDO Y CUÁLES SON LOS DÍAS DE PENITENCIA?

Los días de penitencia se han fijado para que los fieles se dediquen de manera especial a la **oración**, para que realicen obras de **penitencia** y de **caridad** y se nieguen a sí mismos, cumpliendo con mayor fidelidad sus propias obligaciones y, sobre todo, observando el **ayuno** y la **abstinencia** (CIC 1249)

Todos los viernes del año son días de **abstinencia** (a no ser que coincidan con una solemnidad). Estos días, todos los **mayores de 14 años** deben abstenerse de comer carne. Este gesto de penitencia puede ser sustituido en los viernes que no son de Cuaresma por cualquiera de las siguientes prácticas: lectura de la Palabra de Dios, limosna, obras de caridad, obras de piedad, obras de misericordia o mortificaciones corporales.

En cuanto al **ayuno**, deben guardarlo los **mayores de 14 años y menores de 59** al menos el **Miércoles de Ceniza** y el **Viernes Santo**.

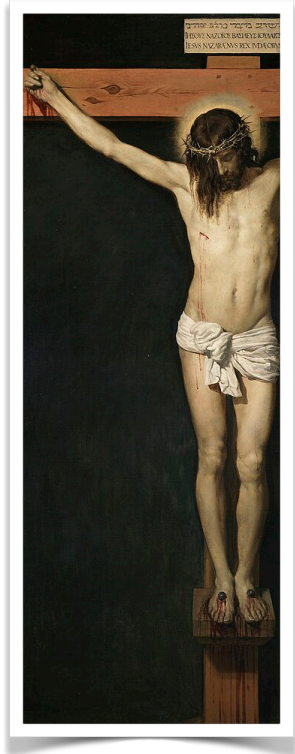


¿AYUNO + LIMOSNA + ORACIÓN?

La **limosna** no es un gesto rápido para limpiarse la conciencia, sino que es tocar con las propias manos y con las propias lágrimas los sufrimientos de este mundo.

La **oración** no es una ritualidad vacía, sino un auténtico y verdadero diálogo de amor con el Dios, que nos habla y nos llama para mostrarnos la belleza de su rostro.

El **ayuno** no es un simple sacrificio, sino un gesto fuerte para recordarle a nuestro corazón qué es lo que permanece y qué es lo pasajero, aprendiendo a atesorar tesoros en el cielo.



En definitiva, estas tres prácticas están íntimamente relacionadas. Cuando *ayunamos* renunciamos a algo concreto y material que nos produce un ahorro económico -por pequeño que sea- y una liberación de tiempo -por breve que sea-. ¿Y qué hacer con ese dinero y ese tiempo? Si no lo invertimos en limosna y en oración, nuestro ayuno se habrá reducido a una renuncia irracional y sin sentido. Por eso estas tres prácticas van siempre unidas y provocan al corazón para que tenga la mejor disposición para su propia **conversión**, es decir, volvernos a Dios para que Él pueda hacer su obra en nosotros.