

Dar Limosnas

Estar conscientes de los pobres no es una opción para los cristianos. De hecho, Jesús nos dice que cuando le damos de comer al hambriento, visitamos al preso, vestimos al desnudo, lo encontramos a El.

De modo que, junto con el ayuno y la oración, dar limosnas ha sido una práctica Cuaresmal tradicional. Jesús dio Su vida por los demás. Como discípulos Suyos, somos llamados a hacer lo mismo en nuestra vida diaria, así como en los pasos extras que damos fuera de nuestra vida y de nuestras rutinas ordinarias.

Al considerar nuestras limosnas Cuaresmales, es útil tener presente las Obras Corporales de Misericordia (Corporal Works of Mercy):

- Alimentar al hambriento (ayudar en un comedor de beneficencia, donar alimentos).
- Dar de beber al sediento (ser hospitalario con los necesitados).
- Darle la bienvenida al extraño (ser acogedor con quienes nos encontramos).
- Vestir al desnudo (donar ropa a un lugar de alojamiento para los que no tienen hogar).
- Visitar al enfermo (visitar a los que están confinados al hogar, hospitalizados o en ancianatos).
- Visitar al preso (unirse al grupo de un ministerio de prisiones u ofrecerles apoyo).
- Dar sepultura al difunto (visitar un cementerio, rezar por los difuntos).



Design Pics

Decidir cómo incorporar el dar limosnas a nuestras prácticas Cuaresmales, no envuelve tanto sacar nuestras agendas y ver qué encaja en nuestro horario. Más bien se trata de a qué se refiere la Cuaresma en general: encontrar un lugar callado y escuchar el llamado del Señor, comprometiéndonos a seguirlo dondequiera que vaya y dondequiera que lo encontremos ese día, bajo la apariencia del pobre o del necesitado.

El Catecumenado

La Cuaresma empezó como un período de preparación para aquéllos siendo iniciados en la Iglesia en la Vigilia de la Pascua de Resurrección, y así continúa siendo hoy día. Los Candidatos (aquéllos que han sido bautizados en otra comunión cristiana) y los Catecúmenos (aquéllos que no han sido bautizados) celebran varios ritos durante la Cuaresma (lo cual es llamado, en este contexto, el “Período de Purificación e Iluminación”):

- El Rito de Elección tiene lugar en la Catedral diocesana, con el Obispo, usualmente el primer Domingo de Cuaresma. Todos los Catecúmenos y todos los Candidatos se reúnen para declarar su intención de unirse a la Iglesia y firmar el Libro de los Elegidos.



Eye Pix

- Los Escrutinios, en los cuales los que no han sido bautizados, ahora llamados Elegidos, son llamados a examinar su vida a la luz del Evangelio, se celebran el tercer, cuarto y quinto Domingo de Cuaresma.
- El Credo y el Padre Nuestro son presentados a los Elegidos y a los Candidatos durante este tiempo, con frecuencia el cuarto y el quinto Domingo de Cuaresma.

Todos estos ritos se celebran durante las liturgias. Tenemos el privilegio de rezar con y por aquéllos que van a entrar en la plenitud de la fe en Cristo, y los mismos son ricas experiencias Cuaresmales para todos nosotros, al ser inspirados a profesar una fe más profunda.

Tomando Nuestra Cruz y Siguiendo a Cristo

Necesitamos la Cuaresma. En medio de nuestra vida ocupada, con fuerzas mundanas y tentaciones esforzándose para distraernos del llamado de Cristo, las semanas de Cuaresma son un don. Al ayunar, orar, y extenderle nuestra mano a los pobres, estamos imitando a Cristo, uniéndonos más de cerca a El. El sufrió y se sacrificó; así también nosotros. El vive en un gozo eterno; así también viviremos nosotros, al seguirlo esperanzados.

Para Más Información:

Á Kempis, Thomas. *The Imitation of Christ*. Various publishers.

Baker, Bishop Robert, and Fr. Benedict Groeschel. *When Did We See You, Lord?* Our Sunday Visitor, 2005.

Ball, Ann. *Stations of the Cross — Stations of Light*. Our Sunday Visitor, 2004.

Dolan, Archbishop Timothy. *Called to Be Holy*. Our Sunday Visitor, 2004.

Dubruiel, Michael. *The Power of the Cross: Applying the Passion of Christ to Your Life*. Our Sunday Visitor, 2004.

McDonough, Catalina Ryan. *Stations of the Cross for the Sick*. Our Sunday Visitor, 2005.

Will, Julianne. *Stations of the Cross for Children*. Our Sunday Visitor, 2005.

Para materiales católicos adicionales o para ordenar copias de este folleto en grandes cantidades, pónganse en contacto con

OurSundayVisitor

200 Noll Plaza • Huntington, IN 46750
1-800-348-2440 • Fax: 1-800-498-6709 • www.osv.com

Por Amy Welborn

Traducido al español por Vilma G. Estenger

Inventario No. P445

© 2007 por Our Sunday Visitor, Inc.

Las citas bíblicas han sido tomadas de *La Biblia Latinoamericana 48a edición*, SAN PABLO EDITORIAL VERBO DIVINO.

US \$14.95



Cómo Celebrar la Cuaresma Como Católicos



For Review Only. Copyright Our Sunday Visitor, Inc.

“JESUS VOLVIO DE LAS ORILLAS DEL JORDAN LLENO DEL ESPIRITU SANTO Y SE DEJO GUIAR POR EL ESPIRITU A TRAVES DEL DESIERTO, DONDE FUE TENTADO POR EL DEMONIO. EN TODO ESE TIEMPO NO COMIO NADA, Y AL FINAL SINTIO HAMBRE”.
LUCAS 4:1-2

For Review Only. Copyright Our Sunday Visitor, Inc.

Introducción

Antes de comenzar Su ministerio público, Jesús pasó cuarenta días en el desierto. Rezó, ayunó, confrontó la tentación, y se preparó para la jornada que había de venir. Durante la Cuaresma, nosotros imitamos la negación de Sí mismo de Jesús. Rezamos, ayunamos, y damos limosnas. Usando la Palabra de Dios y siglos de prácticas espirituales y devociones, podemos, poco a poco, poner a un lado lo que nos distrae y nos daña, abrir nuestra vida a una conversión más profunda al Señor, y emerger preparados para entrar en el perdurable gozo de la vida con el Cristo Resucitado.



La Cuaresma comienza como un período de ayuno y preparación para los catecúmenos, o personas que estaban preparándose para ser bautizadas en la Pascua de Resurrección. Para el siglo IV, el ayuno, originalmente de dos días de duración, después durante toda la Semana Santa, se había extendido a un ayuno de 40 días.

A medida que el Bautismo de bebés se convirtió en la regla del cristianismo, el tiempo de preparación para la Pascua continuó. Los cristianos siempre habían rezado y ayunado por los catecúmenos, y a medida que las prácticas bautismales cambiaron, esos días se convirtieron en un tiempo de oración, penitencia, y conversión del corazón para todos los cristianos.

Miércoles de Ceniza

La Cuaresma comienza con cenizas — un signo tradicional de duelo, sufrimiento y arrepentimiento tanto para los judíos como para los cristianos (Is. 58:5; Mt. 11:21).

Durante los primeros siglos de la historia cristiana, aquéllos que cometieron pecados graves tenían que hacer penitencia pública, algunas veces por años. Los penitentes estaban organizados en una “Orden de Penitentes”; el proceso era ritualizado y culminaba el Jueves Santo, cuando los penitentes eran admitidos nuevamente en la Eucaristía.

Uno de los signos de un penitente eran las cenizas o polvo en la cabeza de la persona, con frecuencia al comienzo de su penitencia. Para principios de la Edad Media, la práctica se convirtió en una tradición cuaresmal más general para todos los cristianos, enfocada en el comienzo de la Cuaresma. Se convirtió en

una forma para que los cristianos marcaran su dolor por el pecado públicamente, y para prepararlos simbólicamente para desechar ese pecado y abrirse a Dios durante las semanas por venir.

Hoy día, al recibir las cenizas en nuestra cabeza, usualmente trazadas en un Signo de la Cruz, se nos recuerda quiénes somos: criaturas necesitadas del amor y del perdón de Dios.

Las lecturas para el Miércoles de Ceniza nos ofrecen una buena guía, no sólo para este día, sino para la jornada que estaremos emprendiendo durante las próximas semanas.

- Joel nos llama a volver al Señor por medio de la oración y del ayuno.
- Pablo nos hace un llamado: “no hagan inútil la gracia de Dios que han recibido.” (2 Cor. 5:20-6:2).
- Jesús nos recuerda que oremos, ayunemos y demos limosnas con miras a agradar a Dios, no para impresionar a otras personas (Mt. 6:1-6; 16-18).



The Crosiers

Ayuno y Abstinencia

Durante la Cuaresma, se les requiere a los católicos que ayunen y se abstengan en ciertos días, a imitación del ayuno de Jesús en el desierto. La ley de la Iglesia define “ayunar” como hacer una comida de tamaño regular y dos comidas pequeñas. “Abstenerse” es privarse de comer carne de animales.

El Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo son días de ayuno y abstinencia, y todos los Viernes de Cuaresma son días de abstenerse de comer carne.

Por supuesto, las leyes de la Iglesia están diseñadas para guiar a un amplio espectro de personas en distintos estados de la vida. Siempre somos bienvenidos a ir más allá del mínimo, tal vez mediante la participación en un ayuno más vigoroso, absteniéndonos de otro alimento si uno es vegetariano, o ayunando un día extra durante la semana. A lo largo de la historia, el Miércoles, por ejemplo, ha sido otro día de ayuno tradicional para los cristianos.



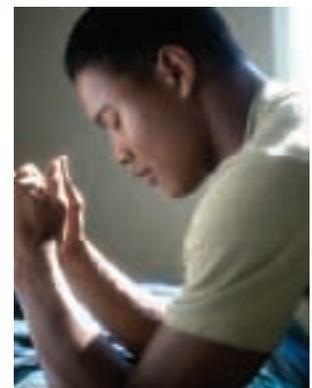
Vitman

Tradicionalmente, las observancias de la Cuaresma han sido estructuradas alrededor de tres prácticas:

- Ayunar
- Rezar
- Dar limosnas

A través de la historia, los cristianos han encontrado que estas prácticas son los componentes básicos del crecimiento espiritual cuaresmal. Ellos obran de dos maneras: ayudan a limpiar nuestra vida de lo que nos distrae de Dios, y ese nuevo espacio le da más lugar a la gracia de Dios para echar raíces y florecer.

Nuestra esperanza, y nuestra oración cuaresmal es que, imitando el sacrificio de Jesús, nos volvamos más como El en todos los aspectos.



SW Productions

Ayuno: “¡Proclamen un ayuno!”

El ayuno es una antigua práctica espiritual. No es exclusiva del cristianismo. Todas las religiones importantes reconocen el valor del ayuno. Es importante para nosotros recordar esto antes de preguntar, “¿Qué le importa a Dios si me como una hamburguesa el Viernes?” Obviamente, la sabiduría de las épocas ha encontrado un poder espiritual en el ayuno.

Durante la Cuaresma, ayunamos y nos abstenemos de comer carne en ciertos días. Pero también ayunamos mediante la práctica común de “privarnos de algo por la Cuaresma”.

Cuando nos privamos de algo — algo importante, algo que funciona como una muleta o como un placer en nuestra vida — hacemos un sacrificio. Este sacrificio nos ayuda de muchas maneras:

- Es penitencial, una manera de expresar dolor por nuestros pecados.
- Nos enseña que no necesitamos esas cosas para ser felices. Podemos actuar sin ellas y depender, como Jesús nos enseña, solamente de Dios para nuestra felicidad.
- Es un componente básico del aprendizaje de auto disciplina espiritual, preparándonos para sacrificios mayores que seremos llamados a hacer más adelante, imitando a Jesús.
- Es una manera de expresar solidaridad, individualmente y como Iglesia, con los pobres de este mundo, los pobres en los que Jesús dice que lo encontraremos a El.

¿De qué privarnos?

“Sacrificio” es la palabra clave aquí. Jesús nos mostró que el sacrificio está en el centro del amor auténtico. Algunas áreas en las que muchos católicos se enfocan en su sacrificio Cuaresmal:

- Un tipo de alimento
- Tiempo de televisión o de internet
- Gastos o compras innecesarios
- Alcohol o cafeína

Oración

En oración, nos volvemos a Dios, escuchamos Su voz, y lo dejamos llenar nuestro corazón y guiarnos. Durante la Cuaresma, nuestra oración toma un tono especial: estamos especialmente conscientes de nuestros pecados. Estamos atentos a Jesús, el Siervo que sufre. Nos unimos en oración por los candidatos y los catecúmenos, y oramos por nuestra propia, más profunda conversión al Señor.



The Crosiers

Muchos encuentran útil ir más allá de la Misa dominical y usar la Cuaresma como una oportunidad para ampliar y profundizar su vida espiritual:

- Celebrar el Sacramento de la Reconciliación.
- Ir a Misa durante la semana.
- Leer y rezar con las lecturas de la Misa para cada día.
- Rezar la Liturgia de las Horas.
- Participar en un estudio bíblico o en otro ofrecimiento de la parroquia.
- Usar uno de los muchos devocionarios diarios disponibles.
- Rezar las Estaciones de la Cruz, individualmente o en su parroquia.
- Rezar el Rosario.
- Pasar tiempo en Adoración Eucarística.
- Hacer alguna lectura espiritual extra.