



LA CUARESMA

Concepto:

La *Cuaresma* es el tiempo litúrgico de conversión, que marca la Iglesia para prepararnos a la gran fiesta de la Pascua. Es tiempo para arrepentirnos de nuestros pecados y de cambiar algo de nosotros para ser mejores y poder vivir más cerca de Cristo.

La Cuaresma (quadragésima) dura 40 días; comienza el *Miércoles de Ceniza* y termina el *Jueves Santo*, con la Misa vespertina. A lo largo de este tiempo, sobre todo en la liturgia del domingo, hacemos un esfuerzo por recuperar el ritmo y estilo de verdaderos creyentes que debemos vivir como hijos de Dios.

El color litúrgico de este tiempo es el morado que significa luto y penitencia. Es un tiempo de reflexión, de penitencia, de conversión espiritual; tiempo de preparación al misterio pascual.

Tradicición: En la Iglesia primitiva, variaba la duración de la Cuaresma, pero eventualmente comenzaba seis semanas (42 días) antes de la Pascua. Esto sólo daba por resultado 36 días de ayuno (ya que se excluyen los domingos). En siglo VII se agregaron cuatro días antes del primer domingo de Cuaresma estableciendo los cuarenta días de ayuno, para imitar el ayuno de Cristo en el desierto. Era práctica común en Roma que los penitentes comenzaran su penitencia pública el primer día de Cuaresma. Ellos eran salpicados de cenizas, vestidos en sayal y obligados a mantenerse lejos hasta que se reconciliaran con la Iglesia el Jueves Santo o el Jueves antes de la Pascua.

Duración: La duración de la Cuaresma está basada en el símbolo del número *cuarenta* en la Biblia. En ésta, se habla de los cuarenta días del diluvio, de los cuarenta años de la marcha del pueblo judío por el desierto, de los cuarenta días de Moisés y de Elías en la montaña, de los cuarenta días que pasó Jesús en el desierto antes de comenzar su vida pública, de los 400 años que duró la estancia de los judíos en Egipto.

Ayuno y abstinencia:

El ayuno consiste en hacer una sola comida fuerte al día. La abstinencia consiste en no comer carne. Son días de abstinencia y ayuno el *miércoles de Ceniza* y el *Viernes Santo*. La abstinencia obliga a partir de los catorce años y el ayuno de los dieciocho hasta los cincuenta y nueve años de edad. Con estos sacrificios, se trata de que todo nuestro ser (alma y cuerpo) participe en un acto donde reconozca la necesidad de hacer obras con las que reparemos el daño ocasionado con nuestros pecados y para el bien de la Iglesia.

El ayuno y la abstinencia se pueden cambiar por otro sacrificio, dependiendo de lo que dicten las Conferencias Episcopales de cada país, pues ellas son las que tienen autoridad para determinar las diversas formas de penitencia cristiana.

Liturgia de palabra durante la Cuaresma

Domingo I	Dt 26, 1-2. 4-10	Rm 10, 8-13	Lc 4, 1-13
	Profesión de fe del pueblo elegido	Profesión de fe del creyente en Cristo	Fue llevado por el Espíritu al desierto, y era tentado por el diablo
Domingo II	Gn 15, 5-12. 17-18 Dios selló una alianza con Abraham	Fl 3, 17 - 4, 1 Cristo hará nuestro cuerpo semejante a su cuerpo glorioso	Lc 9, 28b - 36 Mientras oraba, el aspecto de su rostro cambió
Domingo I	Ex 3, 1-8ª. 10. 13-15 "Yo soy" me envió a ustedes	1 Cor 10, 1 - 6. 10-12 La vida del pueblo con Moisés en el desierto	Lc 13, 1-9 Señor, déjala. A ver si da fruto, sino, la cortas
Domingo IV	Josué 4, 19; 5, 10-12 El pueblo de Dios celebra la Pascua	2 Cor 5, 17-21 Dios nos reconcilió con Él por medio de Cristo	Lc 15, 1 - 3. 11 - 32 Cuando todavía estaba lejos, su padre lo vio y se conmovió
Domingo V	Is 43, 16-21 Yo estoy por hacer algo nuevo	Fl 3, 8 - 14 Por Cristo he sacrificado todas las cosas	Jn 8, 1 - 11 Tampoco yo te condeno. Anda y en adelante no peques más



ACTIVIDAD

1. Elaborar un organizador visual del tema. (mapa mental, cuadro sinópticos, esquemas de llaves, etc.)
2. Realizar una oración en referencia al tiempo de cuaresma.