



La Cuaresma

Es un tiempo de 40 días de conversión y penitencia como preparación al misterio Pascual de Cristo. La Cuaresma empieza el miércoles de Ceniza con la imposición de la ceniza, y termina antes de la misa de la Cena del Señor del Jueves Santo.

En la Biblia el número 40 aparece en repetidas ocasiones. Por ejemplo: Moisés pasó 40 días de ayuno y oración en el monte Sinaí, antes de recibir los diez mandamientos (cf. Éx 34,27-28; 24,18; Dt 9,18). Y el profeta Elías caminó por el desierto 40 días hasta llegar al monte Horeb para encontrarse con el Señor (cf. 1Re 19,8).

Nuestra Cuaresma está inspirada en los 40 días de ayuno y oración de Cristo en el desierto, antes de iniciar su vida pública (cf. Mt 4,1-11).

Es propio de este tiempo litúrgico, además del ayuno y la abstinencia que prescribe la Iglesia, el ejercicio del Vía Crucis (sobre todo los viernes), las conferencias cuaresmales, los retiros y las celebraciones del sacramento de la Penitencia.

La ceniza



En la Biblia el gesto de ponerse ceniza sobre la cabeza es usado principalmente para expresar la fragilidad y caducidad de la vida humana (cf. Gn 2,7; 3,11), el propósito de penitencia y conversión (cf. Jon 3,5-6), y la actitud de súplica humilde e insistente (cf. Jdt 9,1).

La costumbre de usar la ceniza con sentido penitencial pasó a la Iglesia primitiva en el siglo IV. Pero sólo se imponía a los penitentes que hacían penitencia pública por haber cometido pecados notorios; después, a partir del siglo VIII, con la introducción de la confesión auricular, el

grupo de los penitentes públicos comenzó a desaparecer; entonces la ceniza adquirió un carácter más general y acabó imponiéndose a todos los cristianos para expresar así su condición de pecadores.

El sacerdote cuando nos impone la ceniza¹ puede emplear una de las siguientes fórmulas: “Acuérdate de que eres polvo y al polvo volverás” o también: “Conviértete y cree en el Evangelio”. En la primera se destaca el origen del hombre que ha sido sacado del polvo de la tierra, y nos remite a Gn 3,19. La segunda nos llama a la conversión y a la fe en el Evangelio como medio para alcanzar la vida eterna, y pertenece a Mc 1,15. La ceniza nos recuerda que un día moriremos y que necesitamos convertirnos de nuestros pecados para entrar en la Patria celestial.

La conversión

Jesús, después de hacerse bautizar por Juan en el Jordán, se retiró al desierto y allí pasó 40 días de ayuno y oración como preparación a su vida pública. Luego comenzó a recorrer toda Galilea predicando la conversión: “El tiempo se ha cumplido y el Reino de Dios está cerca; convertíos y creed en el Evangelio” (Mc 1,15). También la Iglesia, de acuerdo con las enseñanzas de Jesús, continúa anunciando el Evangelio a todas las gentes y llamando a la conversión para poder entrar en el Reino de Dios.

La Cuaresma es un tiempo privilegiado para volver a Dios, pues todos debemos enmendarnos: “no sea que, sorprendidos por el día de la



muerte, busquemos, sin poder encontrarlo, el tiempo de hacer penitencia” (cf. Liturgia del miércoles de Ceniza).

La conversión es necesaria porque muchas veces olvidamos que Dios es nuestro Padre y que todos somos hermanos. A veces nos dejamos llevar por los afanes del mundo, que los podemos resumir en tres: **poder, tener y placer**. Estos afanes se pueden convertir en ídolos y hacer que perdamos de vista el amor a Dios, el amor al prójimo, y nuestro fin último: la vida eterna.

Cuando el afán de poder domina a una persona, entonces sólo piensa en estar por encima de los demás, en ser importante, en acumular títulos, en buscar que los demás le sirvan.

Si el afán de tener se hace presente en la vida de alguien, entonces busca acumular bienes sin medida, desea tener más y más. Un ejemplo de esto lo encontramos en la parábola del rico epulón y el pobre Lázaro (cf. Lc 16,19-31).

Y, por último, el afán de placer. Cuando este afán domina a una persona, lo que más desea es divertirse y no repara en medios, ni distingue entre placeres lícitos e ilícitos. Para él, los demás son medios para satisfacer sus apetencias. Son muchos los que se han dejado llevar por este afán, y han arruinado su vida cayendo en la droga, en la prostitución, y contrayendo enfermedades que han acortado su existencia.

El Evangelio nos propone unas alternativas:

◆ Frente al afán de poder, de mandar y de estar por encima de los demás, el Evangelio nos habla de servicio humilde: Jesús, en la última cena, lava los pies a los discípulos (cf. Jn 13,1-15).

◆ Frente al afán de tener y acumular cosas, el Evangelio nos habla de compartir con el pobre,

¹ El cristiano recibe una cruz en la cabeza con las cenizas obtenidas al quemar las palmas del Domingo de Ramos del año anterior.

con el necesitado, sabiendo que todo lo que hacemos al pobre, lo hacemos al mismo Jesús: ver pasaje del juicio final (cf. Mt 25, 31-46).

♦ Frente al afán de placeres de todo tipo, el Evangelio nos habla de moderación, de virtud, de fidelidad.

En realidad todos estamos afectados por estos afanes, pues somos pecadores, y necesitamos restaurar en nuestra vida el amor a Dios y el amor al prójimo. A Dios le debemos amar con todo el corazón, con toda el alma y con todo nuestro ser, y al prójimo como a nosotros mismos (cf. Mt 22,37-39). Pero para amar a Dios, a quien no vemos, es necesario que amemos a nuestro prójimo, a quien vemos, a quien tenemos a nuestro lado, y eso no es fácil, pues a veces, nuestra mente se fija mucho en las cosas negativas que tiene, y con ellas edificamos una barrera de separación, a veces casi infranqueable.

En nuestro deseo de cambiar debemos tener presente que no estamos solos pues Jesús nos ama, ha dado su vida por nosotros, y nos ha dejado en su Iglesia el sacramento de la Penitencia, para que consigamos el perdón y la paz.

El sacramento de la Reconciliación

El Señor Jesús instituyó este sacramento, que también se llama Penitencia o Confesión, para perdonar todos los pecados que hayamos cometido después del Bautismo, y recuperar así la gracia de Dios.



Todos sentimos la inclinación al mal, y por eso cometemos faltas y pecados. En la confesión nos encontramos con Cristo en la persona del sacerdote, y no hay nada que no pueda ser perdonado, si hay verdadero arrepentimiento y deseo de enmienda. En el fondo todos queremos

ser perdonados de nuestros pecados para vivir una buena relación con Dios y con el prójimo.

El Papa Francisco nos recuerda que “Dios no se cansa de perdonar, somos nosotros los que nos cansamos de pedir perdón.”



Días de penitencia, ayuno y abstinencia

Las normas del Código de Derecho Canónico y de la Conferencia Episcopal Española establecen unos tiempos de penitencia que incluyen el ayuno y la abstinencia:

Miércoles de Ceniza y Viernes Santo: ayuno y abstinencia de carne.

El ayuno consiste en hacer una comida al día; pero no se prohíbe tomar algo por la mañana y por la noche.

Los otros viernes del año: sólo abstinencia de carne, a no ser que coincidan con una solemnidad.

La abstinencia de carne puede sustituirse por cualquiera de las formas de penitencia recomendada por la Iglesia: lectura de la Sagrada Escritura, limosna, obras de caridad, obras de piedad y mortificaciones corporales.

La ley de la abstinencia obliga a los que han cumplido catorce años; la del ayuno, a todos los mayores de edad*, hasta que hayan cumplido cincuenta y nueve años.

*Nota: *En España la mayoría de edad se alcanza a los 18 años.*

La Cuaresma, tiempo de conversión



“El Señor es compasivo y misericordioso”

(Sal 102,8)