

BOLETÍN SOBRE EL MIÉRCOLES DE CENIZA Y LA CUARESMA

Este 5 de marzo, inicia la Cuaresma con el signo de la ceniza, la cual evoca que somos mortales: **“recuerda que eres polvo y al polvo has de volver”**; por tanto, al recordar que vamos a morir, nos motivemos a no tardar en cambiar de vida y volver a Dios.

El uso de la ceniza en la cabeza, como signo de penitencia, tiene origen bíblico, ya el libro de Judit 9,1 narra como ella hizo penitencia vistiendo ropas incómodas y poniéndose ceniza en la cabeza. La penitencia se realiza como signo de humildad, para pedir perdón a Dios por los pecados o para suplicarle una gracia.

La ceniza se elabora quemando las palmas benditas del Domingo de Ramos del año pasado, además quemando estampas, misales y algunas vestiduras litúrgicas que ya no están en buen estado. Posteriormente la ceniza se bendice y se pone a disposición de los fieles para que acudan al templo a recibirla.

Cualquier persona que está bien dispuesta a vivir el camino cuaresmal puede recibir el signo de la ceniza, así como cualquier persona la puede imponer a los demás fieles; también puede ser llevada a los enfermos a través un algún familiar.

AYUNO Y ABSTINENCIA

El miércoles de Ceniza y el viernes Santo son días de ayuno y abstinencia. En cuanto a la abstinencia, es importante señalar que todos los viernes del año son días de abstinencia de carne, pero esta penitencia se puede conmutar por otros actos, como buenas obras, oración u otros actos de piedad. Están obligados a la práctica de la abstinencia los **mayores de 14 años**. El ayuno, por su parte, se cumple al disminuir la ingesta del día. Obliga a **mayores de 18 y menores de 60 años**.

Los enfermos no están obligados a practicarla. La Iglesia propone el ayuno como una práctica de penitencia para fortalecer la voluntad, como sacrificio a Dios; también para que, al experimentar el hambre, podamos recordar el hambre del alma por Dios; pero sobre todo, para comprender el hambre del hermano pobre y ser solidarios con ellos.

LA CUARESMA

La cuaresma es un tiempo que consta de 40 días de penitencia y su objetivo es prepararnos para la celebración de las fiestas principales de los cristianos: **La pasión, muerte y resurrección del Señor**. Durante este tiempo, acompañamos a Jesús, quien estuvo en el desierto por 40 días en oración y ayuno para fortalecerse espiritualmente e iniciar su misión. Así los católicos estamos invitados a vivir el tiempo de cuaresma en un ambiente de mayor silencio y el esfuerzo por superar nuestros apegos. Se trata además de un tiempo de conversión en el que la Palabra de Dios nos llama a renunciar al pecado para vivir una nueva vida. El color litúrgico de este tiempo es el morado, que significa preparación y penitencia.