



1. ¿Qué es la Cuaresma y cuál es su sentido?

Es el tiempo litúrgico que nos prepara para celebrar el Triduo Pascual y el Tiempo de Pascua. Es preciso meditar y reflexionar, anticipadamente, en torno a la Pasión, Muerte y Resurrección de Cristo porque ocupa el lugar central de nuestra salvación. El sacrificio de Jesús es la máxima expresión del amor de Dios hacia toda la humanidad.

2. ¿Qué caracteriza a la Cuaresma?

Es un tiempo que nos llama a la conversión, al arrepentimiento, a reconciliarnos con Dios, nuestro creador, salvador y santificador. Nos recuerda que debemos prepararnos para vivir la Pascua del Señor. Por esto, su color es el morado.

En la Liturgia, las lecturas y oraciones nos resaltan la importancia de volver a Dios para cambiar nuestra vida y de mantener o recuperar la gracia con Él. Además, por su misma razón de ser, no se cantan el “Aleluya” ni el “Gloria”, ya que estarán reservados para el Tiempo de Pascua.

3. ¿Cuál es su fundamento bíblico?

En el Antiguo Testamento, tenemos como referencia los 400 años que estuvo esclavizado el pueblo de Israel en Egipto y los 40 años que peregrinó en el desierto antes de entrar en la Tierra prometida (Ex, Lv, Nm, Dt).

En el Nuevo Testamento, cobra especial importancia los 40 días que pasó nuestro Señor Jesucristo en el desierto, preparándose para su futura misión con la oración y el ayuno. Esto lo fortaleció para enfrentar las tentaciones del Maligno (Mt, Mc, Lc).

4. ¿Cuándo se vive y cuánto tiempo dura la Cuaresma?

Su inicio es el Miércoles de Ceniza (entre mediados de febrero e inicios de marzo) y finaliza el Jueves Santo (entre finales de marzo y finales de abril) La Cuaresma, por su mismo nombre, tiene una duración de 40 días (6 domingos).

5. ¿Cuáles son las prácticas o pilares de este tiempo?

- **La oración:** La oración es fundamental en nuestra vida cristiana. Nos ayuda a estar en gracia de Dios, pedirle perdón por nuestros pecados, ofensas y faltas. Nos fortalece en la caridad, fe, esperanza, misericordia y humildad.

- **El ayuno:** somos llamados al ayuno y abstinencia el Miércoles de ceniza (luego, también, el Viernes Santo) y a la abstinencia los viernes de Cuaresma, pero, también, al ayuno de envidias, rencores, egoísmos, apego a lo material, actividades superfluas, etc.



- **La limosna:** lo ayunado debe repercutir, especialmente, en los más pobres. Somos llamados a la solidaridad y misericordia con quienes más lo necesitan.

LA CUARESMA

La Penitencia: el sacramento de la alegría



“ Lo importante es levantarse siempre. El Señor de la misericordia me perdona siempre, de manera que me ofrece la posibilidad de volver a empezar siempre. ”

Papa Francisco, "El nombre de Dios es misericordia, conversación con Andrea Tornielli"

¿QUÉ ES?

El sacramento de la Reconciliación es un sacramento de curación. Cuando yo voy a confesarme es para sanarme, curar mi alma. El perdón se pide, se pide a otro, y en la Confesión pedimos el perdón a Jesús. El perdón no es fruto de nuestros esfuerzos, sino que es un regalo, es un don del Espíritu Santo.

Papa Francisco, audiencia general, 19 febrero 1014

PASO 1

Examen

El examen de conciencia consiste en reflexionar sobre aquellas acciones, pensamientos o palabras, que nos hayan podido alejar de Dios, ofender a los demás o dañarnos interiormente.

PASO 2

Contrición

La contrición, o arrepentimiento, es un dolor del alma y un rechazo de nuestros pecados, que incluye la resolución de no volver a pecar.

PASO 3

Confesión

La confesión consiste en la acusación de los pecados hecha delante del sacerdote. Debe ser clara, concreta, concisa y completa.

PASO 4

Satisfacción

La satisfacción consiste en el cumplimiento de ciertos actos de penitencia que el confesor indica al penitente para reparar el daño causado por el pecado.

opusdei.org.mx

Luego de leer y reflexionar en base a los textos compartidos, redacta 3 compromisos para vivir esta Cuaresma 2023:

Compromiso 1	Compromiso 2	Compromiso 3