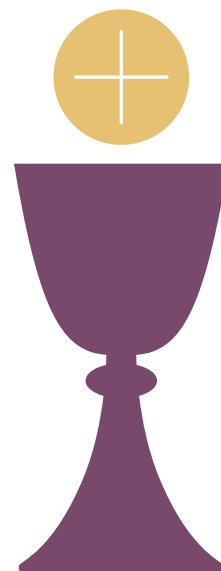


# Una guía personal para jóvenes en Cuaresma

POR RITA FERRONE



Si creciste siendo católico, probablemente estás familiarizado con muchas de las prácticas religiosas de la Cuaresma. Recibir las cenizas en la frente el Miércoles de Ceniza, no comer carne los viernes, escoger algo de lo que te vas a “privar durante Cuaresma”: estas son cosas que has conocido desde que eras pequeño. Es fácil seguir a los demás cuando la familia y los amigos están haciendo estas cosas, sin pensar mucho acerca de ellas. Pero a medida que pasa el tiempo, nos hacemos nuevas preguntas acerca de las cosas familiares. Tenemos que saber por qué las cosas son como son.

Esta guía analiza el Tiempo de Cuaresma, con especial atención a ¿por qué las cosas que asociamos con la Cuaresma son parte de la experiencia de la Iglesia –tu experiencia– durante este tiempo?

## LA CUARESMA ES UN TIEMPO ESPECIAL

Es importante entender que la Cuaresma es como una “estación”. Esto puede parecer obvio, pero en realidad es fácil no verlo. La Cuaresma es un “Tiempo” del año litúrgico, de la misma manera que el verano, el invierno, la primavera o el otoño son estaciones del año natural. (En inglés se usa la misma palabra para los dos: *Lenten season* y *Spring season*.) Es un período durante el cual suceden muchas cosas.

¿Por qué un tiempo especial? Históricamente, la Cuaresma se inició en la primera Iglesia para las personas que se preparaban para ser bautizadas en la Pascua. Necesitaban un *tiempo o período* especial destinado a la preparación espiritual. Todo el mundo comprendía que el Bautismo era de suma importancia, una ocasión que se daba una vez en la vida. Quienes se preparaban para hacerlo sabían que debían centrar su atención. Tenían que rezar. Tenían que ayunar. Tenían que practicar la caridad. Tenían que estar seguros de que estaban dispuestos a renunciar a su antigua forma de vida. Aquellos que ya estaban bautizados les ayudaban. Ellos compartían algunas de sus preparaciones con ellos, especialmente la oración, el ayuno y las limosnas a los necesitados.

Poco a poco, otra capa de significado se añadió a la Cuaresma. Los cristianos que habían cometido un pecado grave se arrepentían. Querían ser admitidos de nuevo a la comunidad de fe y perdonados. Necesitaban un *período de tiempo* para prepararse para la reconciliación: arrepentirse de sus pecados, mostrar que sentían remordimiento y cambiar sus vidas. Durante los primeros siglos de la Iglesia, la reconciliación se recibía solo una vez en la vida. Era la una y única “segunda oportunidad” después de que una persona había cometido un pecado grave. Las personas que hacían algo terrible, como asesinar o renunciar públicamente a su fe en Jesús, eran conocidos por la comunidad. Podían ser perdonados, pero era algo muy serio.

## SACO Y CENIZA

Los penitentes, al ser llamados los pecadores arrepentidos, llevaban un cilicio o túnica de saco y ceniza como signo de su arrepentimiento por el pecado. Querían ser fieles cristianos una vez más. Rezaban y ayunaban y trataban de compensar el mal que habían hecho. La comunidad cristiana, por su parte, no se quedaba de brazos cruzados. Se inspiraban con la sinceridad de esas personas que mostraban tantas ganas de volver a la familia de Dios y reparar el daño causado por su pecado. Ayudaban a los penitentes, y también trataban de arrepentirse de sus pecados menores, con el fin de mostrar su solidaridad. Con el tiempo, todo el mundo comenzó a recibir un poco de ceniza para demostrar que ellos también se arrepentían de sus pecados.

Hoy día entendemos que la reconciliación puede suceder más de una vez. El sacramento de la Penitencia se puede celebrar cuantas veces sea necesario. Sin embargo, es inspirador recordar el camino de la reconciliación que tenía lugar durante la Cuaresma, en los primeros siglos de la Iglesia.

Las raíces históricas de la Cuaresma explican su carácter. Comenzó como un tiempo para estar listo de manera auténtica y espiritual para la iniciación (Bautismo), por un lado, y para la Reconciliación por el otro. En ambos casos, era un proyecto de toda la comunidad, y en el que todos compartían ciertas prácticas como la oración, el ayuno y las limosnas a los necesitados.

## CONVERSIÓN

Hoy día, la Cuaresma se mantiene fiel a esas dobles raíces. Las formas exteriores han evolucionado en el transcurso de la historia, pero la dinámica interna de la Cuaresma, su espíritu, sigue siendo el mismo. Tanto para la iniciación y la Reconciliación, la dinámica básica o el espíritu se puede resumir en una palabra: *conversión*. Esta es la razón por la que tantas prácticas cuaresmales nos llaman a tomar decisiones. El cambio ocurre gradualmente, por la gracia de Dios, pero tenemos que cooperar con esa gracia. Esto requiere una decisión.

Cuando la palabra conversión se utiliza en el mundo secular, podría significar un cambio. Pero cuando esta palabra se usa para hablar de la conversión cristiana, significa cada vez más estar anclado en nuestra relación total con Dios –corazón, mente y acción. Conversión no



es solo “alejarse de” algo. Siempre es “volverse hacia” algo o, mejor aún, Alguien. La Cuaresma nos llama a volvernos hacia Dios, para recibir su gracia, y para responder con nuestra forma de vida.

La vida cristiana es siempre nueva a medida que seguimos para cambiar y crecer según avanzamos por la vida. Es por eso que necesitamos el Tiempo de Cuaresma cada año. La Cuaresma es un tiempo destinado a renovar nuestra conversión, a volvernos hacia Dios de nuevo: hoy. Esto puede lucir diferente a cuando éramos más jóvenes, o incluso hace un año.

## CENIZA

Cuando la ceniza se traza en la frente el Miércoles de Ceniza, el ministro dice algunas palabras. Al reflexionar sobre estas palabras, podemos comprender mejor lo que significa la ceniza.

Esta es la primera de las dos opciones que el sacerdote o ministro pueden utilizar:

*Arrepiéntete y cree en el Evangelio.*

Estas palabras captan claramente el espíritu de conversión. Arrepentirse o abandonar el pecado es comprometerse conscientemente a avanzar hacia la luz de la bondad de Dios y la verdad. Nuestras prioridades incorrectas, nuestros malos hábitos, nuestra incapacidad de amar a Dios y al

prójimo como es debido: estas cosas deben ser identificadas y vencidas. Sin embargo, eso es solo parte de la historia. La segunda parte de esta frase plantea la *parte* positiva de lo que tenemos que hacer: *creer en el Evangelio*. El Evangelio de Jesucristo es la Buena Noticia del amor de Dios para el mundo y para cada persona. Creer en el Evangelio significa dejar que las buenas noticias maten todos los aspectos de tu vida. Esto significa unirse a Dios en amar a nuestro prójimo y ser generosos.

Con la ceniza se traza la Señal de la Cruz en la frente. Este signo nos recuerda que el camino del discípulo incluye siempre la cruz. Compartimos la Muerte y Resurrección de Cristo al morir a nosotros mismos y vivir para Dios. Esto puede parecer sombrío, pero en realidad es una buena noticia. Si vivimos para nosotros mismos, tenemos que admitirlo, vamos a tener una vida bastante estrecha. Pero si vivimos para Dios, participamos en el gran drama de la salvación que llega hasta los confines de la Tierra. Cuando pertenecemos a Cristo, el universo entero es nuestro.

Las otras palabras que pueden acompañar la imposición de la ceniza son:

*Acuérdate que eres polvo, y al polvo has de volver.*

En el Libro del Génesis, Dios creó del barro al primer ser humano. Dios tomó el "polvo" en sus manos y formó un ser humano. La vida de la humanidad es el "aliento" de Dios. La sabiduría empieza por saber quiénes somos. Somos criaturas, no el Creador.

Esta afirmación también nos hace reflexionar sobre nuestra mortalidad, por cierto, no un pensamiento muy reconfortante. Sin embargo, si lo escuchamos con la disposición correcta, nos puede ayudar a centrarnos en lo que es realmente importante en la vida. ¿Pasamos la vida empeñados en la búsqueda de las cosas que pasarán, preocupándonos por nuestro aspecto, logros o posesiones? Es natural querer lucir bien, tener éxito y poseer cosas bonitas. Pero cuando muramos, nada de eso importa. Lo que *importará* es el tiempo, el amor y la energía que hemos invertido en nuestra relación con Dios, y cómo hemos amado a nuestro prójimo. Estas palabras: "Acuérdate que eres polvo..." deberían generar una reacción en nosotros: dar más tiempo y atención a lo que es realmente importante.

La ceniza se hizo de quemar las hojas de palma del Domingo de Ramos del año anterior. ¡Qué signo tan elocuente de que la gloria y el honor en este mundo al final se reducen a nada! Mas, Dios es eterno.

## Oración

La búsqueda de más tiempo para la oración es una de las mejores cosas que puedes hacer por tu vida espiritual en Cuaresma. La oración es para todos los tiempos; sin embargo, la Cuaresma es un tiempo especial para dar más atención y tiempo a la oración. Hay muchas maneras de rezar, por supuesto, pero la clave de todas es el paso que das, simplemente, al decidir: "Sí, voy a rezar más en esta Cuaresma".

Las prácticas tradicionales de Cuaresma que pueden animar más la oración son: asistir a misa con frecuencia, rezar la Liturgia de las Horas, recibir el sacramento de la Penitencia y participar en las devociones.

## MISA DOMINICAL

La misa dominical es esencial porque la Eucaristía es el sacramento central de nuestra fe católica. Al iniciarse la Cuaresma, haz un autoexamen. ¡Voy a misa todos los



domingos? ¿Cuál es mi actitud hacia esta práctica? ¿Rezo la misa, o están mis pensamientos “en otra parte” incluso cuando físicamente estoy presente en la iglesia?

Si tu autoexamen muestra que hay espacio para mejorar, ¡no te desanimes! Hay muchas maneras de mejorar tu oración en la misa. La Cuaresma es un buen momento para probar una o varias de ellas. Estas son algunas:

- Revisa las lecturas bíblicas y oraciones para el domingo siguiente y pregúntate: “¿Cuál es el mensaje para mí hoy?”. Piensa en un mensaje que escuchas, entre muchos otros. Deja que resuenen en tu espíritu. Puedes encontrar las lecturas bíblicas aquí: [www.aciprensa.com/calendario/](http://www.aciprensa.com/calendario/)
- Llega a la iglesia un poco antes de lo habitual y abre tu corazón a Dios, dándole gracias por las cosas buenas de la semana anterior. Pon tus necesidades personales ante Dios en oración silenciosa antes del comienzo de la misa.
- Participa en un grupo de *Vive la Eucaristía* para jóvenes. Compartir la fe con otros jóvenes puede ser esclarecedor y ayudarte a mejorar tu participación en la misa dominical

Lo que sea que te ayude a participar de manera más fructífera en la liturgia del domingo, haz un esfuerzo para hacerlo durante Cuaresma. Las lecturas, los ritos, y los temas de la liturgia son muy enriquecedores durante este tiempo.

Es probable que recen por los Elegidos en tu parroquia, mientras se preparan para el Bautismo en la Vigilia Pascual. Hay ritos litúrgicos especiales para el Tercero, Cuarto y

**ELEGIDO** es el término que se usa solo durante Cuaresma para los catecúmenos que se preparan para el Bautismo en la Vigilia Pascual. Comienzan a ser llamados “Elegidos” en el Rito de Elección, que se lleva a cabo en o cerca del Primer Domingo de Cuaresma, por lo general en una liturgia diocesana. Los Elegidos pueden ser adultos, adolescentes o niños de siete años de edad que han participado en el R.I.C.A. El término “Elegido” significa que han sido escogidos por Dios y la Iglesia para recibir los sacramentos esta Pascua.

Hay ritos litúrgicos especiales que se llaman **ESCRUTINIOS**. Por medio de los Escrutinios los Elegidos reciben iluminación sobre la tendencia humana a pecar, una realidad que a veces nos arrastra. Rezamos para que los Elegidos sean liberados de cualquier cosa que pueda impedir que acepten plenamente a Cristo y la vida nueva del Bautismo. También adquirimos mayor conciencia de la naturaleza del pecado y la promesa de redención que Jesús ofrece.

Quinto Domingos de Cuaresma, en el que participarán como parte de la congregación. Los Elegidos necesitan nuestras oraciones. También nos ofrecen algo a nosotros: el testimonio de su sincero deseo de ser bautizados en Cristo Jesús. A cambio, ellos necesitan nuestro ejemplo de fe.

## ¿QUÉ FALTA DURANTE LA CUARESMA?

Algunos de los elementos que están en la liturgia el resto del año no se ven o escuchan durante la Cuaresma. No se canta el aleluya. El Gloria a Dios desaparece. Las decoraciones se mantienen al mínimo. La música de Cuaresma es menos festiva que en otras épocas del año. Muchas parroquias reducen el uso de instrumentos musicales. De hecho, la atmósfera de la liturgia cambia, se vuelve más tranquila, reflexiva y sobria. Predomina el color penitencial, que es el morado o púrpura. El Cuarto Domingo de Cuaresma es un poco más alegre (se permiten los ornamentos rosados, flores y un poco de música festiva), pero la Cuaresma es mayormente un tiempo dominado por lo esencial y lo serio.

La ausencia del Aleluya y la presencia del color morado no son solo una fachada. Realmente importan. ¿Por qué? Porque la liturgia establece el tono para nuestra experiencia de cada tiempo litúrgico. Cuando la liturgia se siente y luce diferente por medio de estos signos externos, sabemos que algo importante debe suceder también dentro de nosotros. Los cambios, habrás notado, tienen una cierta seriedad o peso. Al hacer espacio para más silencio y reflexión,

la liturgia nos anima a estar más conscientes de nuestra necesidad de conversión. Con la eliminación de algunas de las expresiones de alegría durante la liturgia, nos damos cuenta del vacío –en nuestro corazón y en nuestra vida– en el que sentimos anhelo de Dios. Este es un anhelo santo, y tenemos que abrazarlo durante la Cuaresma.

## LA MISA DIARIA Y LA LITURGIA DE LAS HORAS

La participación en la Eucaristía los días de semana, así como los domingos, puede ser una excelente manera de profundizar tu vida de oración. Si la misa diaria se encuentra disponible y puedes ir, ¡hazlo!. Es una manera de acercarnos más a Jesús y ser fortalecidos en la fe.

La Liturgia de las Horas es una hermosa expresión de la oración diaria, centrada en los salmos. Algunas parroquias celebran Laudes y Vísperas todo el año. Otras las incluyen únicamente durante ciertos tiempos, como la Cuaresma. También se puede rezar solo.

## EL SACRAMENTO DE LA PENITENCIA

Mientras se desarrolla la Cuaresma, y nos centramos en nuestro deseo de un nuevo encuentro con el Dios vivo, empezamos a examinar nuestra conciencia y preguntarnos: “¿qué obstáculos pongo?”. El sacramento de la Penitencia es una oportunidad maravillosa de superar esos obstáculos y tener la experiencia de la alegría y la paz. Muchas parroquias ofrecen en algún momento durante la Cuaresma una celebración comunitaria de la Reconciliación, con oportunidad para confesarse individualmente. Las confesiones individuales también se pueden realizar en el horario habitual de la parroquia, o haciendo una cita con un sacerdote.

Cuando recibes la absolución después de haber confesado tus pecados, nota las profundas palabras que el sacerdote dice:

*Dios, Padre misericordioso,  
que reconcilió al mundo consigo  
por la Muerte y Resurrección de su Hijo  
y envió al Espíritu Santo  
para el perdón de los pecados,  
te conceda, por el ministerio de la Iglesia  
el perdón y la paz, y*

*Yo te absuelvo de tus pecados,  
en el nombre del Padre, y del Hijo,  
y del Espíritu Santo.*

La Muerte y Resurrección de Jesucristo, el Misterio Pascual, es la base de la Reconciliación. No hay mejor momento para celebrar este sacramento que cuando nos estamos preparando para la Pascua.



## DEVOCIONES DE CUARESMA

Las devociones nos ayudan a relacionarnos con los misterios de la salvación en el plano de los sentimientos. Una devoción muy popular entre los católicos durante la Cuaresma es el Vía Crucis. Es una manera de meditar sobre los episodios de la Pasión, y ver cómo el camino de nuestra propia vida nos pone en sintonía con el sufrimiento redentor de Jesús. Hay varias formas de practicar esta devoción. Algunas son moderadas y tranquilas. Otras son audaces y creativas, incluyendo teatro, música y reflexiones sobre temas contemporáneos. Muchas parroquias rezan el Vía Crucis los viernes de Cuaresma.

Otras devociones de Cuaresma son: la lectura o dramatización de la Pasión de Cristo, autos sacramentales sobre la Pasión, los himnos de Cuaresma, la veneración de la cruz y procesión con la cruz, la devoción a las llagas de Cristo o de uno de los incidentes específicos de la Pasión, y el Vía Matris, basado en los siete dolores de la Virgen María.



## LA ORACIÓN EN SECRETO

La Cuaresma es más que sus celebraciones públicas. Debemos seguir el consejo de nuestro Señor en el Evangelio cuando dice: “Cuando des limosna, no lo anuncies con trompeta... que no sepa tu mano izquierda lo que hace la derecha” (*Mateo 6,2-3*). Su consejo acerca de la oración es similar: “Cuando vayas a orar, entra en tu cuarto, cierra la puerta y ora ante tu Padre que está allí en lo secreto; y tu Padre, que ve lo secreto, te recompensará” (*Mateo 6,6*).

## Ayuno y abstinencia

En dos días del año, el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo, a todos los católicos que pueden ayunar se les pide que lo hagan. El ayuno significa comer una sola comida durante el día. Si es necesario, se pueden comer dos comidas más pequeñas, también, pero básicamente se trata de una comida, y sin comer nada entre comidas durante el día. Se puede hacer un ayuno voluntario también en otros días. Por ejemplo, estamos invitados a ayunar el Sábado Santo, aunque no es necesario.

## LAS RAZONES PARA EL AYUNO

¿Por qué ayunar? El ayuno es una disciplina antigua practicada por los cristianos en el trascurso de los siglos. Es posible que veamos el ayuno como un tipo de dieta, pero no se trata de eso. Nuestro ayuno tiene un propósito espiritual. Al abstenerse de comer por cierto tiempo, los

cristianos afirman: “Uno no vive sólo de pan sino de toda palabra que sale de la boca de Dios” (*Mateo 4,4*). Ayunamos para despejar nuestra mente y volver nuestros pensamientos a Dios. Fue por eso que Jesús ayunó en el desierto, y por qué muchas personas hoy en día ayunan.

Aunque el objetivo principal del ayuno es espiritual, también hay algo muy físico sobre un estómago vacío. ¿Qué hacemos con esto? Cuando ayunamos, vivimos el hambre. Estamos voluntariamente compartiendo la sensación que conocen millones de personas cuando carecen de alimentos debido a la pobreza, los desastres naturales o la guerra. Compasión por aquellos que carecen de las necesidades de la vida pueden surgir de la experiencia del ayuno.

## ABSTINENCIA LOS VIERNES DE CUARESMA

La abstinencia significa no comer carne. La abstinencia de carne es obligatoria para todos los católicos el Miércoles de Ceniza, el Viernes Santo y todos los viernes de Cuaresma. ¿Por qué no comer carne? Tradicionalmente, la carne ha sido considerada como un alimento de lujo, así que no comer carne se relaciona con “comida sencilla” y la solidaridad con los pobres.

Para muchas personas hoy día dejar de comer carne no es un sacrificio enorme en sí mismo. El desafío es *acordarnos de hacerlo*. Por encima de todo, se requiere estar consciente de que los viernes son especiales, lo que nos lleva de nuevo a los fines espirituales de este ejercicio. ¿Por qué nos abstenemos los viernes? En el ciclo de la semana, el viernes es el día en que recordamos la Pasión y Muerte de Jesús, sacrificio hecho por amor a todos los pecadores. Es apropiado compartir el gesto simbólico de la abstinencia como una forma de negación de sí mismos y la penitencia en ese día.

## PRIVARSE DE ALGO DURANTE CUARESMA

La práctica de “privarse de algo durante Cuaresma” es en realidad una variación del tema del ayuno y la abstinencia. Es una decisión personal para practicar la auto-negación, de alguna manera que sea especial para ti. A lo que se renuncia no tiene que ser un alimento. Podría ser cualquier cosa no esencial que normalmente disfrutas. Debe ser algo que te gusta, sin embargo, no es algo que no quieres (o no quieres hacer), en primer lugar. ¿Por qué? Porque la práctica tiene el

propósito de enseñarnos autodisciplina. Los seres humanos quieren cosas todo el tiempo. Si pudiéramos mirar dentro del corazón de cada persona, nos encontraríamos con una masa de deseos, algunos muy confusos, todos muy exigentes. El cristiano, con el fin de ser verdaderamente libre, tiene que aprender a ordenar los deseos y dominarlos, a fin de no ser dominado por ellos. ¿Alguna vez has visto a un niño de dos años de edad haciendo una rabieta porque quiere algo? Si no aprendemos a ser autodisciplinados, seguimos, interiormente, siendo de dos años de edad. Por otro lado, si practicamos la mansedumbre y el dominio de sí mismo, poco a poco vamos creciendo más verdaderamente libres y responsables.

Aprender a renunciar a algo, libremente y de buena gana, es un paso necesario hacia la madurez. Pero es también algo más. La práctica cuaresmal de la auto-negación o “privarse de algo”, puede ser una ocasión para convertirse en un donante.

La mayoría de nosotros tenemos más de lo necesario. Sin embargo, cuando nos enfocamos en nuestros caprichos, podemos llegar a sentirnos muy necesitados. Nuestra cultura de consumo nos incita a querer siempre más. Si practicamos la autodisciplina, sin embargo, todo se ve diferente. Para nuestra sorpresa, descubrimos que tenemos suficiente. Podemos darnos el lujo de ser generosos. Las personas que *renuncian* a algo en Cuaresma disfrutan de una nueva oportunidad de *dar* algo. Si te privas de algún pasatiempo, de repente tienes ese tiempo disponible. Puedes ayudar a alguien que necesita una mano. Si te privas de dulces o a cualquier otra golosina especial, ¿adivina qué? El dinero que habrías gastado lo podrías donar a una organización benéfica. Y así sucesivamente.

Privarse de algo durante la Cuaresma no tiene que ser una experiencia triste. Puede ser la puerta de entrada para convertirte en una persona más feliz y más generosa.

## Nueva vida en la Pascua

**E**l Jueves Santo termina Tiempo de Cuaresma y comienza el Triduo Pascual. La liturgia marca el cambio de manera muy concreta. En la Misa de la Cena del Señor, en la tarde del Jueves Santo, las vestiduras y los adornos del altar ya no son morados, cambian a blanco festivo. ¡El Gloria regresa, con

El **TRIDUO** Pascual es la celebración de tres días del paso de Cristo de la muerte a la Resurrección. El Triduo es el punto cumbre de todo el año litúrgico. El Triduo Pascual comienza con la Misa de la Cena del Señor el Jueves Santo, continúa con la Celebración de la Pasión del Señor el Viernes Santo, llega a su punto culminante en la Vigilia Pascual en la noche del Sábado Santo, y se desborda en las misas del Domingo de Pascua. El Triduo Pascual concluye con las Vísperas del Domingo de Pascua.

campanas! El Aleluya no volverá hasta la Vigilia Pascual, pero ya hay una nueva atmósfera, claramente distinta a la de Cuaresma.

Las iglesias están llenas de flores en Semana Santa, ya que son un signo de nueva vida. El cirio pascual arde como símbolo de la vida de Cristo resucitado. Pero el mayor signo de una nueva vida en la Pascua es el Bautismo. Los recién bautizados, y aquellos que han renovado sus promesas bautismales, son los portadores de la luz y la vida durante el Tiempo de Pascua. Cuando renueves tus promesas bautismales, también te conviertes en un signo de que Cristo ha resucitado. ¡Está vivo!

Así es como funciona. Durante cuarenta días hemos seguido las disciplinas de Cuaresma: oración, ayuno y limosnas a los necesitados. Hemos vuelto a lo básico. Hemos pedido perdón por nuestros pecados. Nos hemos dado cuenta de nuestras bendiciones por tener una relación con un Dios que nos ama. Hemos fortalecido nuestra relación de discípulos. Estos son los movimientos de la fe. Lo que tal vez no veamos de inmediato, sin embargo, es que *todos estos movimientos de la fe nos llevan hacia algo*.

Ese algo es la Pascua –la Pascua dentro de nosotros, entre nosotros, y la Pascua en todo el mundo. ¡Incluso la naturaleza participa en la celebración porque la fecha de la Pascua en el hemisferio norte coincide con la posición del Sol y la Luna, en la llegada del equinoccio de primavera! Cuando celebramos el Triduo Pascual, algo profundo sucede,



## PREGUNTAS PARA EL CRECIMIENTO ESPIRITUAL

**1 ■** ¿Qué te gusta de la Cuaresma? ¿Qué te resulta difícil o desagradable? ¿Qué estado de ánimo o tema asocias más con la Cuaresma en este momento en tu vida?

**2 ■** ¿Prefieres las prácticas cuaresmales que compartes con otros o las que haces por tu cuenta? ¿Qué tipo de experiencias de Cuaresma te “alimentan”? Da algunos ejemplos. ¿Estás abierto a nuevas experiencias?

**3 ■** ¿Alguna vez pasaste una Cuaresma durante la que no hiciste nada para relacionarte con el espíritu del Tiempo? ¿Qué sentiste en la Pascua después de tal Cuaresma? Ahora recuerda una Cuaresma en la que tomaste parte activa. ¿Qué sentiste en la Pascua después de esa Cuaresma?

**4 ■** De lo que sabes por experiencia y lo que has leído aquí, compara la Cuaresma y la Pascua. ¿En qué son diferentes? Piensa en alguna imagen o lema que exprese la diferencia para ti. Mantén esa imagen o lema en mente al vivir la Cuaresma de este año, con la mirada puesta en la Pascua.

para lo que la Cuaresma nos ha preparado: la victoria de Cristo llega a ser nuestra. Como dice San Pablo en su Carta a los Romanos: “En efecto, por el bautismo fuimos sepultados con él en su muerte, para que, así como Cristo resucitó de entre los muertos por la gloria del Padre, así también nosotros vivimos una vida nueva” (*Romanos 6,4*).

Después de la Resurrección, el primer regalo de Jesús a sus discípulos es el Espíritu Santo (*Juan 20,22*). El Tiempo de Pascua abarca un total de cincuenta días para celebrar el Espíritu, para regocijarse en la presencia del Espíritu Santo en nuestras vidas, y para afirmar los dones de Cristo resucitado en la Palabra y los Sacramentos, especialmente en la Eucaristía. El Tiempo de Pascua extiende la alegría que surgió de la Pascua hasta la celebración de Pentecostés. Cristo en verdad ha resucitado, ¡aleluya!

**AUTORA ■** Rita Ferrone es escritora y conferencista sobre liturgia, catequesis y la renovación de la Iglesia Católica.

Copyright © 2011 de Paulist Evangelization Ministries. Se concede permiso para reproducir este artículo con fines educativos relacionados con *Vive la Eucaristía*. Publicado por Paulist Evangelization Ministries, 3031 Fourth Street, NE, Washington, DC 20017, [www.pemdc.org](http://www.pemdc.org)