



CUARESMA AÑO

B

DEL ÉXODO A LA PASCUA

MI CAMINAR DIARIO DURANTE LA CUARESMA

Vive
la Eucaristía[®]



AGRADECIMIENTO

AUTOR ■ Padre Frank P. DeSiano, CSP

El padre Frank DeSiano, CSP es un conocido conferencista y autor, presidente de Paulist Evangelization Ministries. Varios de sus libros, que incluyen *¿Por qué no considerar convertirse a católico?* están disponibles en www.pemdc.org.

EDITOR GENERAL ■ Padre Kenneth Boyack, CSP

EDITORA DEL INGLÉS ■ Sra. Paula Minaert

DISEÑO Y MAQUETACIÓN ■ Pensaré Design Group, LTD

IMÁGEN DE LA TAPA ■ © Photonstop / SuperStock

Nihil obstat: P. Christopher Begg, S.T.D., Ph.D., Censor Deputatus.

Imprimatur: Reverendísimo Barry C. Knestant, obispo auxiliar de la Arquidiócesis de Washington, 7 de febrero de 2011.

El *Nihil obstat* y el *Imprimatur* son declaraciones oficiales de que un libro o panfleto está libre de errores doctrinales o de moral. No implican de forma alguna que quienes han otorgado el *Nihil obstat* e *Imprimatur* están de acuerdo con el contenido, las opiniones o declaraciones expresadas.

Copyright © 2011 de Paulist Evangelization Ministries. Todos los derechos reservados. Ninguna parte de este folleto puede ser reproducida o transmitida en cualquier forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, fotocopia, grabación, o por cualquier sistema de almacenamiento y recuperación, sin permiso del propietario de los derechos.

Las lecturas para la misa del domingo han sido tomadas del *Leccionario I* © 1976 Comisión Episcopal de Pastoral Litúrgica de la Conferencia del Episcopado Mexicano. Se usan con permiso.

Las referencias bíblicas son tomadas de la *Biblia Latinoamérica* © 1972, Ramón Ricciardi y Bernardo Hurault, Sociedad Bíblica Católica Internacional. Se usa con permiso.

Las selecciones de la misa se han tomado del *Misal Romano* © 1975, Comisión Episcopal de Pastoral Litúrgica de la Conferencia del Episcopado Mexicano. Se usan con permiso.

Publicado por Paulist Evangelization Ministries
3031 Fourth Street, NE, Washington, DC 20017
www.pemdc.org

Del Exodo a la Pascua

MI CAMINAR DIARIO DURANTE LA CUARESMA



PADRE FRANK P. DESIANO, CSP

Introducción

Si pensamos en nuestra vida cristiana como una serie de peregrinaciones, entonces la Cuaresma arroja luz sobre todas ellas y cada semana de Cuaresma constituye una parte esencial de nuestra senda. La senda principal, por supuesto, nos lleva hacia la plenitud de la vida, el Reino de Dios. Dentro de esa senda más amplia están las sendas de nuestra conversión, nuestras diversas vocaciones, relaciones y en particular, la senda de morir a nosotros mismos para poder vivir para los demás.

La Cuaresma ilumina estos caminos, ya que se extiende desde el Miércoles de Ceniza, cuando recordamos sin rodeos nuestra mortalidad y la necesidad de la conversión, hasta la Pascua, cuando la luz de la resurrección de Cristo brilla de nuevo en nuestras vidas. La Iglesia simboliza esta peregrinación pidiéndonos volver al desierto, donde Moisés guió al pueblo judío y donde Jesús fue probado. La Cuaresma, en este sentido, es una peregrinación desde el Éxodo del desierto hasta la gloria de la Pascua. Sin embargo, cada semana de Cuaresma encierra un propósito particular: avanzar en el proceso de morir y resucitar en nosotros mismos y en nuestra Iglesia.

Este folleto de reflexiones ayuda a señalar la senda para que cada semana de Cuaresma pueda verse como una peregrinación, desde los días laborables de la semana hasta la próxima celebración dominical de la Eucaristía, que busca dar forma a nuestra vida diaria. Cada reflexión trata una parte de la misa o de una dimensión de las lecturas bíblicas para el domingo siguiente, para ayudar a centrar nuestra peregrinación por la Cuaresma, de domingo a domingo. Esto puede aumentar nuestra participación fiel en la misa del domingo.

Las lecturas de cada domingo de Cuaresma ofrecen una visión más amplia. Todas las que proclamamos durante el Año B hacen alusión a las grandes alianzas que Dios ha hecho con la humanidad gracias a su amor misericordioso. Cada domingo las lecturas nos preguntan si, después de haber escuchado de nuevo el compromiso de Dios con nosotros, nos comprometemos otra vez con el que ha sido enviado a nosotros, Jesús. Al reafirmar nuestro compromiso, en el Espíritu de Jesús, durante la celebración dominical de la Eucaristía, volvemos a confirmar nuestro lugar en la peregrinación final en Dios hacia la vida plena.

Cada día ofrece una reflexión, una pregunta, una sugerencia para la acción concreta y una oración. Al reflexionar cada día, considéralo como una disciplina que te alerte a tu llamado más importante, al que todos estamos invitados a responder: cómo la misa dominical nos incorpora a la vida y al misterio de Dios y, así arroja luz sobre el significado de nuestra vida.

Hemos incluidos las lecturas dominicales junto con las respuestas al salmo en cada reflexión. Decide leer y rezar con estas lecturas en algún momento durante la semana mientras te preparas para la misa dominical. Muchos católicos incluyen la lectura de los pasajes bíblicos de la misa dominical como parte de sus ejercicios espirituales semanales y encuentran que este hábito es alimento para el alma. Pide al Espíritu Santo que te guíe para que conviertas la práctica semanal de la lectura y la oración con las lecturas de la próxima misa del domingo en un hábito del corazón.

Lunes

Aunque esta semana comienza durante el Tiempo Ordinario, dramáticamente pasará al tiempo del año litúrgico católico llamado Cuaresma, en que nos preparamos para proclamar, vivir de nuevo y tomar más en serio la Pasión, la Muerte y la Resurrección de Jesucristo.

REFLEXIÓN

Sabemos lo que se siente tener entradas para un gran acontecimiento: no vemos la hora de que llegue ese momento e imaginamos qué sucederá y cómo nos sentiremos.

Sin duda vemos esto cuando los jóvenes se preparan para el baile de graduación, una celebración única que marca su logro académico y, lo que es más importante, el principio de su vida adulta. Aunque es de esperar que las muchachas se obsesionen con el vestido y los zapatos que usarán, nos sorprende ver que incluso los muchachos se preocupan por cómo lucirán. También lo hemos sentido nosotros cuando conseguimos entradas para un concierto y nos la pasamos tarareando las melodías la semana anterior al espectáculo.

Esta semana está llena de expectativa. La Cuaresma está por comenzar. El miércoles escucharemos la invitación solemne, con la bendición de las cenizas, a tomar las prácticas de este tiempo espiritual con seriedad. Escucharemos al profeta Joel pedirnos que regresemos a Dios con todo el corazón y que dejemos atrás nuestra actitud de seguir haciendo lo mismo con la fe para llegar a su verdadera esencia.

PREGUNTA

¿Te acuerdas de algunas ocasiones en que te “alejaste” de Dios, y hacen que la invitación de Joel de “regresar” a Dios tenga sentido para ti?

ACCIÓN

Decide cómo organizarás el Miércoles de Ceniza para sacar el máximo provecho del día y de su orientación en lo relativo al tiempo de Cuaresma. ¿A qué misa asistirás? ¿Qué leerás para prepararte? ¿Invitarás a alguien para que te acompañe?

ORACIÓN

Señor, la rutina diaria me distrae. Pierdo de vista cómo obras en mi vida y cómo me invitas expresamente a entablar una relación más profunda contigo. Ayúdame a poner la relación contigo por sobre todas las ocupaciones y preocupaciones. Te lo pido en nombre de Jesús y su Espíritu. Amén.

LECTURAS PARA EL 1º DOMINGO DE CUARESMA

Génesis 9,8-15; Salmo 25,4-5.6-7.8-9; 1 Pedro 3,18-22; Marcos 1,12-15

RESPONSO AL SALMO: Tus sendas, Señor, son misericordia y lealtad, para los que guardan tu alianza.

Martes

Como todos los años, el Primer Domingo de Cuaresma comienza con el relato de las tentaciones de Jesús. Este año aparecen en el contexto del relato de Noé, el gran seguidor de Dios cuya fidelidad lo salvó a él y a su familia del diluvio.

REFLEXIÓN

En muchos lugares del mundo católico, hoy se celebra el Carnaval, un acontecimiento social de excesos en preparación para la Cuaresma. La gente regala collares en Nueva Orleans, baila y organiza grandes desfiles de carrozas en Brasil y, en todas partes del mundo disfruta de un poco de alegría adicional antes de que comience la Cuaresma.

Por lo tanto, el relato de la alianza de Dios con Noé, que escucharemos el domingo, puede resultarnos un tanto deprimente. Después de todo, el relato de Noé es, en parte, el relato de la desilusión de Dios con la humanidad, una desilusión tal que hizo que Dios se “arrepintiera” de habernos creado. Dios quería empezar de cero. Dios quería presionar la tecla *Suprimir* en lo que respecta a los seres humanos.

Pero el relato no termina allí. Nos cuenta que todos tenemos vestigios de Noé, pizcas de fidelidad, y que Dios las ve. Dios forma una alianza con toda la humanidad –no solo con un pueblo o con ciertas personas– para ratificar nuestra vida. El arco iris en el cielo representa el compromiso de Dios con la vida humana, ése es el significado central del relato de Noé.

Las tentaciones de Jesús, al igual que el relato de Noé, también nos muestran lo que está latente en nuestro interior... podemos ser presa de las ilusiones de poder y de placer o podemos hallar nuestra plenitud en Dios, donde únicamente la podemos encontrar.

PREGUNTA

¿En tu relación con Dios reflejas la misma fidelidad que Noé?

ACCIÓN

Intenta descubrir a qué aspectos de las noticias les prestas atención. ¿Dominan tus pensamientos las crisis? ¿Cuántas veces se habla de un “arco iris” en las noticias? ¿Cuántas veces has visto uno?

ORACIÓN

Oh Dios generoso, tu mensaje de esperanza se eleva sobre los valles de destrucción en nuestras vidas. Que el arco iris de tu paz venza nuestra tentación hacia la guerra. Que el arco iris de tu compasión venza nuestra codicia. Que el arco iris de tu promesa brille en tiempos de tragedia y desastre. Ayúdanos a confiar en Ti por encima de todos nuestros temores de ser destruidos. Amén

LECTURAS PARA EL 1º DOMINGO DE CUARESMA

Génesis 9,8-15; Salmo 25,4-5.6-7.8-9; 1 Pedro 3,18-22; Marcos 1,12-15

RESPONSO AL SALMO: Tus sendas, Señor, son misericordia y lealtad, para los que guardan tu alianza.

Miércoles de Ceniza

Ahora que la Cuaresma comienza oficialmente, la Iglesia adopta un tono más sombrío. Hasta la Pascua, veremos casi exclusivamente vestiduras moradas y no escucharemos ni un aleluya en las iglesias.

REFLEXIÓN

Las cenizas despiertan asociaciones macabras, en especial cuando pensamos en la frase de la Cuaresma que nos recuerda el libro del Génesis: “Eres polvo, y en polvo te convertirás”. Preferimos olvidar que la vida es relativamente corta y no nos gusta que nos lo recuerden.

Sin embargo el tono no es morboso; es, más bien, un tono de esperanza y bendición. Cuando el sacerdote extiende las manos sobre las cenizas, le reza a Dios por nosotros los fieles. “Señor, ... concede tu paz a los que se arrepienten, ... y derrama la gracia de tu bendición sobre estos siervos tuyos que van a recibir la ceniza”. Y luego habla de poder celebrar el Misterio Pascual de Jesús.

El Miércoles de Ceniza –y la Cuaresma– no se centra en la autocompasión, nadie piensa que puede resultar útil ensimismarse en la vergüenza y en el remordimiento. Más bien, debemos admitir nuestros pecados; debemos dejar de engañarnos a nosotros mismos en los hábitos que nos llevan a pecar. Necesitamos dedicar tiempo a la reflexión y al conocimiento profundo.

Para que haya perdón debemos ir más allá del remordimiento. Alguien puede sentirse enormemente apenado por lo que

hizo, pero solo cuando tiene el firme propósito de no volver a hacerlo, estamos en presencia de un cambio que posibilita la reconciliación. Por lo tanto, la Cuaresma nos llama a dejar atrás la autocompasión y los reproches que nos impiden cambiar y alejarnos del pecado. Nos llama a ir más allá del remordimiento, nos llama a cambiar.

PREGUNTA

¿Qué crees que las cenizas en tu frente le dicen a tus vecinos?

ACCIÓN

Decide un cambio que quieres hacer y sobre el que reflexionarás y trabajarás durante este tiempo de Cuaresma. Haz una lista sobre las maneras en que evaluarás este cambio en tu vida.

ORACIÓN

Señor, que las cenizas no se queden en la superficie de mi frente; que su significado penetre mi mente y mi corazón. Que al recordar la brevedad de la vida pueda enfrentar y vencer las tentaciones que me acosan. Te lo pido por Jesús y su Espíritu. Amén.

LECTURAS PARA EL 1º DOMINGO DE CUARESMA

Génesis 9,8-15; Salmo 25,4-5.6-7.8-9; 1 Pedro 3,18-22; Marcos 1,12-15

RESPONSO AL SALMO: Tus sendas, Señor, son misericordia y lealtad, para los que guardan tu alianza.

Jueves

Después de llevar nuestras ofrendas de pan y vino al altar, la misa pasa al Prefacio de la Plegaria eucarística, que comprende la segunda parte principal de la misa (la Palabra es la primera parte). Los prefacios destacan los grandes temas espirituales del amor de Dios y nuestra alabanza en respuesta. En el prefacio de este domingo el celebrante dice o canta: "Concedes a tus hijos anhelar, año tras año, con el gozo de habernos purificado, la solemnidad de la Pascua".

REFLEXIÓN

A medida que muchos de nosotros hemos pasado del trabajo manual a un trabajo que suele consistir en sentarse al escritorio frente a una computadora, nos resulta más difícil advertir lo cansados que estamos. Cavar durante ocho o diez horas cansa los músculos; lo sentimos. Digitar durante ocho o diez horas cansa el cerebro; pero muchas veces no lo sentimos.

Solo cuando nos alejamos un tiempo, en especial a un lugar silencioso, comenzamos a comprender lo cansados que estábamos. Si encontramos un lugar tranquilo en la playa o una cabaña en las montañas, sin teléfono ni computadora, comenzamos a sentir partes de nuestras mentes que hace mucho no sentíamos.

De igual manera, el desierto representó un lugar de renovación en la imaginación del antiguo pueblo judío. Dios llevó a Israel al desierto después de su esclavitud en Egipto; Dios guió a Israel a través del desierto, durante cuarenta años, asegurándole su

amor y compartiendo las bases de la relación con Él. El domingo escucharemos que Jesús va precisamente al desierto a aclarar el sentido de nuestra vida.

Jesús también renueva nuestra mente y nuestro corazón ayudándonos a discernir el sentido de la vida. Vuelve del desierto con las primeras palabras de su Buena Nueva: se ha cumplido el tiempo y el Reino de Dios ya está cerca. ¿Qué mejor mensaje para renovarnos la mente y el corazón?

PREGUNTA

¿Qué es lo que más te cansa?

ACCIÓN

Piensa en qué lugar o momento del día puedes dedicar tiempo durante la Cuaresma para renovarte ante Dios.

ORACIÓN

Señor, algunas veces me siento agobiado por el trabajo y las preocupaciones en mi vida. Que descanse en Ti. Ayúdame a hacer a un lado las preocupaciones y el aburrimiento de mi vida para que pueda renovarme en Ti. Amén.

LECTURAS PARA EL 1º DOMINGO DE CUARESMA

Génesis 9,8-15; Salmo 25,4-5.6-7.8-9; 1 Pedro 3,18-22; Marcos 1,12-15

RESPONSO AL SALMO: Tus sendas, Señor, son misericordia y lealtad, para los que guardan tu alianza.

Viernes

En la misa del domingo, el Rito de la Comunión –que comienza con el Padre Nuestro– ocupa la última parte de la liturgia. Aquí la asamblea pasa de alabar a Dios por el amor infinito que nos ha demostrado en Jesús a prepararse para unirse a Jesús en la comida y bebida sagradas que nos ofrece.

REFLEXIÓN

El Padre Nuestro finaliza con palabras que, si las analizamos detenidamente, pueden resultarnos extrañas. "... no nos dejes caer en la tentación, y líbranos del mal". En el Evangelio del domingo vamos a escuchar cómo Jesús fue tentado, pero aquí rezamos para no caer en la tentación. ¿Qué significa esto?

Intentemos ponernos en el lugar de la gente en la época de Jesús. Para ellos, el mundo no era un lugar estable; más bien era inestable, frágil y estaba constantemente bajo amenaza. Estaba ocupado por el mal, por fuerzas llamadas "Satanás" o el "Príncipe de este mundo". Dios estaba luchando contra estas fuerzas del mal. Esta batalla llegó a un punto crítico con la Muerte y Resurrección de Jesús.

Jesús comienza a luchar contra las fuerzas del mal cuando rechaza las ilusiones y los engaños que Satanás, el tentador, pone en su camino. Nuestra oración en la Comunión en el Padre Nuestro expresa el deseo de participar de la victoria de Jesús: no caer en las tentaciones en nuestra vida y estar protegidos de todo mal. Recibir la Comunión implica unirnos a Jesús en su batalla y en su victoria sobre el mal. Implica sentirnos identificados

con los poderes que conforman el Reino del amor y rechazar las fuerzas del odio. Estas palabras no son abstracciones. Sabemos, en carne propia, la diferencia entre el amor y el odio, entre la vida y la muerte, entre abrir el corazón y cerrarlo.

PREGUNTA

¿Te ves a ti mismo como alguien que se preocupa mucho o como alguien que rara vez se inquieta por los acontecimientos externos?

ACCIÓN

Piensa en alguna manera en que ves claramente el mal en tu vida. Puede ser algo personal, social o incluso ambiental. Pídele a Dios que te ayude a frenar los efectos del mal en tu vida.

ORACIÓN

Perdónanos, Señor, nuestros pecados, así como nosotros perdonamos a los demás, porque cuando perdonamos a los demás, el poder del mal en el mundo se debilita. Si abrimos el corazón, el odio se disuelve y reina la paz. Señor, ayúdanos a vencer el pecado por el poder que nos das para perdonar. Te lo pedimos por Jesús y su Espíritu. Amén.

LECTURAS PARA EL 1º DOMINGO DE CUARESMA

Génesis 9,8-15; Salmo 25,4-5.6-7.8-9; 1 Pedro 3,18-22; Marcos 1,12-15

RESPONSO AL SALMO: Tus sendas, Señor, son misericordia y lealtad, para los que guardan tu alianza.

Sábado

La última parte de la misa, los ritos de conclusión, sucede tan rápidamente que podemos pasar por alto su importancia. Esta parte de la misa tiende un puente entre la Iglesia y el mundo. Los creyentes no debemos permanecer en la iglesia. Somos enviados al mundo.

REFLEXIÓN

“Vayan y anuncien el Evangelio del Señor”.

Esta es una de las maneras en que el sacerdote o diácono envía a la asamblea. ¿Qué significa anunciar el Evangelio del Señor?

En pocas palabras, la frase significa poner en práctica el mensaje del Evangelio en nuestras vidas la semana siguiente. Al ver a Jesús pasar del desierto a su ministerio activo, sin duda podemos pensar en las maneras en que él llevó esperanza al mundo anunciando la llegada del Reino.

Pero la frase también nos llama a ir más allá de la reflexión y la introspección. Si Jesús anuncia el Evangelio en su ministerio y si somos bautizados en su ministerio, ¿de qué manera anunciamos y llevamos el Evangelio al mundo: al mundo de nuestras familias, nuestros vecindarios, nuestra ciudad y nuestro estilo de vida? Porque sin duda Jesús desea que seamos instrumentos de la Buena Nueva. Nos envía su Espíritu para darnos el poder de ser Buena Nueva.

Por supuesto, esto es abrumador. Pero por eso mismo debemos comprender nuestro papel como discípulos. Dejamos que Dios obre por nosotros. No dependemos de nuestro intelecto y nuestros recursos sino de la gracia de la misa que mora en nosotros durante toda la semana: dependemos de Jesús.

PREGUNTA

¿Cómo te sientes habitualmente al final de la misa? ¿No ves la hora de irte? ¿Estás preparado para irte y compartir?

ACCIÓN

Esta semana escucha con más atención los anuncios en la misa o lee cuidadosamente el boletín. Busca en ellos la oportunidad de convertirte en Buena Nueva para el mundo.

ORACIÓN

Señor, hazme un instrumento de tu paz. Donde haya odio, siembre yo amor. Donde haya oscuridad, lleve tu luz. Donde haya desaliento, que sea embajador de tu esperanza. Te lo pido en el nombre de Jesús y de su Espíritu. Amén. *(Adaptado de la Oración de San Francisco)*

LECTURAS PARA EL 1º DOMINGO DE CUARESMA

Génesis 9,8-15; Salmo 25,4-5.6-7.8-9; 1 Pedro 3,18-22; Marcos 1,12-15

RESPONSO AL SALMO: Tus sendas, Señor, son misericordia y lealtad, para los que guardan tu alianza.