

# Viaje a través de la Cuaresma

---

**Instrucciones:** Repasa la información sobre la Cuaresma con tu padre o madre de familia. Luego conversen juntos sobre las preguntas de reflexión.

**E**l Miércoles de Ceniza es el comienzo de la Cuaresma. Las cenizas se ponen en nuestras frentes en forma de cruz. El sacerdote dice: “Recuerda, eres polvo y al polvo volverás”. Esto nos hace pensar cuando Dios hizo a Adán del polvo del suelo, y nos ayuda a recordar que debemos compensar nuestros pecados.

La Cuaresma es un período de cuarenta días antes de la Semana Santa y la Pascua. Este período de tiempo recuerda los cuarenta días que Jesús pasó en el desierto antes de Su ministerio público. Allí, Jesús ayunó, rezó y fue tentado. Hizo estas cosas para prepararse para el trabajo de la salvación. Durante la Cuaresma, se nos pide imitar a Jesús y preparar nuestros corazones para el regalo de la salvación. Se nos pide arrepentirnos de nuestros pecados, hacer buenas obras y renovar nuestro compromiso con nuestra fe en Cristo.

La Cuaresma es también el tiempo en que las personas que se han estado preparando para recibir los Sacramentos del Bautismo, la Confirmación y la Sagrada Comunión comienzan sus preparativos finales. Serán bienvenidos a la Iglesia en la Vigilia Pascual del Sábado Santo.

Hay varias formas en que la Iglesia nos ofrece entrar más profundamente en la Cuaresma. En la lectura del Evangelio del Miércoles de Ceniza, Jesús les enseña a sus discípulos sobre la limosna, la oración y el ayuno.



*San Lorenzo distribuyendo limosna,*  
por el Beato Fra Angélico.

## Dar limosna

Dar limosna significa cuidar las necesidades de los demás, especialmente aquellos que están más necesitados, como los pobres, los enfermos, los que sufren y los marginados. Jesús nos enseñó las Obras de Misericordia corporales: alimentar a los hambrientos, dar de beber a los sedientos, proteger a los desamparados, vestir a los desnudos, visitar a los encarcelados, visitar a los enfermos y enterrar a los muertos. También enseñó que

cada vez que hacemos estas cosas por otros, también las hacemos por él.

## Orar

Orar significa estar en relación con Dios. Orar es hablar con Dios, pedirle buenas cosas a Él para nosotros y para los demás, estar en Su presencia y escucharlo hablar con nosotros. Podemos orar con nuestras propias palabras o con oraciones formales. La Cuaresma es un tiempo para que nos enfoquemos en nuestra relación con Dios para que podamos acercarnos más a Él.

## Ayunar

El ayuno es renunciar a algo o decir no a algo como sacrificio. El ayuno ayuda a fortalecer nuestra voluntad para que podamos rechazar las tentaciones y evitar el pecado. Muchos católicos renuncian a algo durante toda la temporada de Cuaresma, como dulces, refrescos o ver televisión. Se requiere que los católicos entre las edades de 18 a 59 años (si son saludables y capaces) ayunen de la comida el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo.

Cuando ayunan, los católicos pueden comer una comida completa y dos comidas pequeñas que juntas no sean iguales a una comida completa. También deben evitar comer bocadillos entre comidas. De manera similar, a los católicos de 14 años o más se les exige no comer carne (abstenerse) el Miércoles de Ceniza, el Viernes Santo y todos los viernes durante la Cuaresma.

Algunas otras prácticas de Cuaresma incluyen no decir la palabra Aleluya durante la Misa. Aleluya significa “alabar al Señor” y se canta antes de la lectura del Evangelio durante la Misa. No usamos esta palabra durante la Cuaresma para poder usarla durante la Pascua para aclamar alegremente la Resurrección de Jesucristo.

El color litúrgico de la Cuaresma es púrpura o violeta. El violeta es un color que representa la penitencia. Nos recuerda nuestro enfoque en el ayuno y el arrepentimiento del pecado.

La Iglesia pide a los fieles que reciban el Sacramento de la Reconciliación durante la Cuaresma, y que perdonen a quienes nos han lastimado.

## Preguntas de reflexión

1. ¿De qué manera puedes ayudar a los pobres o necesitados durante la Cuaresma?
2. ¿De qué forma te acercas a Dios durante la Cuaresma?
3. ¿Qué es algo a lo que puedes renunciar como sacrificio durante la Cuaresma?

# La divinidad y la humanidad de Jesús

---

**Instrucciones:** Lee la información con tu padre o madre sobre la humanidad y divinidad de Jesús y por qué Él murió por nosotros.

**E**n el Evangelio de esta semana, Jesús se revela en toda su gloria como Dios. Su divinidad brilla, literalmente, como una luz cegadora. Sin embargo, Jesús sigue siendo Jesús. Su humanidad no desaparece. Su divinidad, la gloria de Dios, quien Él es plenamente, se da a conocer en y a través de su humanidad. Esto es parte del misterio de la Encarnación, el Hijo de Dios asumiendo una naturaleza humana y convirtiéndose en hombre en la Persona de Jesucristo. ¿Cómo es que Jesús es 100% plenamente Dios y 100% completamente humano?

En lugar de ser un misterio para que nosotros resolvemos, el misterio de la Encarnación es una gran verdad que solo Dios nos puede dar a conocer. La naturaleza dual de Cristo es una realidad profundamente hermosa que nos invita a contemplar cuán grande es el amor de Dios para nosotros: que el Dios todopoderoso del universo se humille y se convierta en

una de sus criaturas, un ser humano, para mostrarnos su amor, sea nuestro modelo de santidad, y sálvanos del pecado.

Durante la Cuaresma, se nos recuerda tanto la humanidad como la divinidad de Jesús. Pronto, recordaremos la Pasión y la Muerte de Jesús en la cruz. En su humanidad, Jesús sufrió mucho y derramó su vida por nosotros en la cruz. Pero Él no dejó de ser Dios en esos momentos de sufrimiento. Eso significa que nuestro Dios, profunda y personalmente, sabe lo que es ser uno de nosotros, incluso en nuestros momentos más grandes de sufrimiento. Y luego, el domingo de Pascua, Jesús resucitó de entre los muertos. ¡Nuestro Dios derrotó a la muerte y conquistó el pecado!

Reflexionemos sobre estas grandes verdades de nuestra fe durante todo este tiempo de Cuaresma.

**Sermón del Monte**



**La transfiguración**



### **Reflexión sagrada del arte**

**Instrucciones:** Usando las preguntas proporcionadas, reflexiona con tu padre o madre sobre la humanidad y la divinidad de Jesús usando las dos obras de arte de Carl Bloch arriba.

1. Toma un momento para observar la primera obra de arte, el Sermón del Monte. ¿Qué es lo primero que se destaca sobre esta obra?
2. En los Evangelios, el Sermón del Monte es el mejor ejemplo de Jesús enseñando a sus discípulos. ¿Cómo nos muestra esta obra sobre la enseñanza de Jesús?
3. ¿Cómo describirías a las personas en la multitud y cómo se relacionan con Jesús?
4. ¿De qué manera esta obra enfatiza la humanidad de Jesús? ¿Qué evidencia de su divinidad está presente en la obra?
5. Toma un momento para observar la segunda obra, La transfiguración. ¿Qué notaste primero sobre esta pintura?
6. ¿De qué manera esta obra enfatiza la divinidad de Jesús? ¿Qué evidencia de su humanidad está presente en la obra?
7. ¿Cómo es esta obra similar a la obra del Sermón del Monte? ¿Cómo son diferentes?
8. ¿Por qué crees que es importante que Jesús fue transfigurado?

# Dios y el hombre

---

**Instrucciones:** En el siguiente cuadro, dibuja tu propia imagen de Jesús que muestra que Él es a la vez completamente Dios y completamente humano.

