

## Miércoles de Ceniza: Inicio de la Cuaresma

La Cuaresma comienza con el Miércoles de Ceniza y es un tiempo de oración, penitencia y ayuno. Cuarenta días que la Iglesia marca para la conversión del corazón. El ministro (sacerdote o laico) al derramar o imponer la ceniza sobre la persona dice:

**“Recuerda que polvo eres y en polvo te convertirás”  
“Arrepiéntete y cree en el Evangelio”.**

**Origen de la costumbre:** Los judíos acostumbraban a cubrirse de ceniza cuando hacían algún sacrificio. Los ninivitas usaban la ceniza como signo de su deseo de conversión. En los inicios de la Iglesia se adoptó esta tradición, sobre todo las personas que querían recibir el Sacramento de la Reconciliación el Jueves Santo, se ponían ceniza en la cabeza y se presentaban ante la comunidad vestidos con un "hábito penitencial. Su intención era convertirse.

La imposición de ceniza es una costumbre que nos recuerda que algún día vamos a morir y que nuestro cuerpo se va a convertir en polvo. Nos enseña que todo lo material que tengamos aquí se acaba. Todo el bien que tengamos en nuestra alma nos lo vamos a llevar a la eternidad.

Cuando nos acercamos al sacerdote para recibir la ceniza es posible hacerlo con una actitud: cambiar el corazón, acercarse a Dios, amar más al prójimo. “Este es el camino de la santidad.”

**El ayuno y la abstinencia:** El Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo son días de ayuno y abstinencia. La abstinencia obliga a partir de los 14 años y el ayuno de los 18 hasta los 59 años. El ayuno consiste en hacer una sola comida fuerte al día y la abstinencia es no comer carne. Este es un modo de pedirle perdón a Dios por haberlo ofendido y decirle que queremos cambiar de vida para agradarlo siempre. Y actualmente está el ayuno espiritual: no juzgar al hermano y perdonar.

**La oración:** Nos ayuda a cultivar la amistad con Dios, regenerar la gracia, purificar el corazón y nos santifica. Cultivando nuestra amistad con Dios aprendemos a no vivir en la hipocresía, a no vivir distraídos y sin rumbo, a callar mucho y a escuchar la voz del Espíritu que nos transforma y nos llama a superarnos.

**El sacrificio:** Al hacer sacrificios (cuyo significado es "hacer sagradas las cosas"), hagámoslo eligiéndolos por el Espíritu Santo para gloria de Dios, por amor al prójimo y para crecer en santidad personalmente. El Evangelio nos dice: *“Cuando ayunéis no aparezcáis tristes, como los hipócritas que desfiguran su rostro para que los hombres vean que ayunan; en verdad os digo, ya recibieron su recompensa. Tú cuando ayunes, úngete la cabeza y lava tu cara para que no vean los hombres que ayunas, sino Tu Padre, que está en lo secreto: y tu padre que ve en lo secreto, te recompensará. Mt 6,6.*

**Conclusión:** La ceniza no es un rito mágico, no quita nuestros pecados. Sin embargo, expresa arrepentimiento, conversión. Es el inicio del camino de la Cuaresma, para acompañar a Jesús desde su desierto hasta el día de su triunfo que es el Domingo de Resurrección.

¿Qué podemos hacer al recibir la ceniza? Reflexionar sobre nuestra vida, convertirla a Dios siguiendo a Jesús, profundizando en su mensaje de amor y acercándonos al Sacramento de la Reconciliación.

Esta reconciliación con Dios está integrada por el arrepentimiento, la confesión de nuestros pecados, la penitencia y finalmente la conversión. El arrepentimiento es sincero, se reconocen las faltas que hemos cometido y deseamos no cometer más. La confesión de nuestros pecados es necesaria para recibir la Gracia de Dios, su amor misericordioso que nos llega por la absolución. Es un acto que me mueve a retribuir el pecado en una acción que eleva mi espíritu y calidad humana. La conversión es ir hacia adelante, siguiendo a Jesús. Es un tiempo de pedir perdón a Dios y a nuestro prójimo, es un tiempo también para pedir la gracia de perdonarme, tiempo de perdonar a todos los que de alguna forma nos han ofendido o nos han hecho algún daño. Perdonar sin necesidad de que nadie nos pida perdón.

**¿De dónde o cómo se obtiene la ceniza?** Se obtiene de quemar los ramos bendecidos el Domingo de Ramos del año anterior. Muchas familias guardan los ramos o las palmas y los llevan a la parroquia los días previos.

**¿Es obligatorio? ¿es día de precepto?** No, no es obligatorio, y no es día de precepto, pero es un acto libre y consciente que nos acerca a Dios, nos hace crecer en gracia. Muchos la reciben como algo mágico o incluso, si no la reciben, piensan que Dios castiga. Y no es así, es posible acercarse a recibirla para aprovechar el tiempo que Dios ofrece y la Iglesia celebra, con el fin de ayudarnos en nuestro camino hacia la vida eterna, preparándonos para glorificar a Dios con nuestra vida y creciendo en el amor al prójimo. Es posible pedir a Dios su misericordia, les proponemos:

**Salmo 50: Misericordia, Señor.**

<p><b>Misericordia, Dios mío, por tu bondad, por tu inmensa compasión borra mi culpa; lava del todo mi delito, limpia mi pecado.</b></p> <p><b>Pues yo reconozco mi culpa, tengo siempre presente mi pecado: contra ti, contra ti solo pequé, cometí la maldad que aborreces.</b></p> <p><b>En la sentencia tendrás razón, en el juicio resultarás inocente. Mira, en la culpa nací, pecador me concibió mi madre.</b></p> <p><b>Te gusta un corazón sincero, y en mi interior me inculcas sabiduría. Rocíame con el hisopo: quedaré limpio; lávame: quedaré más blanco que la nieve.</b></p> <p><b>Hazme oír el gozo y la alegría, que se alegren los huesos quebrantados. Aparta de mi pecado tu vista, borra en mí toda culpa.</b></p>	<p><b>Oh Dios, crea en mí un corazón puro, renuévame por dentro con espíritu firme; no me arrojes lejos de tu rostro, no me quites tu santo espíritu.</b></p> <p><b>Devuélveme la alegría de tu salvación, afiánzame con espíritu generoso: enseñaré a los malvados tus caminos, los pecadores volverán a ti.</b></p> <p><b>Líbrame de la sangre, oh Dios, Dios, Salvador mío, y cantará mi lengua tu justicia. Señor, me abrirás los labios, y mi boca proclamará tu alabanza.</b></p> <p><b>Los sacrificios no te satisfacen: si te ofreciera un holocausto, no lo querrías. Mi sacrificio es un espíritu quebrantado; un corazón quebrantado y humillado, tú no lo desprecias.</b></p> <p><b>Señor, por tu bondad, favorece a Sión, reconstruye las murallas de Jerusalén: entonces aceptarás los sacrificios rituales, ofrendas y holocaustos, sobre tu altar se inmolarán novillos.</b></p>
---	--