

Liturgia y Disciplina Cuaresmal

Ayuno: Muchos médicos y dietistas contemporáneos fomentan el ayuno periódico para la salud general, y muchas religiones lo prescriben para una salud espiritual adicional. Nos libera de los apegos, redirige nuestros corazones a las realidades eternas y ayuda a expiar los pecados. Cristo mismo ayunó de comida durante cuarenta días cuando se retiró al desierto después de su bautismo en el Jordán. Sus cuarenta días inspiran nuestra práctica anual de Cuaresma. Es por esto que las personas entre 18 y 59 años de edad con excepción de la necesidad médica deben ayunar al menos el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo. Consiste en una comida completa y dos comidas más pequeñas durante el día, sin snacks.

Abstinencia de carne: Las celebraciones en las Escrituras a menudo incluían el consumo de carne y platos más caros. Si bien siempre celebramos la bondad del Señor, la Cuaresma es un tiempo de duelo por nuestros pecados y por los excesos y el lujo restringidos. Todos los mayores de 14 años deben abstenerse de comer carne el Miércoles de Ceniza, el Viernes Santo y todos los viernes de Cuaresma.

Menos instrumentos: La austeridad y la conversión características asociadas con la Cuaresma también se reflejan en los cambios y directivas litúrgicas durante estos cuarenta días. Por ejemplo, el Misal Romano dice: “Durante la Cuaresma... el uso de instrumentos musicales sólo está permitido para apoyar el canto. Sin embargo, el Domingo de Laetare (el cuarto domingo de Cuaresma), las Solemnidades (por ejemplo, San José, la Anunciación, etc.) y las Fiestas son excepciones a esta regla” (#4).

Encontrarás un acompañamiento musical significativamente menor durante estos cuarenta días para enfatizar la sencillez de la Cuaresma. Esto no significa que eliminaremos por completo la música o el canto: la liturgia siempre está destinada a ser hermosa e inspiradora, y la voz humana, el instrumento más grande, seguirá llevándonos a través de melodías elevadas. En la medida de lo razonablemente posible durante la Cuaresma,

limitaremos el uso del piano, el órgano y otros instrumentos en cualquier liturgia de la iglesia, incluyendo bodas y funerales.

Palabras omitidas: Con excepción de las Solemnidades y Fiestas, tenemos prohibido cantar o decir la Gloria en las Misas durante la Cuaresma. Incluso se nos prohíbe pronunciar la palabra Aleluya en las misas y en las conversaciones y oraciones durante este tiempo. Tanto el Gloria como el Aleluya regresarán en su esplendor durante la Vigilia Pascual.

Menos Flores: En relación a los adornos florales, el Misal Romano también dice: “Durante la Cuaresma, no está permitido decorar el altar con flores... Sin embargo, el Domingo de Laetare (el cuarto domingo de Cuaresma), las Solemnidades (por ejemplo, San José, la Anunciación, etc.) y las Fiestas son excepciones a esta regla” (#4). Es por esto que quizás hayas notado la repentina ausencia de flores incluso al lado del tabernáculo. La iglesia se llenará de lirios y hermosas flores cuando llegue la Pascua pero, hasta entonces, todo el santuario quedará vacío. Esto también significa que, en la medida de lo posible, nos abstenemos de tener flores en el santuario para bodas y funerales que se realicen en la iglesia durante esta temporada.

Misterio de la Fe: El *Mysterium Fidei*, como se le conoce en latín, fue añadido a nuestra Misa tras las reformas del Vaticano II. Es una parte de la Misa que nosotros, el Pueblo de Dios, dice o canta exclusivamente. A veces los sacerdotes inician esta oración o la dicen a la congregación para prestar apoyo, pero pertenece propiamente a los laicos. Ocurre inmediatamente después de la consagración del vino en la Sangre de Cristo. El sacerdote anuncia, “El misterio de la fe,” y luego los laicos responden.



Durante la Cuaresma utilizaremos una de las tres opciones:

Sálvanos, Salvador del mundo, porque con tu Cruz y Resurrección nos has liberado.

Observe el uso del imperativo en esta declaración única. Nos dirigimos directamente al Señor: «Sálvanos, Salvador del mundo». Ya no solo hablamos **del Señor**, sino que hablamos **con el Señor**. ¡Qué diferencia tan crucial en nuestro enfoque y postura hacia Dios y la Misa: es una relación personal!

Además, esta simple declaración nos inspira a considerar la salvación y la libertad que conlleva. Podemos preguntarnos: «¿Cómo la muerte y resurrección de Jesús me liberan? ¿Dónde he sentido libertad en Cristo? ¿Qué significa ser salvo y de qué?».

Tradición: Sobre la cabeza de Jesús, en la cruz, se lee una inscripción: «Jesucristo, Rey de los judíos». La Biblia nos dice que fue escrita en hebreo, griego y latín, los tres idiomas populares de la época. Somos católicos del rito en latín, lo que significa que nuestras diversas liturgias se desarrollaron a partir de la cultura y la lengua en latín, dominantes en el Imperio Romano. El latín evolucionó al español, el francés y el italiano, y tanto las palabras griegas como las del latín han influido significativamente en el inglés.

Nuestro Concilio Vaticano II decretó que «el uso de la lengua en latín debe preservarse en los ritos en latín» y que «se deben tomar medidas para que los fieles también puedan decir o cantar juntos, en latín, las partes del Ordinario de la Misa que les corresponden». Basándonos en nuestro patrimonio del rito en latín, durante la Cuaresma rezaremos el Kyrie Eleison (Señor, ten piedad) en griego y las oraciones del Sanctus (Santo, Santo) y del Agnus Dei (Cordero de Dios) en latín.

Últimas palabras: Cada noche, la Liturgia de las Horas concluye con un himno tradicional en honor a Nuestra Señora. En Cuaresma, esta oda es el Ave Regina Caelorum (Dios te salve, Reina del Cielo). Este será nuestro primer o único himno de salida durante estos cuarenta días. ¡Virgen Dolorosa, ruega e intercede por nosotros en esta Cuaresma!

