



Viaje al Pie de la Cruz: El Obispo Ricken ofrece 10 Cosas para recordar durante la Cuaresma

Obispo David L. Ricken de Green Bay, Wisconsin, ex presidente de la Comisión de Evangelización y Catequesis de la Conferencia Episcopal de Estados Unidos (USCCB).

- 1. Recuerde la fórmula.** La Iglesia hace un buen trabajo capturando ciertas verdades con listas y fórmulas fáciles de recordar: 10 Mandamientos, 7 sacramentos, 3 personas en la Trinidad. Para la Cuaresma, la Iglesia nos da casi un lema - la oración, el ayuno y la limosna - como las tres cosas que tenemos que trabajar durante la temporada.
- 2. Es un tiempo de oración.** Cuaresma es esencialmente un acto de oración extendido a lo largo de 40 días. Al orar, vamos en un viaje, uno que espero que nos acerque a Cristo y nos deje cambiados por el encuentro con él.
- 3. Es un tiempo para ayunar.** Con los ayunos del miércoles de Ceniza y el Viernes Santo, la abstinencia de comer carne los viernes, y nuestras disciplinas personales intercaladas, la Cuaresma es la única vez que muchos católicos en estos días realmente ayunan. "¿Qué estás dando para la Cuaresma? ¿Perritos calientes? ¿Cerveza? ¿Caramelos?" Es casi un juego para algunos de nosotros, pero el ayuno es en realidad una forma de penitencia que nos ayuda a alejarnos del pecado y volvernos hacia Cristo.
- 4. Es un tiempo para trabajar en la disciplina.** Los 40 días de Cuaresma son también una buena oportunidad para trabajar en la disciplina personal en general. En lugar de renunciar a algo, se puede hacer algo positivo. "Voy a hacer más ejercicio. Voy a rezar más. Voy a ser más amable con mi familia, amigos y compañeros de trabajo".
- 5. Se trata de morir a sí mismo.** La parte más seria de la disciplina de Cuaresma es que se trata de más de auto-control - se trata de encontrar aspectos de sí mismos que son menos como Cristo y dejarlos morir. Nos enfocamos en el sufrimiento y la muerte de Cristo durante la Cuaresma, y nos unimos a ellos para ser resucitados en una forma purificada.
- 6. No hacer demasiado.** Es tentador hacer de la Cuaresma un período ambicioso de reinención personal, pero lo mejor es que sea sencillo y enfocado. Hay una razón por qué la Iglesia trabaja en estos misterios año tras año. No trate de meter todo en una solo Cuaresma; esa es una receta para el fracaso.
- 7. La Cuaresma nos recuerda de nuestra debilidad.** Por supuesto, incluso cuando nos fijamos metas sencillas para nosotros mismos durante la Cuaresma, todavía tenemos problemas para mantenerlas. Cuando ayunamos, nos damos cuenta del pasar hambre. La Cuaresma nos muestra nuestra debilidad. Esto puede ser doloroso, pero reconociendo lo impotente que somos nos hace buscar la ayuda de Dios con renovada urgencia y sinceridad.
- 8. Sea paciente con usted mismo.** Cuando nos enfrentamos con nuestra propia debilidad, la tentación es terminar enojado y frustrado - "que mala persona soy" - pero esa es la lección equivocada. Dios nos está llamando a ser pacientes y vernos a nosotros mismos como él lo hace, con amor incondicional.
- 9. Extendemos la mano en la caridad.** A medida que experimentamos la debilidad y el sufrimiento durante la Cuaresma, debemos ser renovados en nuestra compasión por los hambrientos, los que sufren, los necesitados. La tercera parte de la fórmula de Cuaresma es la limosna. Es algo más que tirar un par de dólares en la placa de recogida; se trata de llegar a los demás y ayudarles como una forma de compartir la experiencia del amor incondicional de Dios.
- 10. Aprender a amar como Cristo.** El dar de nosotros mismos en medio de nuestro sufrimiento y abnegación nos acerca a amar como Cristo, que sufrió y sirvió incondicionalmente en la cruz por todos nosotros. La Cuaresma es un viaje a través del desierto al pie de la cruz del Viernes Santo, buscando a Cristo, pidiendo su ayuda, unidos a su sufrimiento, y aprendiendo a amar como él

