

# El Plan de Mejora de 40 Días de la Iglesia

## Por Arzobispo Michael J. Sheehan, marzo, *People of God*

---

La celebración anual de la Cuaresma nos proporciona a todos una oportunidad para el arrepentimiento y la renovación espiritual. Mientras nos preparamos para celebrar dignamente la resurrección de Jesús el Domingo de Pascua, tenemos la maravillosa oportunidad para participar en lo que me gusta llamar "El plan de mejora de 40 días de la Iglesia."

¿Qué quieren decir las cenizas colocadas en nuestra frente el Miércoles de Ceniza? Pues quieren decir que nos comprometemos a ser mejores personas durante 40 días, mientras nos preparamos para la Pascua. Lo que hacemos durante estos 40 días es el "entrenamiento" que nos hace quedarnos en el "plan de mejora." Las cenizas nos recuerdan que somos pecadores y que hemos fallado a Dios y a otros en muchas ocasiones. Con la gracia de Jesucristo, tenemos la oportunidad de comenzar de nuevo, tratar de librarnos de nuestro pecado y recibir el perdón de Dios. Si no tratásemos de mejorar, las cenizas en nuestras frentes serían simplemente un símbolo vacío. Si no hacemos esfuerzos para mejorar, no estaremos preparados para participar plenamente en el Santo Triduo - el momento más sagrado del año litúrgico.

Ciertamente, debemos tratar de recibir el sacramento de la Confesión durante la Cuaresma. La Iglesia Católica enseña que es a través de la absolución del sacerdote, quien representa a Jesús, que nuestros pecados son sin duda perdonados. Es a través de la celebración de este sacramento que, una vez reconciliados, nos pareceremos más a Jesús y dejaremos que otros vean la bondad y el amor de Jesús en nosotros así como en otros.

El Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo son días de ayuno y abstinencia. Todos los viernes de Cuaresma son días de abstinencia de carne. *El ayuno obliga para todos los adultos hasta los 60 años. La abstinencia de carne, para toda persona de 14 años de edad o mayor.* Recuerde, nuestro "Plan de Mejora" requiere un poco de sacrificio – el ayuno y la abstinencia son una parte integral de este plan.

Las tres prácticas católicas tradicionales de la Cuaresma se basan en el Evangelio del Miércoles de Ceniza, Mateo 5, 16-18 y son: dar limosna o ayuda a los pobres y a otros proyectos de la Iglesia; la oración diaria, como la misa y el viacrucis y cumplir con el ayuno - limitar nuestra comida y bebida y hacer otros pequeños sacrificios en el nombre de Jesús. Con seguridad, cada uno de nosotros debemos tratar de hacer algo positivo durante el tiempo de Cuaresma. Lea el pasaje de Mateo 6, 16-18 una y otra vez. Ore con ese pasaje y póngalo en práctica.

Quienes somos parte de la Iglesia tenemos el privilegio y la responsabilidad de orar durante la Cuaresma por quienes se unirán a la Iglesia Católica durante la Vigilia Pascual y por otros quienes recibirán sus Sacramentos Pascuales. Seremos católicos responsables conforme apoyemos a los recién bautizados o renovados en su fe y conforme continuemos nuestro "Plan de Mejora", incluso después de la Pascua. Nos unimos a ellos en oración y solidaridad mientras se preparan para recibir estas gracias especiales en su vida.

Que así como la primavera genera nueva vida de la tierra muerta del invierno, que Dios traiga a ustedes, queridos amigos, una nueva vida durante esta Cuaresma mientras buscan elevarse por encima de la debilidad de la imperfección. ¡Que tengan una buena Cuaresma! ¡Aprovechen al máximo el Plan de Mejora de 40 días de la Iglesia!