



El Miércoles de Ceniza 2023 es el 22 de febrero. Este día, los fieles acuden a las iglesias para que se les imponga la ceniza, como símbolo de penitencia y de deseo de conversión, que los dispone a conmemorar, con la debida preparación, la Pasión, Muerte y Resurrección del Señor en la Semana Santa, que este año es del 2 al 9 de abril.

## ¿Cuál es el significado del Miércoles de Ceniza y Cuaresma?

### Miércoles de ceniza

El Miércoles de Ceniza marca el inicio de la Cuaresma, 40 días que la Iglesia Católica propone como tiempo penitencial para que los fieles se dispongan espiritualmente a vivir la Semana Santa. Es una costumbre que se tiene desde los primeros siglos del cristianismo.

En aquel entonces, cuando una persona pecaba de forma grave, la asamblea penitencial de la comunidad los recibía y les colocaba ropa áspera de sayal, la cual vestían durante algún tiempo. Además, se les colocaba ceniza en la cabeza, como símbolo de su tristeza por haber ofendido a Dios y al prójimo, y su deseo de convertirse y reconciliarse.

Fue así como surgió la costumbre del Miércoles de Ceniza, en el cual la Iglesia ocupa dos fórmulas para imponerla: “Conviértanse y crean el Evangelio” o “Acuérdate de que eres polvo y al polvo convertirás”. Uno en referencia al sentido de la conversión, y el otro nos recuerda la caducidad del ser humano.

### La Cuaresma

La Cuaresma hace referencia a los 40 días que Jesús pasó en el desierto practicando el ayuno y la oración. Por esta razón, durante este tiempo, la Iglesia Católica pide a sus fieles unirse a Él con tres prácticas esenciales: ayuno, oración y limosna, lo que debe llevar al cristiano a vivir fielmente su vocación de hijo de Dios. Es un tiempo de renovación.

## **¿Cómo se determina la fecha del Miércoles de Ceniza?**

Para conocer la fecha del Miércoles de Ceniza se debe determinar primero la fecha del Domingo de Resurrección. ¿Cómo se determina ésta? Muy sencillo, el Domingo de Resurrección o Domingo de Pascua es el domingo inmediato a la primera luna llena de primavera. A partir de ahí se establece el inicio de la Semana Santa, que comienza con el Domingo de Ramos. Se cuentan 40 días hacia atrás, y ahí se establece el Miércoles de Ceniza.

## **¿Qué no se puede hacer el Miércoles de Ceniza?**

Uno de los Mandamientos de la Iglesia Católica es: ayunar cuando lo pida la Iglesia. Y el ayuno se les pide a los fieles tanto el Miércoles de Ceniza como el Viernes Santo. Los demás viernes de Cuaresma sólo se practica la abstinencia de carne.

El ayuno consiste en desayunar algo muy ligero (un té y una fruta), una comida normal y una cena también ligera. La abstinencia, por su parte, tiene que se de carne (incluye el pollo). La abstinencia se exige de los 14 años en adelante, mientras que el ayuno obliga a todos los mayores de edad, hasta los 59 años.

## **¿Cuál es significado del ayuno y la abstinencia?**

San Pablo nos advierte no hacer del vientre nuestro Dios. Y es que los seres humanos somos demasiado materiales, nos gusta todo aquello que nos cause placer, entre ello, la comida. Y este tiempo es una oportunidad para demostrarnos que no todo en la vida es darle placer al cuerpo. Al contrario, nos abstenemos de lo que nos gusta para alimentar el espíritu y demostrarnos que no sólo de pan vive el hombre. También ayunamos para dar lo que no comemos a quien lo necesita.

## **¿Cuál es el significado de la ceniza?**

Manifestar públicamente nuestro arrepentimiento y compromiso de cambio.

Pedir a la Iglesia que ore por nuestra conversión.

Comprometernos a hacer penitencia por los pecados cometidos.

Expresar el deseo de recibir el Sacramento de la Reconciliación.