

Sesión 4

EL PODER DE LA CENIZA

INICIO DE LA CUARESMA

(46 días antes de Pascua)

"Pero ahora —afirma el Señor—, vuélvanse a mí de todo corazón, con ayuno, llanto y lamentos. Vuélvanse al Señor su Dios, porque él es bondadoso y compasivo, tardo para enojarse, lleno de amor, y se duele de castigar."
(Joel 2,12-13)

El Miércoles de Ceniza nos abre la puerta a un tiempo especial: la Cuaresma. Es un tiempo que nos invita a detenernos, mirar el rumbo de nuestra vida y volver a Dios con un corazón sincero. Ese pequeño signo de ceniza en nuestra frente no es solo un gesto externo; es una señal visible de que deseamos comenzar de nuevo, reconociendo que sin Dios, nada tiene sentido.

La ceniza nos recuerda nuestra fragilidad, pero también el amor inmenso de un Padre que nos espera con los brazos abiertos. Es el primer paso de un camino de renovación interior, de reflexión y de conversión. Y no estamos llamados a recorrerlo solos. Este es un tiempo de gracia que podemos vivir como familia, apoyándonos unos a otros en la fe y en el amor.

Como padres, tenemos la hermosa misión de guiar a nuestros hijos en este caminar hacia la Pascua. Orar juntos, practicar pequeños gestos de sacrificio, ayudar al prójimo y vivir con más sencillez son formas concretas de prepararnos para celebrar la alegría de la resurrección. Que este inicio de Cuaresma nos motive a caminar más unidos como familia, y más cerca del corazón de Dios.

"Donde dos o tres están reunidos en mi nombre, allí estoy yo en medio de ellos." (Mateo 18,20)



ORACIÓN

Señor Jesús, al recibir la ceniza en nuestra frente, ayúdanos a recordar que nuestra vida está en tus manos. Concédenos un corazón humilde y dispuesto a la conversión. Que este signo exterior nos impulse a transformar nuestro interior y a vivir con amor, esperanza y servicio. Acompáñanos en este camino de Cuaresma y guíanos hacia una Pascua llena de vida nueva. Amén.

SABÍAS QUÉ...

La ceniza que se impone en el Miércoles de Ceniza proviene de la quema de los ramos bendecidos el Domingo de Ramos del año anterior. Lo que un día fue signo de alegría y victoria, se convierte en un recordatorio de nuestra fragilidad y necesidad de conversión.

El uso de la ceniza como símbolo de penitencia es muy antiguo. En la Biblia leemos que los judíos y los ninivitas la usaban para expresar su arrepentimiento. (Jonás 3, 5-6) En los primeros siglos de la Iglesia, quienes querían reconciliarse con Dios antes de la Pascua se cubrían de ceniza y vestían un hábito penitencial. (Job 42,6)

Cuando recibimos la ceniza, escuchamos palabras que nos invitan a la reflexión:

"Recuerda que eres polvo y al polvo volverás." (Génesis 3,19)

"Conviértanse y crean en el Evangelio." (Marcos 1,15)

La imposición de la ceniza también nos invita a una conversión sincera. Es un tiempo para examinar nuestra vida y hacer cambios que nos acerquen más a Dios,



¿QUÉ SIGNIFICA LA CENIZA?

Más que un simple ritual, la ceniza nos invita a mirar nuestro interior y a preguntarnos: ¿En qué necesito cambiar?

Es un recordatorio de nuestra fragilidad. Nos recuerda que la vida en la tierra es temporal y que dependemos completamente de Dios. Pero lejos de ser un mensaje triste, nos llena de esperanza, porque nos recuerda que nuestra vida tiene un propósito y que Dios camina con nosotros.

También es un llamado a la conversión. No basta con recibir la ceniza en la frente si no hay un cambio real en el corazón. Este signo nos motiva a reflexionar sobre nuestras actitudes, a ser más conscientes de nuestras acciones y a vivir con un corazón abierto al amor y al perdón.

Para las familias, este día puede ser una oportunidad para hablar sobre la importancia del amor y el servicio. Podemos preguntarnos juntos: ¿Estamos siendo pacientes y respetuosos unos con otros? ¿Hay alguien a quien necesitamos pedir perdón o perdonar?

La Cuaresma es un tiempo perfecto para sanar relaciones, dejar atrás rencores y fortalecer la unión familiar.

CONEXIÓN

Recibir la ceniza no es solo un gesto externo, sino un compromiso de cambio. Como familia, podemos acompañarnos en este camino de conversión, apoyándonos en los momentos de dificultad y animándonos a crecer juntos en el amor.

Cada miembro del hogar puede elegir un propósito para vivir mejor la Cuaresma. Si alguien decide “ayunar” de palabras hirientes o de la impaciencia, los demás pueden ayudarlo con comprensión y ánimo.

Dios nos invita a crecer en humildad y perdón. Cuando cada uno reconoce sus errores, pide disculpas y toma acciones para mejorar la convivencia, la familia se convierte en un reflejo del amor de Dios.

Tal vez podamos preguntarnos: ¿Qué actitudes necesitamos dejar atrás para renacer en el amor? ¿Cómo podemos apoyarnos para vivir este tiempo con un corazón más sencillo?



ACCIÓN

El Miércoles de Ceniza es solo el comienzo de la Cuaresma.

Vivir el Miércoles de Ceniza como familia puede ser una oportunidad significativa para reflexionar, orar y crecer juntos en la fe.

Si es posible, asistan juntos a una misa o servicio donde se realice la imposición de ceniza

Para avanzar en este camino de cuaresma, pueden leer un pasaje de la Biblia que hable sobre el arrepentimiento y la humildad, como el Salmo 51, y orar juntos pidiendo a Dios que les guíe en su camino de fe.





CELEBRACIÓN

La ceniza que recibimos en nuestra frente es una invitación a detenernos y mirar nuestro corazón. Nos recuerda que este es un tiempo para renovar nuestra fe y permitir que Dios transforme nuestra vida.

Tal vez podamos hacer un propósito familiar para esta Cuaresma:

- **Ser más pacientes, sinceros y generosos unos con otros.**
- **Orar juntos, recordando que todos tenemos debilidades y necesitamos apoyo.**
- **Renovar nuestra esperanza, sabiendo que cada paso que damos nos acerca más a la alegría de la Pascua.**

Caminemos juntos, con el corazón abierto, hacia la verdadera alegría que nos espera en la Pascua. ¡Dios camina con nosotros!



"Todos los días se reunían en el Templo con entusiasmo, partían el pan en sus casas y compartían sus comidas con alegría y con gran sencillez de corazón. Alababan a Dios y se ganaban la simpatía de todo el pueblo, y el Señor agregaba cada día a la comunidad a los que quería salvar." (Hechos 2,46-47)

REFLEXIÓN FINAL EN FAMILIA

Aunque la ceniza nos habla de penitencia, la Cuaresma debe vivirse con esperanza. No es un tiempo de tristeza, sino un camino de transformación que nos prepara para la alegría de la Resurrección.

Como signo de nuestro deseo de conversión, acerquémonos con humildad y confianza a la misericordia de Dios. Que este tiempo sagrado nos ayude a renovar nuestra fe, fortalecer nuestra oración y crecer en el amor, recordando que somos polvo, pero también somos hijos amados llamados a la vida nueva en Cristo.

