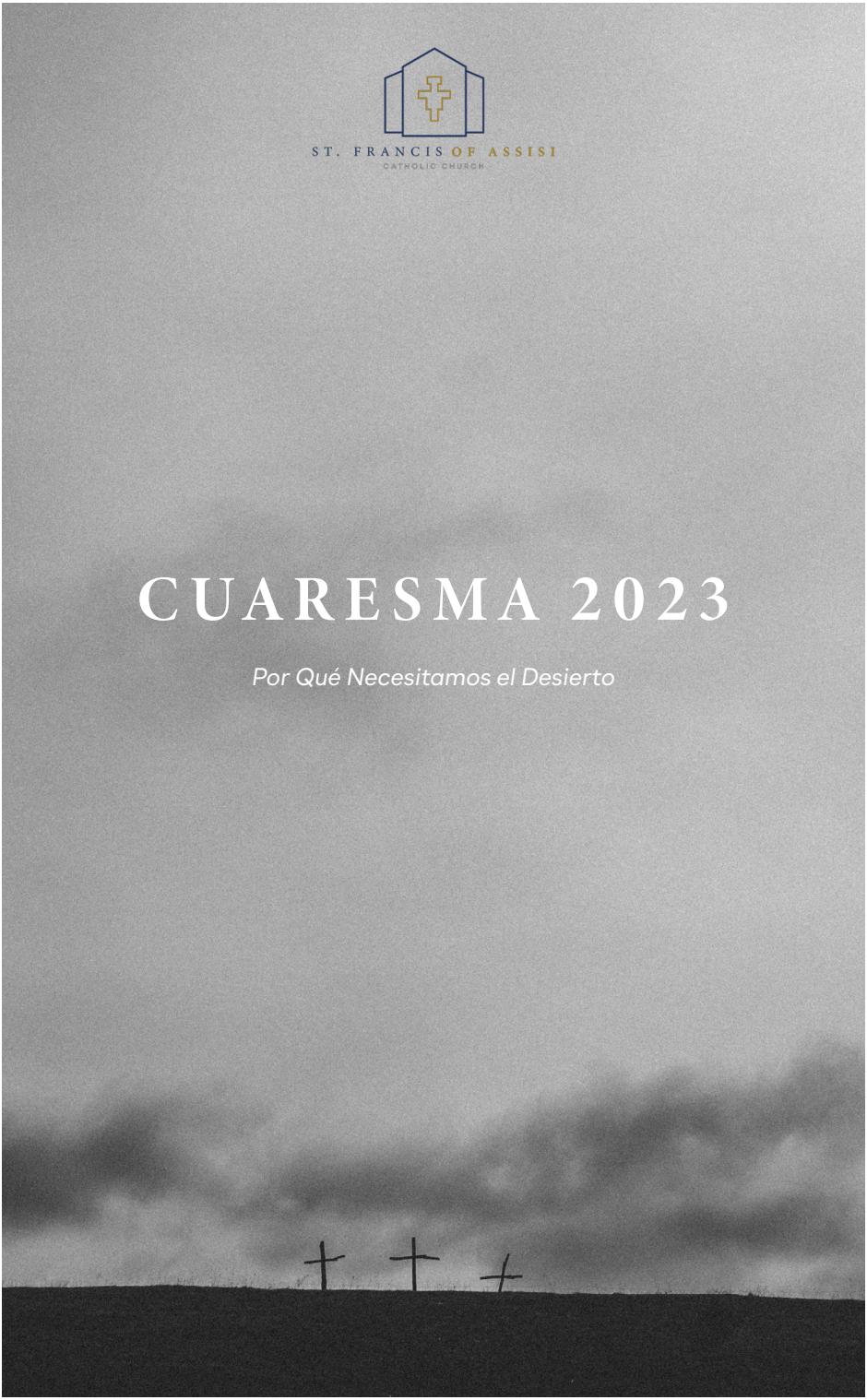
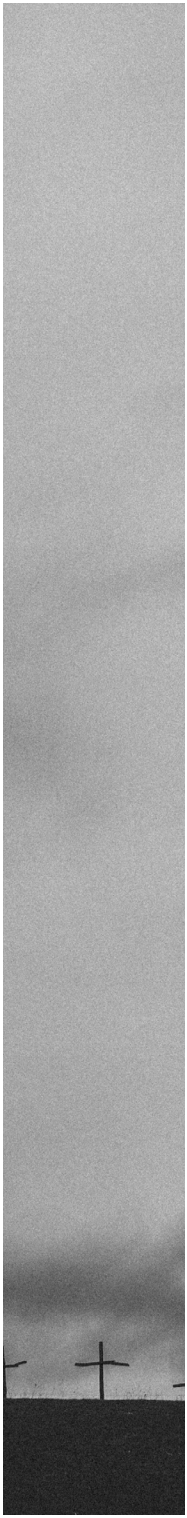
ST. FRANCIS OF ASSISI
CATHOLIC CHURCH

CUARESMA 2023

Por Qué Necesitamos el Desierto





Contenido

2 Miércoles de Ceniza

3 Por Qué Necesitamos el Desierto

4 El Sacramento de la Reconciliación

5 5 Pasos Para Acoger la Cuaresma Este Año

7 Eventos de Cuaresma

8 Ayuno cuaresmal y abstinencia

9 Horarios de Semana Santa

10 Pascua

MIÉRCOLES DE CENIZA

El Miércoles de Ceniza es el primer día de Cuaresma. Marca el inicio del tiempo cuaresmal de preparación para la resurrección de Cristo en Pascua.

Los orígenes del Miércoles de Ceniza se remontan al siglo 11. Sin embargo, la tradición de recibir cenizas tiene sus raíces en el Antiguo Testamento, donde llevar ceniza era un signo común de arrepentimiento por los pecados y una muestra de humildad ante Dios.

¿Por qué Cenizas?

Las cenizas se hacen quemando las palmas del Domingo de Ramos del año anterior. Esto conecta simbólicamente el comienzo de la Cuaresma con el final, vinculando nuestro cambio de corazón con la pasión, muerte y resurrección de Cristo.

Comenzamos la temporada de Cuaresma reconociendo nuestro propio fragilidad, mortalidad y pecado. Las cenizas sirven como un recordatorio físico de que nuestros cuerpos se convertirán en polvo, pero nuestras almas vivirán en la vida eterna.

La distribución de Cenizas

Las cenizas se distribuyen el Miércoles de Ceniza, ya sea durante la Misa o Servicio devocional, o veces durante una distribución de cenizas. En una Misa o Servicio devocional, justo después de la homilía, aquellos feligreses presentes procesionan hacia el altar, muy parecido a cuando se recibe la comunión. El sacerdote (u otro ministro) hará la señal de la cruz y dirá una de dos cosas: “Recuerda que eres polvo y al polvo volverás”, o “Arrepentíos y creed en el Evangelio”.

Día Popular en la Iglesia Católica

En gran parte del mundo, el Miércoles de Ceniza es uno de los días más populares del año para asistir a la Iglesia, a pesar de que no es un Día de Obligación. La popularidad del Miércoles de Ceniza quizá se deba a la forma en que se dirige a la persona humana. Las cenizas expresan, a través de un signo físico, un deseo de conversión interior. En el núcleo de la persona humana está esta necesidad y deseo de reconocer la propia pecaminosidad.

POR QUÉ NECESITAMOS EL DESIERTO

En aquel tiempo, Jesús fue conducido por el Espíritu al desierto, para ser tentado por el demonio. Pasó cuarenta días y cuarenta noches sin comer y, al final, tuvo hambre. Entonces se le acercó el tentador y le dijo: "Si tú eres el Hijo de Dios, manda que estas piedras se conviertan en panes". Jesús le respondió: "Está escrito: No sólo de pan vive el hombre, sino también de toda palabra que sale de la boca de Dios" Mateo 4:1-4.

Es fácil ver a la Cuaresma como una tarea. La Cuaresma es incómoda y es naturaleza humana evitar la incomodidad en cualquiera de sus formas. Sin embargo, todo crecimiento requiere un poco de incomodidad.

Tal como demostró nuestro santo patrón, San Francisco de Asís, es necesario eliminar las distracciones y pasar tiempo en oración con Jesús para que podamos renovarnos en la misión que Él nos ha dejado. San Francisco a veces observaba hasta cinco "Cuaresmas" al año antes de varias fiestas para volver a centrar su vida espiritual.

Durante la Gran Cuaresma (lo que conocemos simplemente como Cuaresma), Francisco se retiraba a las ermitas, edificios simples en las colinas y montañas lejos de las ciudades. Pasaba cada momento despierto en oración, encontrando fuerza y visión renovadas en la oración.

Al final de los 40 días, Francisco dejaba su ermita y volvía al valle donde luego se dedicaba al servicio de los pobres, los enfermos y otros en la comunidad.

El ejemplo de Francisco refleja al de Cristo, quien pasó cuarenta días en el desierto antes de comenzar su ministerio.

Entonces, ¿por qué necesitamos el desierto? Lo necesitamos para recordarnos a nosotros mismos quién es el Padre. Él está esperando revelarse ante nosotros, lo único que debemos hacer es espacio en nuestros corazones para dejarlo entrar.

El Sacramento de la Reconciliación

La reconciliación (o confesión) es el sacramento en el cual los pecadoscometidos después del bautismo son confesados después de un examende conciencia y perdonados en el nombre de Cristo a través de un Sacerdote.

La Cuaresma es un tiempo de reflexión y arrepentimiento por el pecado. La reconciliación, como la Cuaresma, está ligada a nuestra fidelidad al significado del bautismo en Cristo: morir y resucitar con él.

Confesiones Regulares

Miércoles
11:00 am - 12:00 pm

Jueves
5:00 pm - 6:15 pm

Viernes
9:00 am - 10:00 am

Sábados
9:15 am - 10:45 am

Oportunidades adicionales de reconciliación

18 de marzo
9:00 am - 12:00 pm | Iglesia

29 de marzo
6:00 pm - 9:00 pm | Iglesia

Misa diaria adicional de Cuaresma

Durante el Tiempo de Cuaresma, volveremos a ofrecer la Misa de los viernes a las 12:15 horas.

ACTO DE CONTRICIÓN

Después de la confesión, se acostumbra a recitar un "Acto de Contrición". Se puede rezar esto, o algo similar. La idea es recordarnos a nosotros mismos lo importante que es no ofender a Dios, y tratar de no repetir nuestros pecados.

¡Dios mío, me arrepiento profundamente por haberte ofendido y detesto todos mis pecados porque temo el perder la gracia de ir al cielo y sufrir los dolores del infi erno; pero más que nada por haberte ofendido, Dios mío, que eres todo bueno y mereces todo mi amor. Firmemente, resuelvo con la ayuda de tu gracia confesar mis pecados, cumplir la penitencia, y enmendar mi vida. Amén. (Rito de Penitencia no.45)

5 PASOS PARA ACOGER LA CUARESMA ESTE AÑO

1. Discierne cómo Dios quiere que crezcas

Lo mejor para nosotros no es lo que consideramos mejor, sino lo que el Señor quiere de nosotros. - Santa Josefina Bakhita

Es natural usar la Cuaresma como un tiempo para mejorarnos a nosotros mismos. Sin embargo, para realmente desviar el enfoque de nosotros mismos y volverlo hacia el Señor, trate de pasar tiempo discerniendo cómo Dios quiere que se acerque más a Él.

2. Abraza el Silencio

Necesitamos encontrar a Dios, y Él no se puede encontrar en el ruido y la inquietud. Dios es amigo del silencio. Vea cómo la naturaleza - árboles, flores, hierba - crecen en silencio; Vea a las estrellas, la luna y el sol - cómo se mueven en silencio... Necesitamos el silencio para poder tocar almas. -Santa Teresa de Calcuta

Hay tantas opciones hoy en día para llenar cualquier momento libre que tengamos. Podemos reproducir música, podcasts, televisión, etc. en lugar de experimentar el silencio. Aprender a estar bien en los momentos silenciosos y vacíos de vez en cuando le da a Jesús espacio para hablarnos.

3. Ir a la Confesión

La confesión es un acto de honestidad y coraje, un acto de confiarnos, más allá del pecado, a la misericordia de un Dios amoroso y perdonador. -San Juan Pablo II

¡Qué regalo es para nosotros el sacramento de la penitencia! Es una manera concreta para que mostremos tangiblemente nuestro arrepentimiento ante Dios. La confesión es un hermoso sacramento que nos humilla y nos ayudará a evitar el pecado futuro.

4. Prepárate para la misa dominical

El hombre debe temblar, el mundo debe temblar, todo el Cielo debe conmoverse profundamente cuando el Hijo de Dios aparece en el altar en las manos del sacerdote. -San Francisco de Asís

Considere leer el Evangelio dominical antes de asistir a Misa cada semana para entrar más plenamente en la Misa. La familiaridad con los Evangelios puede ayudar a transformar su audición del Evangelio. La misa dominical es el punto culminante de la semana y una hermosa oportunidad para que adoremos a

nuestro Señor con todo nuestro corazón. Es útil reflexionar sobre las lecturas, especialmente el Evangelio y la homilía después de la Misa. Las familias pueden platicar sobre lo que más les llamó la atención en las lecturas y homilía en camino a casa o durante la comida.

5. Concéntrese en la oración personal

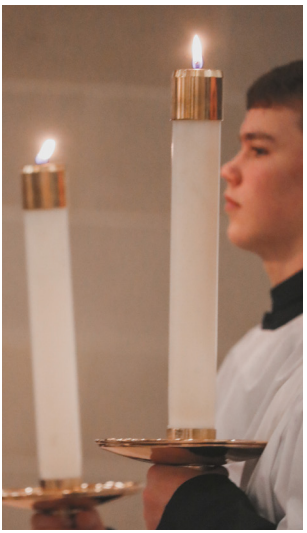
Nos demos cuenta o no, la oración es el encuentro de la sed de Dios con la nuestra. Dios tiene sed de que podamos tener sed de él.
-San Agustín

Por último, pero no menos importante, la oración diaria es vital para crecer en la relación con Dios. ¡La oración personal puede ser diferente para todos! Lo importante a recordar es que una relación no puede crecer sin comunicación; sin duda esto es cierto para nuestra relación con el Señor. Haga espacio en su horario cada día para pasar tiempo conversando con Jesús. Incluso unos pocos minutos al día pueden marcar la diferencia.

Una excelente manera de mejorar su oración personal durante la Cuaresma es tratar de asistir a la Misa diaria. Incluso si no puede asistir todos los días durante la semana, solo uno o dos días realmente pueden marcar una diferencia en su vida espiritual. La misa diaria dura aproximadamente media hora. Otra forma especial de dedicarse a la oración personal es asistir a la Adoración del Santísimo Sacramento. Para el horario de la Misa diaria y la Adoración, visite el sitio web de San Francisco o escaneé el código QR en la contraportada de esta Guía de Cuaresma.

Eventos de Cuaresma

ESTACIONES DE LA CRUZ



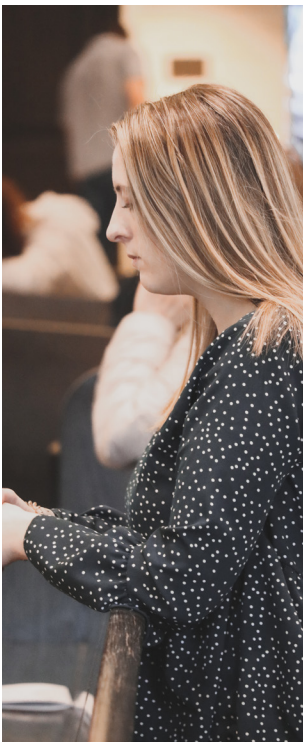
Únase a nosotros cada viernes de Cuaresma (excepto el Viernes Santo) para entrar en el tiempo de Cuaresma con nuestra comunidad.

Vísperas y Estaciones de la Cruz
Inglés 6:00 pm | Igelsia

Estaciones de la cruz
Español 7:00 pm | Capilla
después de la Misa de las 6:30 pm

PESCADO FRITO DE CUARESMA

24 de febrero, 10 de marzo, 17 de marzo, 31 de marzo
con los Caballeros de Colón
6:00 pm | Gran Salón



MISIÓN CUARESMAL 2022

Reserva la Fecha

Inglés
Viernes 24 de marzo
Sábado 25 de marzo
Domingo 26 de marzo
Lunes 27 de marzo

Español
Jueves, 2 de marzo
Viernes, 3 de marzo
sábado, 4 de marzo

Ayuno Cuaresmal y Abstinencia

El ayuno y la abstinencia son prácticas penitenciales impuestas por la Iglesia que nos niegan comida y bebida durante ciertas estaciones y en ciertos días. Estos actos de abnegación nos disponen a liberarnos de las distracciones mundanas, a expresar nuestro anhelo por Jesús, y de alguna manera, imitar su sufrimiento.

Días de Ayuno

Miércoles de ceniza
Viernes Santo

Edades 18-59

Días de Abstinencia

Miércoles de ceniza
Todos los viernes durante la Cuaresma

Edades 14+

¿Cómo ayunamos?

Cuando se ayuna, se le permite a una persona comer una comida completa, así como dos comidas más pequeñas que juntas no son iguales a una comida completa.

Abstenerse se refiere a abstenerse de la carne.

¿Estoy excusado del ayuno y la abstinencia?

Los que están exentos del ayuno y la abstinencia fuera de los límites de edad son los enfermos físicos o mentales, incluidas las personas que padecen enfermedades crónicas como la diabetes. También están excluidas las mujeres embarazadas o lactantes.

Semana Santa en St. Francis

La Oficina Parroquial y el Centro Parroquial permanecerán cerrados desde el jueves 6 de abril hasta el lunes 10 de abril.

Jueves Santo- 6 de april

Oración de la mañana | inglés 8:30 am | Capilla

Misa de la Cena del Señor | 7:00 pm | Iglesia

Viernes Santo - 7 de april

Oración de la mañana | inglés 8:30 am | Capilla

Pasión del Señor | Español 3:00 pm | Iglesia

Pasión del Señor | 7:00 pm | inglés | Iglesia

Sábado Santo - 8 de april

Oración de la mañana | inglés 8:30 am | Capilla

Blessing of Easter Baskets | 9:00 am in the Courtyard

Vigilia Pascual | 8:30 pm | iglesia

Tenga en cuenta no habrá confesiones el Sábado Santo.

Horario de Pascua

Sábado, 9 de abril

6:30 am | Iglesia | español

8:00 am | Iglesia | ingles

8:00 am | Gran Salón | ingles

9:30 am | Iglesia | ingles

9:30 am | Gran Salón | ingles

11:00 am | Iglesia | ingles

11:00 am | Gran Salón | ingles

12:30 pm | Iglesia | español

12:30 pm | Gran Salón | español

ST. FRANCIS OF ASSISI
CATHOLIC CHURCH

Para los horarios de Misa, Confesión, Información de registro, y más visita nuestro sitio web escaneando el código QR o visitando stfoafrisco.org.

8000 Eldorado Parkway, Frisco, TX, 75033 | 972-712-2645 | office@stfoafrisco.org