



## MIÉRCOLES DE CENIZA

# INICIA LA CUARESMA

“Conviértanse y Crean en el Evangelio” Mc. 1,15

## SIGNIFICADO

Marca el inicio de la Cuaresma, un período de 40 días de preparación antes de la Pascua.



## IMPOSICIÓN DE CENIZAS

Los fieles reciben cenizas en la frente en forma de cruz, como signo de penitencia y humildad.

## AYUNO Y ABSTINENCIA

Los católicos mayores de 18 y hasta los 59 años están llamados a ayunar y abstenerse de comer carne los viernes de Cuaresma.



## ORACIÓN, AYUNO Y LIMOSNA

Se enfatiza la importancia de estas prácticas espirituales para crecer en la fe y la conversión personal.

## DURACIÓN DE LA CUARESMA

Empieza el Miércoles de Ceniza y termina en la misa del Jueves Santo, cubriendo un período de aproximadamente 40 días



## OBJETIVOS ESPIRITUALES

Preparación para celebrar la Resurrección de Jesús en la Pascua.

Tiempo para la reflexión personal, el arrepentimiento de pecados, y la renovación de la fe.

