



# DIOCESE OF SACRAMENTO

## Office of Worship

---

2110 Broadway, Sacramento, CA 95818 - 916-733-0211 - gmavoy-jensen@scd.org

# Reglamentos de Cuaresma 2026

## Cuaresma y Pascua

El Miércoles de Ceniza indica el inicio de la Cuaresma, tiempo en el que los fieles están llamados a reflexionar más intensamente sobre el Misterio Pascual. Es tiempo de renovación espiritual, tiempo de examinar más cuidadosamente nuestra relación con Dios y con los demás. También es un momento en el que los catecúmenos se preparan para recibir los Sacramentos de Iniciación en la Vigilia Pascual. Por tanto, la Iglesia llama a todos a un espíritu de penitencia mediante la oración, el ayuno y la limosna.

### Miércoles de Ceniza

“La bendición y distribución de las cenizas el Miércoles de Ceniza normalmente se realiza durante la celebración de la Misa. Sin embargo, cuando las circunstancias lo requieran, la bendición y distribución de las cenizas podrá realizarse aparte de la Misa, durante la celebración de la palabra de Dios.”<sup>1</sup> En este caso el “rito podrá ser celebrado por un sacerdote o diácono que podrá ser asistido por ministros laicos en la distribución de las cenizas. Sin embargo, la bendición de las cenizas está reservada a un sacerdote o diácono.”<sup>2</sup> Una descripción de esta liturgia se encuentra en el Misal Romano, al final del propio del Miércoles de Ceniza.

### Ayuno y Abstinencia

Para fomentar un espíritu de arrepentimiento y unirnos más estrechamente con Cristo, la ley de la Iglesia requiere que se observe, el Ayuno y la Abstinencia durante la Cuaresma.<sup>3</sup> (Para un estudio más detallado, consulte la constitución apostólica del Papa Pablo VI sobre el tema.<sup>4</sup>)

### Abstinencia

Todas las personas de 14 años y más tienen la obligación de abstenerse de comer carne el Miércoles de Ceniza y todos los viernes de Cuaresma. “...(Cualquier) parroquia o institución diocesana o grupo que patrocine un evento que incluya comida, no debe servir carne ningún viernes durante el año”.<sup>5</sup> Otras formas de abstinencia que también benefician son: abstenerse de bebidas alcohólicas, de televisión, de videojuegos, de internet y de las redes sociales.

### Ayuno

Todas las personas de 18 a 59 años tienen la obligación de ayunar el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo. Se recomienda ampliamente el ayuno voluntario en otros días de la semana de la Cuaresma, especialmente los

---

<sup>1</sup> Book of Blessings #1656

<sup>2</sup> Book of Blessings #1659

<sup>3</sup> Code of Canon Law #1249-1253

<sup>4</sup> Apostolic Constitution Paenitentia of the Supreme Pontiff Paul VI on Fast and Abstinence

<sup>5</sup> Diocesan Statutes #127

miércoles y viernes. Se entiende que el ayuno consiste en una comida completa al día. Se pueden ingerir otras dos comidas pequeñas, pero juntas no deben equivaler a una comida completa. No es permitido comer entre las comidas principales.

En caso de que peligre la salud o la capacidad de trabajo, no se aplicarían las leyes del ayuno y abstinencia. Si se tienen dudas al respecto, se ha de consultar con un sacerdote de la parroquia o con un confesor. Las personas que trabajan en aeropuertos, los viajeros y los que se encuentran a bordo de un barco o avión están exentos de las leyes de ayuno y abstinencia mientras estén de viaje (excepto el Viernes Santo). Es conveniente que practiquen algún otro acto piadoso en su lugar.

### Oración

Se insta a los católicos a leer, orar y meditar las Sagradas Escrituras especialmente durante la Cuaresma y a profundizar su fe leyendo el *Catecismo de la Iglesia Católica*. Se exhorta a los fieles a participar en los actos piadosos que ofrece la parroquia, especialmente los servicios de penitencia, Adoración Eucarística, y Liturgia de las Horas. También se fomentan otras devociones como rezar el Rosario, la Coronilla a la Divina Misericordia, visitas al Santísimo Sacramento y la oración por las vocaciones sacerdotales y a la vida consagrada. El agua bendita continúa disponible durante la cuaresma, hasta la Misa Vespertina de la Cena del Señor comienza el Triduo Pascual.

### *El Sacramento de la Reconciliación*

La Cuaresma es el tiempo óptimo para celebrar el Sacramento de la Penitencia. Los fieles están obligados a confesar sus pecados graves al menos una vez al año.<sup>6</sup> Con este fin, se exhorta a las parroquias a brindar una amplia oportunidad para que los fieles participen del Sacramento de la Reconciliación extendiendo su horario de confesiones durante la Cuaresma. Consideré, por ejemplo, agregar un rito de reconciliación adicional en una noche entre semana. Se recomienda ampliamente los servicios públicos parroquiales de penitencia, los cuales se podrían combinar con las “estaciones” romanas con o sin procesión.<sup>7</sup> Sin embargo, la absolución general no es permitida.

### *Horario de Misas durante la Cuaresma*

Se invita a los fieles a asistir a Misa entre semana con la mayor frecuencia posible, especialmente durante la Cuaresma. Por lo tanto, durante la Cuaresma deben programarse las Misas diarias para facilitar la asistencia.

### *El Viacrucis*

El Viacrucis debe celebrarse en cada parroquia todos los viernes durante la Cuaresma y se debe alentar a los feligreses a participar.

### *Día de Reconciliación y de Unidad*

El segundo miércoles de marzo debe ser observado como “[un] día de penitencia por las actitudes negativas y la discriminación hacia personas de diferente cultura, etnia y raza; y de oración por la unidad en nuestra diversidad, por la igualdad, el respeto mutuo y por la paz entre todos los pueblos”.<sup>8</sup>

### Misas de Bodas

Misas Rituales para la Celebración del Matrimonio no deben llevarse a cabo el Miércoles de Ceniza, los domingos de Cuaresma, durante la Semana Santa, durante el Triduo Pascual o los domingos de Pascua.<sup>9</sup> “Debe evitarse por completo la celebración del Matrimonio el Viernes de la Pasión del Señor y el Sábado

<sup>6</sup> *Code of Canon Law* #989

<sup>7</sup> *Roman Missal*, Proper of Time, Lent (introduction #1-2); see also *Rite of Penance* Appendix II, I

<sup>8</sup> *Diocesan Statutes* #123 §3(c)

<sup>9</sup> *Roman Missal*, 2011, Ritual Masses, V. For the Celebration of Marriage

Santo”<sup>10</sup> Los matrimonios pueden llevarse a cabo en otro tiempo durante la Cuaresma de acuerdo con las normas y estipulaciones propias de la liturgia. No obstante, las bodas fastuosas y recepciones lujosas no encajan con el espíritu penitencial de la temporada. Quienes necesiten convalidar su matrimonio antes de la Vigilia Pascual deben hacerlo antes de la Semana Santa, no el Sábado Santo ni durante la Vigilia.

### Misas de Funeral

No deben celebrarse exequias el Jueves Santo, Viernes Santo o Sábado Santo, ni los domingos de Cuaresma. Cuando consideraciones pastorales requieran celebrar un funeral en estos días, se podrá llevar a cabo la Liturgia de la Palabra con el Encomio Final y la Despedida.

### Triduo Pascual

No se ofrecerán misas el Viernes Santo ni el Sábado Santo, excepto la Vigilia Pascual en la Noche Santa. La Vigilia Pascual comienza después del anochecer que en nuestra diócesis será a las 8:30 p.m. este año.<sup>11</sup> Puede haber sólo una celebración de la Vigilia Pascual en una parroquia determinada cada año. Para obtener útil información adicional, más allá de lo que proporciona el Misal Romano, consulte la Carta Circular relacionada.<sup>12</sup> “Es ilegal separar la Confirmación y recepción de la Eucaristía de cualquier adulto o niño en edad catequética del Bautismo. (ver CIC 866)”.<sup>13</sup>

### Deber de Pascua

Todos los católicos que han sido iniciados en la Sagrada Eucaristía están obligados a recibir dignamente la sagrada comunión al menos una vez durante la temporada Pascual. En Estados Unidos, el deber de Pascua puede cumplirse a través de la Solemnidad de la Santísima Trinidad. Se alienta a los católicos a recibir la Comunión con la mayor frecuencia posible, no solo durante la Pascua, sino durante todo el año. Sin embargo, “[cualquiera] consciente de un pecado grave debe recibir el sacramento de la Reconciliación antes de acercarse a comulgar”.<sup>14</sup>

### Limosna

Desde los primeros tiempos, dar a los pobres, o dar limosna, ha sido una práctica espiritual incalculable, un deber religioso, una forma de penitencia, una expresión de la caridad cristiana y una ayuda para la conversión interior. Por lo tanto, se insta a todos los católicos a dar generosamente para ayudar a los pobres y apoyar las obras caritativas de la Iglesia, especialmente a través de su parroquia local y la Campaña Católica Anual.

También se anima a los fieles a visitar a los enfermos, a los confinados, a los ancianos y a los encarcelados, recordando las palabras de nuestro Señor Jesucristo, “Cuando lo hicieron con el más insignificante de mis hermanos, conmigo lo hicieron” (Mateo 25:40). El ayuno y la abstinencia junto con la limosna y las obras de caridad nos unen a Cristo crucificado reflejado en la imagen de nuestros hermanos y hermanas que sufren.

---

<sup>10</sup> *The Order of Celebrating Matrimony*, 2016, #32

<sup>11</sup> <https://www.usccb.org/prayer-and-worship/liturgical-year-and-calendar/triduum/roman-missal-and-the-easter-vigil> (see footnote 1)

<sup>12</sup> *Circular Letter Concerning Preparation and Celebration of Easter Feasts*, Congregation for Divine Worship, 1988

<sup>13</sup> *Guidelines for the Implementation of the Rite of Christian Initiation of Adults for the Diocese of Sacramento*, October 2016, #103.6.2.

<sup>14</sup> *Catechism of the Catholic Church* #1385

## Cubrir las Cruces e Imágenes

*En las Diócesis de los Estados Unidos se puede observar la práctica de cubrir cruces e imágenes en toda la iglesia desde este [Quinto Domingo de Cuaresma]. Las cruces permanecen cubiertas hasta el final de la Celebración de la Pasión del Señor el Viernes Santo, pero las imágenes permanecen cubiertas hasta el inicio de la Vigilia Pascual.<sup>15</sup>*

## Iniciación

*La Iniciación Cristiana de adultos y niños en edad catequética incluye en una celebración: Bautismo, Confirmación y Eucaristía. De acuerdo con la antigua práctica de la Iglesia, estos sacramentos deben recibirse juntos y en su debido orden.<sup>16</sup>*

---

<sup>15</sup> *Roman Missal*, instruction for the Fifth Sunday of Lent

<sup>16</sup> *Guidelines for the Implementation of the Rite of Christian Initiation of Adults for the Diocese of Sacramento*, October 2016, #103.6.1