

### Datos sobre el Miércoles de Ceniza:

- No es precepto. No hay obligación de participar en la Santa Misa ese día, aunque es realmente recomendable.
- Es día de ayuno y abstinencia. El primero aplica desde los 18 hasta los 75 años como obligatorio. La abstinencia (de carne o cualquier cosa que nos parezca apetecible y que nos saque del clima de penitencia) es aplicable desde los 14 años en adelante.
- Al imponer las cenizas, el celebrante dice:
  - Conviértete y cree en el evangelio.
  - Las cenizas están hechas con las palmas del Domingo de Ramos del año anterior.

### Oración del Acto de contrición.

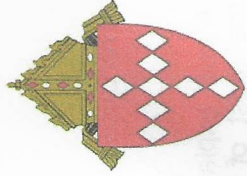
Jesús, mi Señor y redentor, Yo me arrepiento de todos mis pecados que he cometido hasta hoy. Y me pesa de todo corazón porque con ellos ofendí a un Dios tan bueno. Propongo firmemente no volver a pecar y confío que por tu infinita misericordia me has de conceder el perdón de mis culpas y me has de llevar a la vida eterna. Amen.

### Facts about Ash Wednesday:

- It is not a precept. There is no obligation to participate in the Holy Mass that day, although it is really recommended.
- It is a day of fasting and abstinence. The first applies from 18 to 75 years of age as mandatory. Abstinence (from meat or anything that seems appetizing to us and that takes us out of the climate of penitence) is applicable from the age of 14 onwards.
- When imposing the ashes, the celebrant says:
  - Repent and believe in the gospel.
  - The ashes are made with the palms from Palm Sunday of the previous year.

### Prayer of the Act of Contrition.

Jesus, my Lord and redeemer, I repent of all my sins that I have committed until today. And it weighs on me with all my heart because with them I offended such a good God. I firmly propose not to sin again and I trust that through your infinite mercy you will grant me forgiveness of my sins and lead me to eternal life. Amen.



### Diocese Of Raleigh

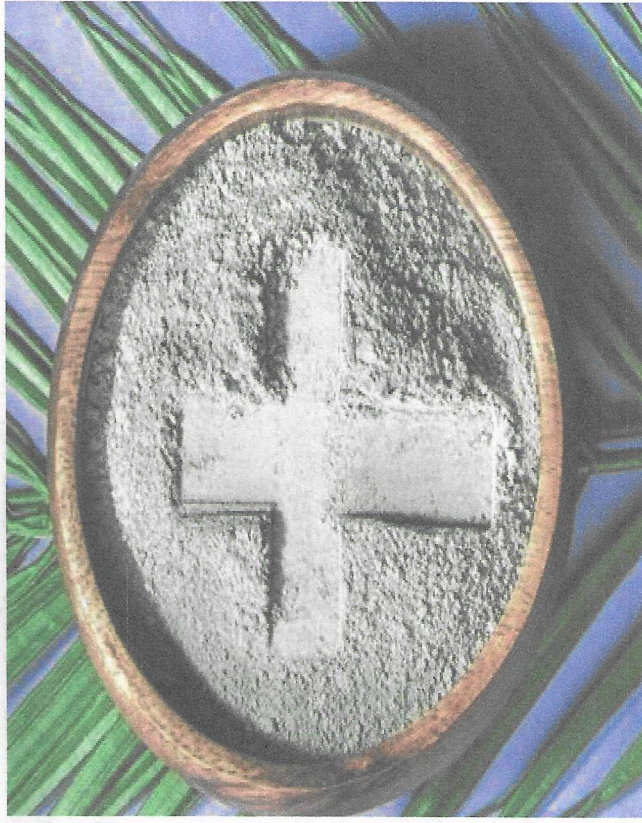
SAN ISIDRO CATHOLIC CHURCH  
4733 Macedonia Church Rd,  
Fayetteville, NC 28312,  
Tel/Phone (910)424-2698,  
[www.siccnc.org](http://www.siccnc.org)



5 March /Marzo 2025

### Ash Wednesday Miercoles de Ceniza

*Repent and believe in the Gospel  
Conviértete y cree en el Evangelio*



**Petition:** Let us listen to the Lord, who tells us: "Do not harden your hearts."

**Petición:** Hagámosle caso al Señor, que nos dice: "No endurezcan su corazón".

## The Season of Lent Begins

*In the name of Christ we ask you to allow yourself to be reconciled with God. 2Cor 5,20-6,2*

Today begins a new season of the liturgical calendar. A brief explanation of what this date means and how you can make the most of it. All Catholics are called to live the next forty days in deep reflection on the events that occurred during Holy Week. With Ash Wednesday, the faithful begin to live in a penitent atmosphere to repent of our sins and convert from the heart. Those are the two key words of this time: repentance and conversion.

Now well. Wednesday's celebration, which marks the beginning of the Lenten season, is one that has a particularity compared to the rest of the liturgies: the imposition of ashes. Where does this practice come from? Before Christ, Jews and Ninevites used ashes as a symbol of penitence. Years later, the Catholic faithful began this practice to prepare for the celebration of Holy Week and, already in the 11th century, the rite of Ash Wednesday was added to the missal. The purpose of receiving ashes is to remind the faithful of their origin. "Remember that you are dust and to dust you will return." With a symbolic sense of death, expiration, humility and penitence, ashes help you look inside yourself and discover those things that need God's mercy. It helps to recognize that we are weak, that we are going to have an end and that we need the Passion, Death and Resurrection of Jesus to be able to live with Him in the Kingdom of Heaven.

This look at one's interiority, of recognizing faults and wanting to fix them, enter into the dynamics of the two key words of Lent. By recognizing our sins, we repent and by wanting to change them we do not convert. To live this time in the best possible way, the Church proposes three key activities, aimed at fostering spiritual growth and a certain external mortification: **prayer, fasting and almsgiving**.

Prayer is your relationship with God and, therefore, you should worry about making it better and better.

Fasting aims for the person to gain control over their instincts and free their heart.

Almsgiving is the ability to give up one's own good to give it to a brother who needs it.

As **Pilgrims of Hope** in this Jubilee Year, Let us return to the Lord our God with all our hearts, with fasting, tears and crying, because the Lord is compassionate and merciful. Joel 2, 12-18

## Comienza el Tiempo de Cuaresma

*En nombre de Cristo les pedimos que se dejen reconciliar con Dios. 2 Cor 5,20-6,2*

Hoy arranca un nuevo tiempo del calendario litúrgico. Una breve explicación de qué significa esta fecha y cómo se puede hacer para aprovecharla al máximo. Todos los católicos estamos llamados a vivir los próximos cuarenta días en profunda reflexión sobre los acontecimientos ocurridos en la Semana Santa. Con el Miércoles de Ceniza, los fieles comenzamos a vivir en un clima penitente para arrepentirnos de nuestros pecados y convertirnos de corazón. Esas son las dos palabras clave de este tiempo: arrepentimiento y conversión.

Ahora bien. La celebración del miércoles, que marca el inicio del tiempo cuaresmal, es una que tiene una particularidad comparada con el resto de las liturgias: la imposición de las cenizas. ¿De dónde surge esta práctica? Antes de Cristo, judíos y Ninivitas utilizaban la ceniza como un símbolo de penitencia. Años más tarde, los fieles católicos comenzaron esta práctica para prepararse para la celebración de la Semana Santa y, ya en el siglo XI, se agrega al misal el rito del Miércoles de Ceniza. El hecho de recibir cenizas tiene como objetivo recordarle al creyente su origen. "Recuerda que eres polvo y en polvo te convertirás". Con un sentido simbólico de muerte, caducidad, humildad y penitencia, la ceniza ayuda a que mires en tu interior y descubras esas cosas que necesitas de la misericordia de Dios. Ayuda a reconocer que somos débiles, que vamos a tener un final y que necesitamos de la Pasión, Muerte y Resurrección de Jesús para poder llegar a vivir junto a Él en el Reino de los Cielos.

Esta mirada a la interioridad de uno, de reconocer las fayas y querer arreglarlas, entran en la dinámica de las dos palabras claves de la cuaresma. Al reconocer nuestros pecados, nos arrepentimos y al querer cambiarlos no convertimos.

Para vivir este tiempo de la mejor manera posible, la Iglesia propone tres actividades clave, destinadas a fomentar un crecimiento espiritual y cierta mortificación exterior: **la oración, el ayuno y la limosna**.

La oración es tu relación con Dios y, por tanto, debes preocuparte por hacerla cada vez mejor.

El ayuno, apunta a que la persona adquiera dominio sobre sus instintos y libere su corazón.

La limosna es la capacidad de renunciar a un bien propio para darlo a un hermano que lo necesita.

Como **Peregrinos de Esperanza** en este Año Jubilar, 2025 Volvamos al señor Dios nuestro con todo corazón, con ayuno, lágrimas y llanto, porque el Señor es compasivo y misericordioso. Joel 2 12-18