

**El Librito Negro**  
Seis minutos de meditación  
sobre la Pasión  
de acuerdo al Evangelio de Mateo

*Este libro está dedicado al  
Obispo Ken Untener  
(1937-2004)  
quien fue inspirado para crear  
Los Pequeños Libros.  
Su vida y su fe continúan  
siendo su fuerza directriz.*

Este folleto cuaresmal está basado en los escritos del Obispo Ken Untener, bajo la dirección de Catherine Haven, editora de los *Pequeños Libros*, y con la ayuda de la Hermana Nancy Ayotte, IHM.

© 2022 Diocese of Saginaw.

Para pedidos adicionales, contacte a la Diócesis en:

*Little Books* of the Diocese of Saginaw, Inc.

P.O. Box 6009, Saginaw, MI 48608-6009

(989) 797-6653

FAX (989) 797-6606

O visite nuestra página en la red:

[www.littlebooks.org](http://www.littlebooks.org)



---

# Cómo usar *El Librito Negro*

Este *Librito Negro* es su compañero para Cuaresma. Éste es un antiguo “vade mecum” (pronunciado vahday maykum). Palabra latina que significa “viaja conmigo” y que fue usada para describir a un libro que era una compañía permanente – quizás un libro condensado de oraciones para los sacerdotes viajeros, o un libro de mano para rápidas referencias – algo que usted podía llevar consigo a cualquier parte.

Usted puede usar este *Librito Negro* en cualquier parte. El *Librito Negro* viaja fácilmente en su cartera, su bolso o en la guantera de su carro. El objetivo es encontrar seis minutos diarios para tener un tiempo de silencio y reflexión, tomando una página a la vez por los próximos 50 días, de este Pequeño Libro. Seis minutos. Eso está dentro de su alcance. Y produce grandes dividendos.

La clave está en la página de la derecha. Comenzando con el Miércoles de Ceniza, recorreremos la narración de la pasión de Mateo, unos pocos versos por el momento, con la explicación y reflexión a lo largo del tiempo. Es una manera antigua de oración de la biblia, llamada *Lectio Divina*. Dios nos habla de vivir la Sagrada Escritura y siempre somos sorprendidos de los pensamientos que llegan.

La página de la mano izquierda tiene una variedad de citas, información, pensamientos oportunos. Trátela como una mesa de buffet, de la cual usted puede tomar lo que quiera. (Si está presionado por el tiempo, vaya directamente a la página de la mano derecha y use su tiempo allí.)

No comenzaremos a leer los Evangelios, sino hasta el Miércoles de Ceniza. Pero comenzaremos el programa de los seis minutos el domingo, 19 de febrero (el Domingo anterior al Miércoles de Ceniza), lo cual nos dará tres días de preparación para la Cuaresma.



*[Antes de comenzar mi esquema de los planes para la Cuaresma en esta página, necesito pensar y orar. Dios es mi guía y es a Dios a quien tengo que ir antes de comenzar este camino.]*



## Mis planes de Cuaresma:



## Un buen comienzo

“Los seis minutos” de hoy necesitan ser utilizados para preguntarle a Dios cómo deberíamos vivir esta Cuaresma del 2023.

Todos nosotros tenemos algún tipo de archivo de resoluciones en nuestra mente, una lista de las cosas que “tenemos que hacer.” Están las resoluciones que nosotros usualmente sacamos cuando comienza la Cuaresma (o una víspera de Año Nuevo).

Quizás deberíamos poner todo eso a un lado por ahora y buscar lo que Dios tiene en mente para nosotros. Pueden haber allí grandes sorpresas.

Ubíquese usted mismo en la siguiente escena: Jesús tomó a Pedro, a Santiago y a su hermano Juan, *y los llevó a la parte alta de una montaña.*

Usted está ahora en esa montaña con Jesús. Allí se respira paz, con una maravillosa vista en todas las direcciones y con suficiente tiempo para estar solo, cara a cara con el Señor.

Hable con él y pídale algunos pensamientos acerca de lo que usted debe escribir en la página de la mano izquierda.

Con la ayuda del Señor, comience a dibujar algunos planes posibles en la página de la izquierda. No se preocupe por finalizarlos todavía. Faltan tres días para la Cuaresma. Puedes seguir viniendo para revisarlos.



## Ayuno y abstinencia

Las regulaciones sobre ayuno y abstinencia son:

- **AYUNO:** El Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo, para aquellos que tienen al menos 18 años y menos de 59, les está permitido solamente una comida completa al día. Se permiten dos comidas pequeñas, si son necesarias, pero comer alimentos sólidos entre las comidas, no está permitido.

- **ABSTINENCIA DE CARNE:** Aquellos que tienen o son mayores de 14 años de edad deben abstenerse de comer carne el Miércoles de Ceniza y todos los Viernes de Cuaresma.

\* \* \*

La Iglesia no intenta prescribir unas detalladas prácticas cuaresmales. Las regulaciones expuestas arriba, simplemente ponen de relieve el Miércoles de Ceniza, el Viernes Santo y los otros Viernes de Cuaresma. La obligación más fundamental es hacer de la Cuaresma un tiempo penitencial, eligiendo prácticas que son adaptadas a las necesidades propias de cada uno.

**Ellos le llevaron el muchacho a Jesús. Apenas vio a Jesús, el espíritu sacudió violentamente al muchacho; cayó al suelo y se revolcaba echando espuma por la boca. Entonces Jesús preguntó al padre: “¿Desde cuándo le pasa esto?” Le contestó: “Desde niño. Y muchas veces el espíritu lo lanza al fuego y al agua para matarlo. Por eso, si puedes hacer algo, ten compasión de nosotros y ayúdanos.” Jesús le dijo: “¿Por qué dices ‘si puedes’? Todo es posible para el que cree.” Al instante el padre gritó: “Creo, ¡pero ayuda mi poca fe!” (Mc 9:14-29)**

Esta es una historia de fe.

Jesús y sus discípulos acaban de bajar de la montaña y se encaminan a un lugar de reunión, escogido previamente, donde hay conmoción. Hay entusiasmo entre la gente al ver a Jesús acercarse. Él es la persona sobre la cual han escuchado que hace milagros. Jesús se ha convertido en una celebridad.

Hay una persona, en particular, que lo está esperando: el padre desesperado de un joven endemoniado. Él le había pedido primero a los discípulos que expulsaran el demonio, pero ellos no fueron capaces de hacerlo.

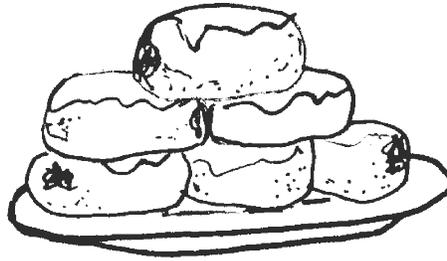
Ahora le ruega a Jesús que cure a su hijo, “si puedes.” Jesús puede. Todo es posible si uno tiene fe.

¿Por qué, le preguntaran más tarde los discípulos de Jesús, ellos no pudieron expulsar el demonio? Jesús, simplemente les responde: “Este tipo solo se puede expulsar con la oración.”

El poder de la fe. El poder de la oración. ¿Tengo algún demonio que expulsar? Esto es algo para pensar al acercarme a los primeros días de Cuaresma.



*Momento de reflexión  
con el Señor*



## El Día Paczki

Hoy es el “Día Paczki” en muchas partes de los Estados Unidos. (*Paczki: Es una masa frita en aceite rellena de dulce.*)

Paczki llegó a los Estados Unidos desde Polonia alrededor del siglo XX. Los Católicos Polacos eran estrictos acerca de las prácticas Cuaresmales. Entonces, para la preparación del ayuno Cuaresmal, ellos usan la manteca de cerdos y huevos para hacer “paczkis” redondos, pasteles recubiertos de azúcar algunas veces rellenos con jalea.

En los últimos años, las costumbres Polacas de disfrutar paczkis el día antes de Cuaresma se ha vuelto popular entre las personas de todas las culturas en los Estados Unidos.

La Cuaresma comienza mañana.  
Pase algún tiempo con los planes  
que usted escribió el 19 de febrero.

**Entonces Jesús se sentó, llamó a los doce y les dijo: “Si alguno desea ser el primero, deberá ser el último de todos y el siervo de todos.” Tomando a un niño lo puso en el medio de ellos y poniendo sus brazos sobre él les dijo: “Quien recibe a un niño como este en mi nombre, me recibe a mí; y quien me recibe a mí, no sólo me recibe a mí, sino también a quien me ha enviado.” (Mc 9:35-37)**

Cuando Jesús toma a un niño y lo pone en frente de los discípulos, puede haber esperado que Jesús dijera que debemos abajarnos a nosotros mismos y llegar a ser como un pequeño niño para entrar en el reino de Dios.

Pero Jesús dice esto en otro pasaje. Aquí él dice: “quien recibe a un niño como este en mi nombre, me recibe a mí.” En ese tiempo y cultura, los niños no tenían derechos. Eran propiedad de su padre, totalmente suyos, y él podría tratarlos como propiedad.

Jesús pone a un niño en frente de los discípulos como “ayuda visual” para la gente insignificante. La cuestión que él está poniendo delante de los discípulos es esta: ¿Cómo debemos tratar a la gente insignificante?

Mucha “gente insignificante” se cruza en mi camino cada día. Cuando muera, quizás la única cosa que valga es cómo he tratado a otra gente, incluyendo a la “gente insignificante.”

La verdad es que muy en el fondo puedo sentir también que soy insignificante. Sin importar lo que otros piensen de mí, yo conozco mis debilidades y fallas. Puedo sentir que, si la verdad fuera dicha, no soy muy digno.

Pero Dios se preocupa, perdona y ama incluso a la gente más insignificante. Como yo.



*Momento de reflexión  
con el Señor*



'Dios compasivo míranos  
con bondad ya que nos preparamos  
para la ceniza, el cual marcará  
el comienzo de nuestro camino  
de Cuaresma . . .'

– Rito para Quemar las Palmas

## Palmas ardientes para cenizas

Para muchas parroquias, la ceniza será distribuida hoy, fue hecha de hojas de palma viejas dadas el año pasado el Domingo de Ramos.

Algunas parroquias tienen la “quema especial de las palmas” la ceremonia se hace en semanas o días antes del Miércoles de Ceniza. Esta práctica es común en otros países, por ejemplo como en las Filipinas las palmas son quemadas el día antes del Miércoles de Ceniza.

La práctica de usar las palmas del año anterior, podría parecer como un nuevo ritual, pero esta práctica se remonta al siglo XII.

A partir del Miércoles de Ceniza al Sábado Santo, vamos a caminar poco a poco a través de la Pasión según Mateo.