



DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
Calendario de marzo						
Dom. 3º de la Gran Cuaresma	6/19-mar.	1º/14-mar. S. Mártir Eudocia	2/15-mar. Lit. de los Dones Presantificados	3/16-mar.	4/17-mar. Lit. de los Dones Presantificados	5/18-mar. Commemoración de Difuntos
Dom. de la Adoración de la Santa Cruz	7/20-mar.	8/21-mar.	9/22-mar. Ss. 40 mártires de Sebaste Lit. de los Dones Presantificados Canon de San Andrés de Creta	10/23-mar.	11/24-mar. Lit. de los Dones Presantificados	12/25-mar. Commemoración de Difuntos
Dom. 4º de la Gran Cuaresma	13/26-mar.	15/28-mar.	16/29-mar. Lit. de los Dones Presantificados	17/30-mar.	18/31-mar. S. Cirilo, Patriarca de Jerusalén Lit. de los Dones Presantificados	19-mar./1º-abr. Alabanza a la Madre de Dios
Dom. de S. Juan Clímaco	14/27-mar. S. Benito de Nursia					
Dom. 5º de la Gran Cuaresma	20-mar./2-abr.	22-mar./4-abr.	23-mar./5-abr. Lit. de los Dones Presantificados	24-mar./6-abr. Antefiesta de la Anunciación	25-mar./7-abr. Anunciación de la Madre de Dios Lit. de S. Juan Crisóstomo Fin de la Gran Cuaresma	26-mar./8-abr. Comienzo de la Sta. Semana de Pasión Sáb. de la Resurrección de Lázaro Sinaxis del Sto. Arcángel Gabriel
Dom. 6º de la Gran Cuaresma	27-mar./9-abr.	29-mar./11-abr.	30-mar./12-abr. Miércoles Grande Lit. de los Dones Presantificados	31-mar./13-abr. Jueves Grande Lit. de S. Basilio		
Dom. Domingo de Ramos	28-mar./10-abr. Lunes Grande Lit. de los Dones Presantificados	29-mar./11-abr. Martes Grande Lit. de los Dones Presantificados				

La Gran Cuaresma

Por la tarde del Domingo del Perdón, nos preparamos para comenzar la Santa Cuaresma pidiéndonos perdón los unos a los otros. Al día siguiente es el Lunes de Pureza, primer día de Cuaresma.

Ese domingo también se llama **Domingo del Juicio Final**, por el Evangelio que se proclama en la Divina Liturgia de ese día. Este pasaje del Evangelio nos dice qué tenemos que practicar especialmente durante este tiempo, para estar preparados para el Juicio Final. ¿Qué es el Juicio Final? Es el momento cuando, después de que termine el tiempo del mundo, Jesús va a venir a separar a los buenos de los malos, para llevar a los buenos al Cielo, y enviar a los malos al Infierno.

¿Cómo ser bueno? Empecemos por escuchar lo que dice esta lectura del Evangelio, que nos enseña lo que Jesús espera de nosotros.

En el Evangelio del Juicio Final, Jesús reúne cada alma de todas las naciones y las separa en dos grupos, como un pastor separa las ovejas de los cabritos. ¡Después da la bienvenida a las ovejas para un espléndido banquete! Los cabritos son rechazados para siempre y enviados al castigo eterno.

Si queremos estar en el mismo grupo que las ovejas, hay varias cosas que necesitamos hacer por todas las personas con las que nos encontremos, como si las hiciéramos por Jesús mismo.

¿PERO CÓMO PUEDO HACER TODAS ESTAS COSAS SI SOY TAN SOLO UN NIÑO?

✠ **Tuve HAMBRE y me disteis de comer; tuve SED y me disteis de beber.**

Si alguien tiene hambre, dale de comer; si tiene sed, dale de beber. Eso es lo primero. Pero a veces también ocurre que las personas tienen hambre y sed de otras cosas que no son comida y bebida. Cuando les damos lo que necesitan, imitamos la bondad de Dios. Aquí hay algunas maneras de alimentar a los que tienen hambre: dar abrazos y repartir alegría a tu familia y amigos; especialmente los abuelos tienen hambre de estas cosas!

Ayudá a tus hermanos pequeños a aprender sus oraciones; los pequeños tienen sed de conocer a Dios. Si tu amigo quiere romper con una mala



costumbre, ayúdalo a mantenerse lejos de la tentación; tiene sed de sostén y ayuda. Hacé bien tus tareas de la casa para ayudar a mamá, porque ella tiene hambre de descanso.

✘ **Era FORASTERO y me ACOGISTEIS.** ¿Alguien no tiene dónde dormir? Dale un lugar donde hacerlo. Todos nos hemos sentido extraños en algún momento, y no es lindo sentirse solo.

Cuando hay un nuevo compañerito en la escuela, invítalo a jugar con vos y ayúdalo a sentirse como en casa. Si ves a una señora viejita en el almacén, dejala pasar antes que vos. Si alguien necesita un asiento, ofrécele el tuyo.

✘ **Estaba DESNUDO y me VESTISTEIS.** ¿Alguien necesita ropa, un bebé recién nacido o alguien más grande? Dale algo para ponerse. Estar desnudo significa tener descubierto algo que debería estar oculto...

A veces necesita ropa; otras veces, otra cosa. Si alguno comete un error, incluso si es muy gracioso, no te rías de él. Si sabés algo que cause vergüenza a alguien, no lo andes contando por ahí (excepto que sea algo que te esté dañando, en ese caso contaselo a un adulto en quien puedas confiar). Si alguien te pide perdón por alguna ofensa, perdónalo enseguida y no vuelvas a sacar el tema.

✘ **Estaba ENFERMO y PRESO y me visitasteis.** La gente enferma y presa se siente sola, es importante visitarlos. También, nuestros espíritus pueden estar retenidos por otras cosas, además de rejas y cadenas. Cuando uno de los miembros del Cuerpo Místico de Cristo está enfermo, ¡todos sufrimos! Cuando lo ayudamos, todos nos sentimos mejor.

Si alguien que conocés está enfermo, lo podés visitar, rezar por él, darle un regalito para alegrarlo. Cuando tus hermanos están luchando por ayunar, podés darles ánimo. Cuando escuchás de alguien que sufre, ofrecé enseguida una oración por él.

¡Acordate de rezar cada día por las almas de los difuntos!



AL HACER TODAS ESTAS COSAS POR LOS DEMÁS, IMITAMOS LA BONDAD DE DIOS Y NOS HACEMOS MÁS PARECIDOS A ÉL. ¡EL AMOR DE JESÚS NO TIENE LÍMITES! ÉL ALIMENTÓ, SANÓ Y PERDONÓ A SU PRÓJIMO COMO UN EJEMPLO PARA NOSOTROS, PARA QUE PODAMOS MIRARLO Y APRENDER SOBRE EL AMOR PERFECTO QUE ES NECESARIO PARA APROBAR ESTE EXAMEN FINAL.

¡JESÚS QUIERE QUE NOS CONVIRTAMOS EN PERFECTOS ÍCONOS DE ÉL!

Grandes Fiestas:

Anunciación de la Santísima Madre de Dios

25 de marzo (7 de abril)

“Al sexto mes fue enviado por Dios el ángel Gabriel a una ciudad de Galilea, llamada Nazaret, a una virgen desposada con un hombre llamado José, de la casa de David; el nombre de la virgen era María. Y entrando, le dijo: «**Alégrate**, llena de gracia, el Señor está contigo». Ella se conturbó por estas palabras, y discurría qué significaría aquel saludo. El ángel le dijo: «No temas, María, porque has hallado gracia delante de Dios; vas a concebir en el seno y vas a dar a luz un hijo, a quien pondrás por nombre Jesús. Él será grande y será llamado Hijo del Altísimo, y el Señor Dios le dará el trono de David, su padre; reinará sobre la casa de Jacob por los siglos y su reino no tendrá fin». María respondió al ángel: «Cómo será esto, puesto que no conozco varón?» El ángel le respondió: «El Espíritu Santo vendrá sobre ti y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra; por eso el que ha de nacer será santo y será llamado Hijo de Dios. Mira, también Isabel, tu pariente, ha concebido un hijo en su vejez, y este es ya el sexto mes de aquella que llamaban estéril, porque ninguna cosa es imposible para Dios». Dijo María: «He aquí la esclava del Señor; hágase en mí según tu palabra». Y el ángel, dejándola, se fue.” (Lucas 1, 26-38)



Todos los ángeles del Cielo estaban pendientes y casi ansiosos por cuál sería la respuesta de María, toda la historia de la humanidad dependía de esta respuesta. ¿Por qué? Porque los hombres eran esclavos del pecado, hacían cosas que no le gustaban a Dios, y que dañan-

ban a ellos mismos, a los otros hombres y a toda la Creación. Toda la naturaleza estaba muy triste, porque el hombre se había rebelado y alejado de Dios, a partir del primer varón y de la primera mujer, Adán y Eva, que pecaron cuando hicieron caso a la serpiente y comieron del fruto prohibido para ser como dioses sin Dios, dejando de lado a Dios, que los había creado con tanto amor. Y como eran esclavos, esperaban ser liberados, y esperaban la Promesa de Dios: nacería el Salvador de una virgen, y seríamos liberados del pecado. Volveríamos a la amistad con Dios, perdida cuando nos enemistamos de Él por el pecado. Pero Dios respeta nuestra libertad, y por eso envió al ángel Gabriel para preguntar a María si quería ser la Madre de Jesús, del Salvador.

Y ella dijo que sí. Por eso toda la Creación se alegra en este momento, en el que el Hijo de Dios se hace un niño pequeñito, pequeñito en el vientre de la virgen María, sin dejar de ser Dios. Por eso ella es llamada Trono de Dios, Celestial Escalera por la que Dios bajó, Mansión que contiene al Inmenso, y tantos otros títulos que cantamos en el Akathistos a la Madre de Dios.

Este es el día en el que Dios se hizo hombre, una de las fiestas más admirables. Por eso, aunque caiga en la Gran Cuaresma, ese día el ayuno se hace más liviano, es día de ayuno leve y pescado. Y aunque caiga en la Gran Cuaresma un día de semana, o incluso el Viernes Grande, días en que no hay Divina Liturgia, para esta fiesta sí hay Divina Liturgia, porque el Hijo de Dios se hizo hombre y habitó entre nosotros.



♪ *Canto sagrado* ♪

Tropario de la Anunciación de la Madre de Dios

Tono 4

**HOY ES EL COMIENZO DE NUESTRA SALVACIÓN · Y LA MANIFESTACIÓN
DEL MISTERIO QUE ES DESDE LA ETERNIDAD. · EL HIJO DE DIOS SE HACE EL
HIJO DE LA VIRGEN, · Y GABRIEL ANUNCIA GRACIA. · POR ESO CON ÉL
TAMBIÉN NOSOTROS EXCLAMEMOS A LA MADRE DE DIOS: · ¡REGOCÍJATE
TÚ, LLENA DE GRACIA! · EL SEÑOR ESTÁ CONTIGO.**





¡Aprendemos a leer los íconos!

Anunciación de la Santísima Madre de Dios

Ya hemos leído la historia de la Anunciación de la Madre de Dios. Ahora aprendamos a leerla en el ícono de la fiesta. ¡Buscalo en el iconostasio de la iglesia!

Celebramos la Anunciación el 25 de marzo (7 de abril) porque es exactamente 9 meses antes de Navidad, el 25 de diciembre (7 de enero), el tiempo que está un bebé en la panza de su mamá.

OBSERVÁ LOS CÍRCULOS CONCÉNTRICOS AZULES QUE ESTÁN ARRIBA. REPRESENTAN UNA REALIDAD ESPIRITUAL INVISIBLE. EN ESTE CASO, EL ESPÍRITU SANTO, INVISIBLE. MARÍA CONCIBIÓ POR EL PODER DEL ESPÍRITU SANTO.

EN SU MANO IZQUIERDA, MARÍA TIENE UN HUSO. EN ALGUNAS VERSIONES DEL ÍCONO, ESTÁ EN EL SUELO, PORQUE MARÍA SE SORPRENDIÓ TANTO QUE LO DEJÓ CAER. ESE USO TIENE UN HILO ROJO BRILLANTE, PORQUE ELLA ESTABA HACIENDO EL VELO DEL TEMPLO.

LA TELA ROJA SOBRE LA EDIFICACIÓN SIGNIFICA QUE ESTE ACONTECIMIENTO OCURRIÓ PUERTAS ADENTRO.

EL ARCÁNGEL GABRIEL TIENE UN PIE ADELANTE, PORQUE SE APRESURÓ A ANUNCIAR LA BUENA NOTICIA A LA VIRGEN. ¡LA HUMANIDAD LA HABÍA ESTADO ESPERANDO POR SIGLOS Y SIGLOS!

EL ÁNGEL TIENE SU MANO DERECHA EXTENDIDA PARA MOSTRAR QUE ESTÁ HABLANDO. LA VIRGEN MARÍA TAMBIÉN TIENE SU MANO DERECHA LEVANTADA, PARA MOSTRAR QUE ESTÁ RESPONDIENDO: ACEPTA EL PLAN DE DIOS PARA ELLA.

LA VIRGEN ESTÁ SOBRE UNA SILLA O UNA PLATAFORMA QUE LA ELEVA POR ENCIMA DEL ÁNGEL, PORQUE ES MÁS HONORABLE Y GRANDE QUE LOS ÁNGELES.

LAS TRES ESTRELLAS SOBRE EL MANTO DE LA MADRE DE DIOS SIGNIFICAN QUE ELLA ES VIRGEN ANTES, DURANTE Y DESPUÉS DEL PARTO.



“El ángel de los niños”. Suplemento infantil del Monasterio Bizantino de la Transfiguración para la catequesis (Pigüé, Pcia. de Buenos Aires, República Argentina). Se agradece el aporte del equipo de redacción de la revista infantil “BiziKids”, de donde hemos tomado y adaptado algunos materiales.

Historias de los Santos

Los 40 mártires de Sebaste – 9 de marzo (22 de marzo)

¿Escuchaste hablar del *Prólogo de Ohrid*? Cada día narra la vida del mártir conmemorado ese día y ofrece una meditación, una oración o un poema. El 9 de marzo nos cuenta la historia de cuarenta soldados que fueron condenados a sentarse en el medio de un lago de poca profundidad por no haber rechazado a Cristo. Cuando llegó la helada y congeló el agua alrededor de ellos, y empezaron a sentir hipotermia, los guardias maliciosamente emplazaron un caño caliente con vapor a las orillas del agua congelada esperando que aquellos soldados cambiaran de parecer.



Pero ellos se animaban mutuamente a permanecer fieles hasta la muerte diciendo:

“Amargo es el invierno, dulce el paraíso; desagradable es la congelación del cuerpo, pero dichoso el descanso que nos espera. Suframoss un poco y después seremos confortados en el seno de los patriarcas. A una noche de torturas seguirá toda una eternidad feliz. Por lo mismo, que todos sean valientes; que nadie dé oídos a las voces del demonio. Somos mortales y, por lo mismo, algún día tendremos que morir; aprovechemos ahora la ocasión cuando se nos presenta en perspectiva inmediata la gloria eterna.”

Una pobre alma decidió que el tormento era demasiado recio y, tristemente, se acercó a la orilla y luego entró en el baño caliente, pero murió a poco de entrar por el brusco cambio de temperatura. Justo entonces ocurrió un milagro. Treinta y nueve coronas de follaje verde aparecieron en el

cielo y se asentaron sobre los hombres que permanecían en el lago, y el agua del lago comenzó a calentarse, ¡como en un baño! Uno de los guardias paganos se conmovió tanto por el milagro que él también quiso creer en Dios y saltó al lago con los otros en la esperanza de ser aceptado en su número. Al hacerlo, otra corona apareció y también lo coronó.

Los soldados invitaban al más jovencito de todos, Melitón, para que renegara de su fe, pero la mamá del mártir le gritaba: "Hijo mío, recuerda que si te declaras amigo de Cristo en esta tierra, Cristo se declarará amigo tuyo en el cielo". Y el joven perseveró valientemente en su martirio, alabando a Dios.

Los hombres pasaron la noche entera nadando en ese baño tibio hasta el día siguiente, cuando los jueces vieron que todavía estaban vivos y ordenaron que sus piernas fueran quebradas y que ellos fueran arrojados nuevamente al lago para que se ahogaran, y que sus cuerpos no fueran recuperados. De esa manera las almas de los cuarenta mártires de Sebaste volaron felices a Dios.

Sin embargo, no era voluntad de Dios que los cuerpos de estos grandes hombres fueran deshonrados de esta manera. La noche siguiente, cuando su comunidad de creyentes fueron al lago para rezar por sus amigos fallecidos, vieron que los huesos de los hombres habían comenzado a flotar hacia la superficie, brillando en la noche de modo que hasta el último pudo ser recuperado y enterrado digna y honorablemente.

En una traducción latina antigua de las Actas de los mártires se ha conservado el nombre de los cuarenta atletas de Cristo:

Domiciano, Enoico, Sisinio, Heraclio, Alejandro, Juan, Claudio, Atanasio, Valente, Eliano, Melitón, Endicio, Acacio, Viviano, Helvio, Teódulo, Cirio, Flavio, Severiano, Cirión, Valerio, Clidión, Sacerdón, Prisco, Eutico, Esmaragdo, Filotimón, Aerio, Micalio, Lisímaco, Domno, Teófilo, Euticio, Hancio, Angio, Leoncio, Isiquio, Calo, Gorgonio y Cándido.

El martirio de los cuarenta soldados fue muy celebrado en la antigüedad cristiana por su valentía y su constancia en medio de los tormentos. Con su ejemplo demostraban a los jóvenes su desprendimiento al renunciar a una vida larga y a una situación de privilegio por mantener su fe en Cristo.

¡A cocinar!



Para la fiesta de los 40 mártires de Sebaste, el 22 de marzo (9 de marzo), las familias eslavas (rusos, ucranianos, serbios...) tienen la costumbre de hornear 40 “zhavoronki”, panecillos que llevan la forma de pequeñas alondras. Estas aves anuncian la primavera en Europa Oriental, y recuerdan la nueva vida de la primavera así como la nueva vida que estos mártires encontraron en Cristo cuando volaron al Cielo. (Recordemos que en Europa la primavera comienza en marzo).

Haremos unas pequeñas alondras para celebrar a los 40 mártires de Sebaste. Como su fiesta cae en la Gran Cuaresma, los haremos de una sencilla masa de pan cuaresmal. Los podés usar como acompañamiento a la comida o espolvorearlos con azúcar impalpable para el desayuno o la tarde.

ALONDRA DE PAN

Ingredientes

- 2 cucharaditas (tamaño té) de levadura en polvo (activa)
- 2 cucharadas (soperas) de azúcar
- 3 tazas de agua tibia
- 2 cucharaditas (tamaño té) de sal
- 8 tazas de harina (puede ser de harina de trigo integral, fijate que puede ser un poco más o un poco menos, lo necesario para que la masa tenga la textura adecuada)

Preparación

Mezclá la levadura, el azúcar y el agua tibia en un tazón grande (un bol grande) y dejá reposar un ratito.

Una vez que las burbujas se empiezan a formar, agregá la sal y la harina, mezclando a medida que las echás, hasta que la masa justo empiece a separarse completamente de los lados del recipiente.

Amasá por diez minutos, y agregá un poco de harina si hace falta cuando la masa se hace muy elástica y suave, pero antes de que se vuelva pegajosa.

Cubrí el tazón con un repasador húmedo y dejá reposar en un lugar cálido hasta que duplique su volumen (alrededor de una hora).

Después de que la masa haya leudado, echala sobre una superficie enharinada y dividila primero por la mitad, y después cada parte nuevamente por la mitad: te quedarán cuatro cuartos. Dividí cada uno de esos cuartos en diez partes, así tendrás cuarenta piezas.

Formá un choricito largo de cada pieza de masa, y atá un nudo con cada uno, haciendo que el extremo de arriba sea el pico, y el de abajo, la cola.

Colocá cada alondra en una bandeja para horno con papel manteca, y con un tenedor, aplastá la cola.

Da forma al pico del pajarito en el extremo de arriba, y con un escarbadientes, formar sus ojitos.

¡Asegurate de que sean 40, uno por cada mártir!

Horneá los pancitos a 190° C por unos 20 minutos hasta que se doren.



Celebración de la Pascua: Pysanky



Los pysanky son los antiguos huevos de Pascua, que tradicionalmente se escribían durante la última semana de la Gran Cuaresma para poder tenerlos en las canastas de Pascua la semana siguiente. Se originaron en Ucrania y se extendieron a otros países esla-



vos, como Rusia. Emplean un método parecido al “batik” africano. En el batik, se aplica cera de abeja a una tela y después se la sumerge para teñirla. Después se remueve la cera y quedan bellísimos diseños intrincados y coloridos. Con los pysanky ocurre algo parecido, pero sobre huevos en lugar de tela. Se utiliza una tintura especial y se escriben los diseños con cera de abeja derretida por calor empleando una especie de lapicera llamada “kistka”.



Cada figura, diseño y color tiene un simbolismo, tiene un significado particular. Al escribir un pysanka, el que lo hace escribe las bendiciones que desea para quien lo vaya a recibir, ¡porque los pysanky se hacen para regalar!



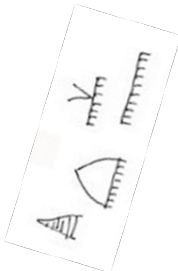
Aquí tenés algunos símbolos empleados en los pysanky, ¡buscalos en la página anterior!



TRIÁNGULO
la Santísima
Trinidad



ESCALERA
alegría, oraciones que
suben al Cielo



PEINE
ordenar cosas



FLORES
amor



TRIGO
buena salud



OLAS
vida eterna



PUNTOS
lágrimas de la
Madre de Dios



MOLINOS
símbolo de la Cruz



HOJAS
inmortalidad, amor eterno



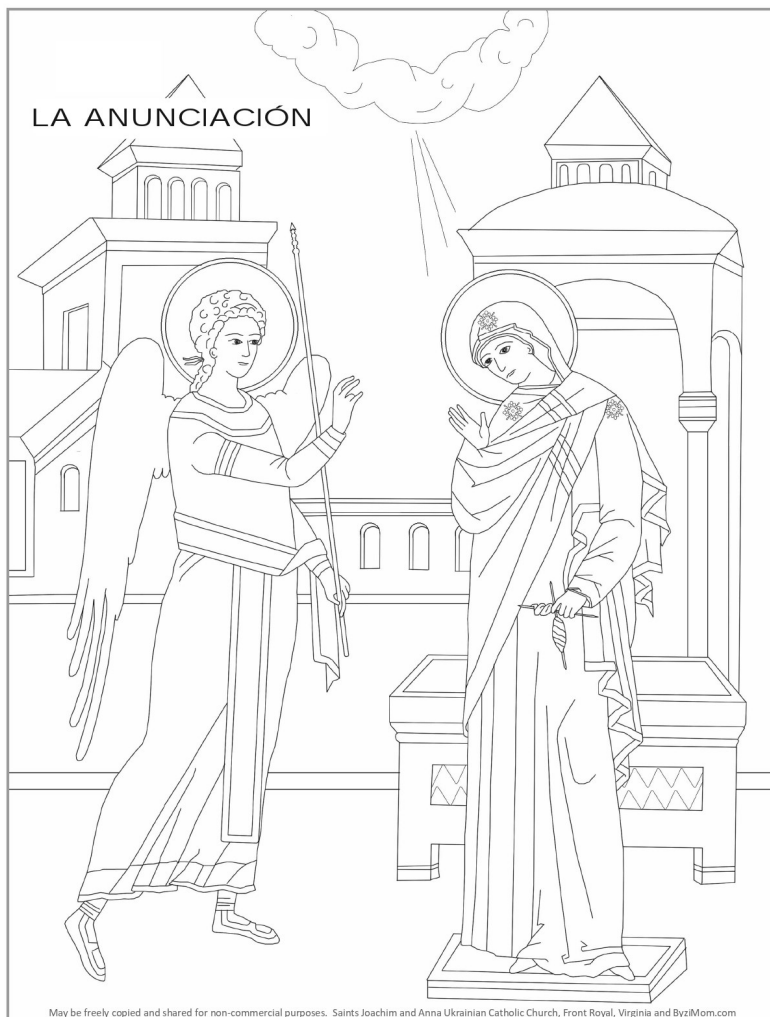
HOJAS DE ROBLE
fortaleza y energía

Ilumino mi ícono

A este iconógrafo le faltó iluminar (pintar) este ícono, ¿lo ayudás?

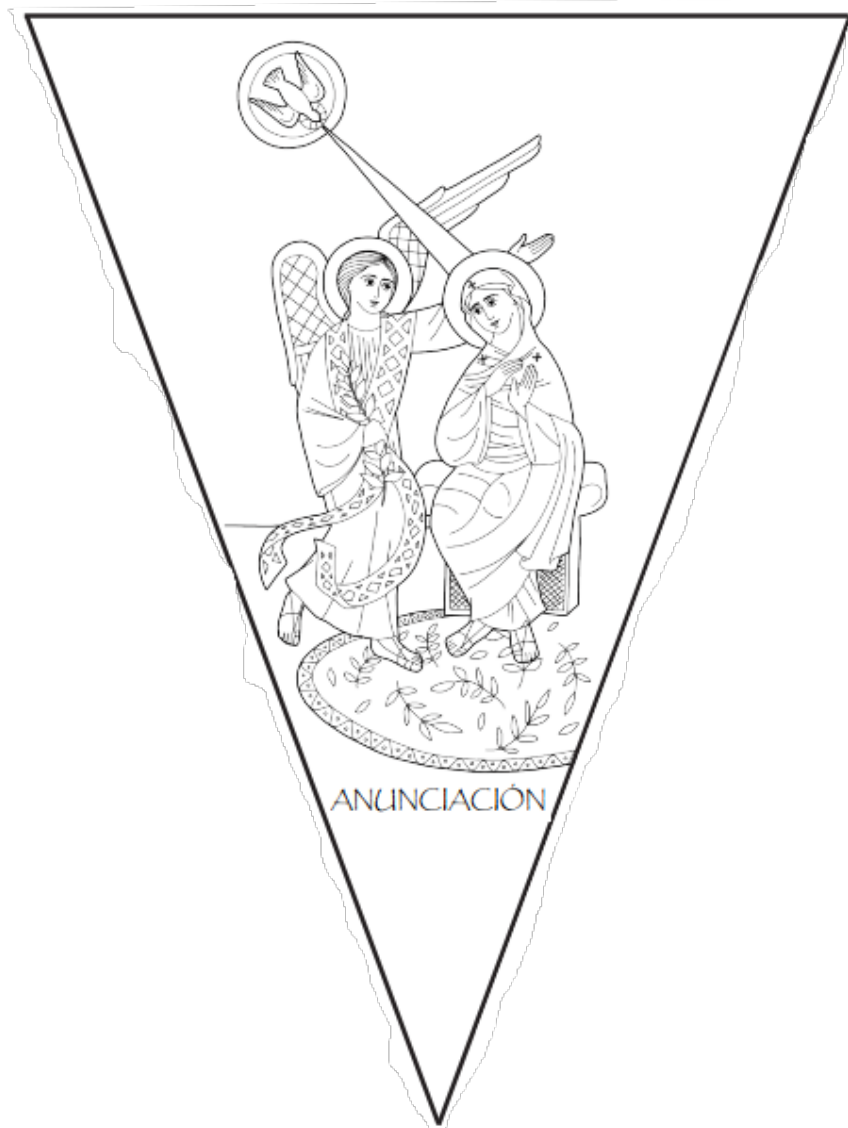
Fijate en los colores que tiene en un ícono que ya esté terminado. Podés mirar en tu casa o en el Monasterio. Dibujale un marco, siempre tiene que ser rojo, por la Sangre de Cristo.

Ícono de la Anunciación de la Madre de Dios



Banderines de las grandes fiestas de este mes

Con ayuda de tus padres, recortá estos banderines, colórealos y pegalos en una cartulina. Podés colgarlos en tu casa. Coleccioná las 12 grandes fiestas a lo largo del año litúrgico.



¡Colorea y diseña tus pysanky!

COLOREABLE

